

اللقاحات

للأشخاص ذوي الأمراض المزمنة

قد يواجه الأشخاص الذين يعانون من الأمراض المزمنة مثل السكري والربو والانسداد الرئوي المزمن صعوبة أكبر في حماية أنفسهم من الأمراض التي يمكن الوقاية منها. عند الإصابة بالأمراض، فإن المرضى المصابين بالأمراض المزمنة يكونون أكثر عُرضة لمخاطر ضرورة الإدخال إلى المستشفى لتلقي العلاج وكذلك الوفاة. بعض الأمراض التي يمكن الوقاية منها باللقاحات يمكن أن ترفع مستوى السكر في الدم إلى مستويات عالية جدًا أو تسبب انتفاخ الشعب الهوائية، مما يؤدي إلى الالتهاب الرئوي.

اللقاحات وسيلة آمنة وفعالة وسهلة لحمايتك من الأمراض التي يمكن الوقاية منها، وهي مهمة بالأخص للأشخاص الذين يعانون من الأمراض المزمنة. ومع ذلك، قد تحتاج إلى تجنب بعض اللقاحات أو الانتظار حتى يصبح جهاز المناعة لديك أقوى، وذلك بحسب مدى تأثير جهازك المناعي.

استشر مقدم الرعاية الصحية حول اللقاحات التي يجب عليك الحصول عليها.

ما هي اللقاحات التي أحتاجها؟

تحدث مع مقدم الرعاية الصحية لمعرفة اللقاحات الموصى بها لك ولأفراد عائلتك. فيما يلي بعض أكثر اللقاحات شيوعاً:

- **لقاح الإنفلونزا:** يُوصى بتلقي لقاح الإنفلونزا المحدث لكل شخص يبلغ من العمر 6 أشهر فأكثر. إذا كنت تبلغ من العمر 65 عامًا أو أكبر، أو يتراوح عمرك بين 18 و 64 عامًا وخضعت لعملية زارعة أعضاء وتتناول أدوية مناعة مثبطة، فاسأل مقدم الرعاية الصحية عن لقاح الإنفلونزا ذي جرعة أعلى.
- **لقاح كوفيد-19:** يُوصى بتلقي جرعة واحدة على الأقل من لقاح كوفيد-19 المُحدَّث لكل شخص يبلغ من العمر 6 أشهر فأكثر. يجب أن تنتظر مدة لا تقل عن شهرين منذ تلقي آخر جرعة من أي لقاح كوفيد-19 قبل أن تحصل على جرعة من لقاح كوفيد-19 المُحدَّث.
- **الالتهاب الرئوي:** يحمي ضد عدة أنواع من بكتيريا السالمونيلا الرئوية التي يمكن أن تسبب العدوى الخطيرة في الأطفال والبالغين. يُوصى بإعطاء سلسلة الجرعات الأربعة الخاصة بالأطفال قبل بلوغ سن الخامسة. للأطفال الأكبر سناً والبالغين، تناول الجرعة كما هو موصى به.
- **لقاح داء القوباء:** هذا اللقاح مكون من جرعتين يحمي من داء القوباء لدى كبار السن، يُعطى على هيئة جرعتين بفاصل زمني يتراوح بين شهرين إلى ستة أشهر لتحقيق أقصى درجات الحماية. موصى به للبالغين الذين تتجاوز أعمارهم 50 عامًا، حتى إذا كنت قد أصبت بالجذري المائي (Chickenpox) من قبل. استشر مقدم الرعاية الصحية الخاص بك إذا كنت قد تلقيت لقاح "زوستر" من جرعة واحدة بالفعل.

اللقاحات للأشخاص ذوي الأمراض المزمنة



- لقاح الكزاز والدفتيريا والسعال الديكي (Tdap) تحمي جرعة واحدة من هذا اللقاح من الكزاز والدفتيريا والسعال الديكي. قد تحتاج لجرعة معززة خلال 10 سنوات.
- لقاح الفيروس التنفسي المخلوي (RSV): للأشخاص الذين تبلغ أعمارهم 75 عامًا وما فوق، تحمي جرعة واحدة ضد فيروس التهاب الشعب الهوائية التنفسي (RSV). يُوصى بتلقي جرعة واحدة من لقاح الفيروس التنفسي المخلوي (RSV) للبالغين الذين تتراوح أعمارهم بين 60 و74 عامًا وكبار السن الذين يعانون من مخاطر أعلى للإصابة بمرض الفيروس التنفسي المخلوي (RSV) الشديد. راجع مقدم الرعاية الصحية الخاص بك لمعرفة المزيد من المعلومات.
- لقاح التهاب الكبد سلسلة من 2 إلى 3 جرعات موصى بها للجميع، يجب على كبار السن البالغ عمرهم 60 عامًا فأكثر التشاور مع مقدم الرعاية الصحية الخاص بهم بخصوص الحصول على هذا اللقاح من عدمه.

كيف أحصل على اللقاحات؟

- يتم الحصول على اللقاحات عبر زيارة مقدم الرعاية الصحية أو الصيدلية. استشر مقدم الرعاية الصحية إذا كانت هناك حاجة لحصولك على جرعات إضافية.
- في حال لم يكن لديك مقدم للرعاية الصحية، اذهب إلى publichealth.lacounty.gov/vaccines للحصول على قائمة بالعيادات التي تقدم اللقاحات المجانية أو منخفضة التكلفة وكذلك لمعرفة المزيد عن اللقاحات. أفضل ما في الأمر أنه يمكنك الحصول على معظم اللقاحات في نفس الزيارة!

مركز الاتصال الخاص بالصحة العامة

لمزيد من المعلومات، فإن مواعيد العمل لمركز الاتصال الخاص بالصحة العامة هي من الساعة 8 صباحًا حتى 8 مساءً طوال أيام الأسبوع على الرقم **(1)(833)(540)(0473)**.



Los Angeles County Department of Public Health

ph.lacounty.gov/vaccines

Vaccines - Chronic Diseases 8/23/24

Arabic



COUNTY OF LOS ANGELES
Public Health