

هل تعلم أن الإنفلونزا، التي يشار إليها عادةً بنزلات البرد، أكثر خطورة من نزلات البرد العادية للأطفال؟ يوفر لقاح الإنفلونزا أفضل دفاع ضد الأنفلونزا، ويمكنه أيضاً تقليل انتشارها. يمكن أن يؤدي الحصول على التطعيم أيضاً إلى تقليل زيارات الطبيب وأيام التغيب عن العمل والمدرسة.¹ بالإضافة إلى ذلك، فإن الحصول على لقاح الإنفلونزا هذا العام مهم بشكل خاص لأننا نحمي من الفيروسات الأخرى مثل مرض (COVID-19). على الرغم من أن لقاح الإنفلونزا لن يمنع الإصابة بمرض (COVID-19)، إلا أنه سيساعد في تقليل أمراض الإنفلونزا والاستشفاء وحتى الوفيات، بالإضافة إلى توفير الموارد الطبية لأولئك المصابين بمرض (COVID-19).



تذكروا، يجب على جميع الأطفال الذين تتراوح أعمارهم بين 6 أشهر و 59 شهراً أخذ جرعة واحدة من لقاح الأنفلونزا بين 1 يوليو/ تموز - 31 ديسمبر/ كانون الأول من كل عام من أجل الالتحاق بالمدرسة، حتى لو كانوا يتعلمون عن بُعد. هناك سلالة جديدة من الفيروس كل عام، لذلك يجب أن يكون لقاح الإنفلونزا محدداً لتلك السلالة. تابعوا القراءة لمعرفة المزيد عن الأنفلونزا وأعراضها وكيفية منع انتشار الفيروس.

ما هي الأنفلونزا؟

الأنفلونزا هي فيروس. وهي معروفة بالانتشار خلال أشهر الخريف والشتاء. كل عام، يتم إدخال العديد من الأطفال والعائلات إلى المستشفى أو يموتون بسبب المضاعفات الناجمة عن الأنفلونزا. أفضل طريقة لحماية طفلك من الإصابة بالأنفلونزا هي تلقي لقاح الأنفلونزا.

ما هي أعراض مرض الأنفلونزا؟

يمكن أن تظهر الأنفلونزا على النحو التالي:

- حمى أو قشعريرة،
- سعال،
- ضيق في التنفس أو صعوبة في التنفس،
- إعياء،
- آلام في العضلات أو الجسم،
- صداع،
- التهاب الحلق،
- احتقان أو سيلان الأنف،
- الغثيان أو القيء،
- والإسهال.



تحدث الأنفلونزا ومرض (COVID-19) بسبب فيروسات مختلفة ولكن قد يكون لهما أعراض متشابهة. ابق في المنزل واستشر طبيبك للحصول على تشخيص إذا كان طفلك أو أي شخص في منزلك يعاني من هذه الأعراض.

تنتشر الأنفلونزا من خلال ما يلي:

- اتصال وثيق (في غضون حوالي 6 أقدام/ مترين) مع شخص مصاب.
- ينتشر رذاذ النفس عندما يسعل الشخص أو يعطس أو يغني أو يتحدث.
- لمس سطح به الفيروس ثم لمس فمك أو أنفك أو عينيك.

¹ تعرف على المزيد على موقع مراكز السيطرة على الأمراض والوقاية منها: [الأنفلونزا والأطفال الصغار](#)



هذه أيضاً طريقة انتشار مرض (COVID-19). هذا هو السبب في أنه من المهم جداً غسل يديك كثيراً بالماء والصابون، وتطهير الأسطح كثيرة اللمس من قِبل الأشخاص في المناطق ذات الازدحام الشديد لتجنب انتقال العدوى. فكروا في مشاهدة هذا الفيديو من مراكز السيطرة على الأمراض والوقاية منها (CDC) مع طفلكم عن [كيف تغسل يديك بشكل صحيح](#).

اللقاحات: مهمة جداً للحفاظ على صحة العائلة

تعمل اللقاحات من خلال إعداد جهاز المناعة في الجسم للتعرض للمستقبلي للفيروسات أو البكتيريا. بعد أن يتلقى طفلكم اللقاح، إذا دخل الفيروس أو البكتيريا المسببة للمرض الحقيقي الجسم، فإن جهاز المناعة لديه يستجيب بسرعة لمهاجمة المرض ومنع طفلكم من الإصابة به.²

حتى إذا كان طفلكم قد تلقى جميع اللقاحات المطلوبة في العام الماضي، يجب عليكم التحقق مما إذا كان يحتاج إلى لقاحات إضافية هذا العام. إذا كنتم بحاجة إلى إحالة لطفلكم لتلقي لقاح الإنفلونزا أو التطعيمات الأخرى، فتحدثوا مع برنامج طفلكم. يمكنهم استخدام شراكاتهم مع المستشفيات أو العيادات المجتمعية لتقديم الدعم.

لم يعد الأطفال معفيين من متطلبات التطعيم بسبب المعتقدات الدينية. الأطفال الوحيدون الذين لا يحتاجون إلى التطعيم هم من لديهم إعفاءات طبية.

نريد أن يستمر جميع الأطفال في حضور برنامج في بيئة صحية وأمنة حيث يزدهرون اجتماعياً وعاطفياً ويكونون مستعدين للتعلم. ساعدنا في الحفاظ على أمان برامجنا من خلال تحصين طفلكم بالكامل اليوم!

موارد إضافية

- إدارة الصحة بمدينة نيويورك [صحائف الحقائق تحت عنوان الآباء يحاربون الإنفلونزا باللغتين الإنكليزية والإسبانية](#)
- [هل هي أنفلونزا أم مرض \(COVID-19\)؟](#) ملف بصيغة (PDF)
- لغات أخرى: [Español | Русский | 繁體中文 | 简体中文 | Kreyòl ayisyen | 한국어 | বাংলা | Italiano | Polski](#) | العربية
- [Français | اردو](#)
- ما يحتاج سكان نيويورك إلى معرفته عن لقاحات مرض (COVID-19) ملف بصيغة (PDF)
- لغات أخرى: [Español | Русский | 繁體中文 | 简体中文 | Kreyòl ayisyen | 한국어 | বাংলা | Italiano | Polski](#) | العربية
- المنشورات: حصل على لقاح (COVID-19) الخاص بك ملف بصيغة (PDF)
- لغات أخرى: [Español | Русский | 繁體中文 | 简体中文 | Kreyòl ayisyen | 한국어 | বাংলা | Italiano | Polski](#) | العربية
- [لقاحات الطفولة تنفذ الأرواح من مؤسسة \(NYC H + H\)](#)
- [صحائف الحقائق مشروع الدراية الصحية بجامعة هارفارد حول مرض \(COVID-19\)](#) بلغات متعددة

² شاهدوا المزيد على موقع إدارة الغذاء والدواء الأمريكية: [لقاحات الأطفال - دليل للآباء ومقدمي الرعاية](#)

