



Mae Brechu yn achub bywydau Vaccination saves lives

هل يجب ان تحصل على لقاح انفلونزا المجاني من الخدمات الصحية الوطنية NHS؟

يمكن أن تكون الإنفلونزا خطيرة جداً، ونتوقع هذا الشتاء أن نشهد انتشاراً لكل من الإنفلونزا والكوفيد-19. يعد الحصول على لقاح الإنفلونزا كل عام أحد أفضل الطرق للوقاية من الإنفلونزا. هذا هو السبب في أن الأشخاص الأكثر عرضة للإصابة بمرض شديد إذا أصيبوا بالإنفلونزا يجب أن يحصلوا على لقاح، حتى لو كانوا يشعرون بصحة جيدة.

لقاح الإنفلونزا مجاني (للأشخاص من سن ستة أشهر) إذا كان لديك:

- مشكلة في القلب
- شكوى في الصدر أو صعوبات في التنفس، ويشمل ذلك الربو الذي يحتاج إلى استخدام أجهزة استنشاق الستيرويد أو اقراص الستيرويد بانتظام.
- مشاكل الكلى
- انخفاض في المناعة بسبب المرض أو العلاج (مثل علاج الستيرويد أو السرطان) أو اذا كنت على اتصال أو تعيش في نفس المنزل مع شخص من ضمن هذه المجموعة
- امراض الكبد
- مرض السكر
- تعرضت لسكتة دماغية (أو سكتة دماغية صغيرة)
- صعوبات تعلم
- مرض عصبي، مثل التصلب المتعدد (MS) أو الشلل الدماغي أو متلازمة ما بعد شلل الأطفال
- مشكلة في الطحال مثل مرض فقر الدم المنجلي، أو خضعت لعملية ازالة الطحال
- ارتفاع وزن الجسم (مؤشر كتلة الجسم BMI) 40 (أو أكثر) (وتبلغ من العمر 16 عاماً أو أكثر)

كما ينصح به وبشكل مجاني إذا كنت:

- حامل
- تبلغ الـ 50 من العمر أو أكبر (بتاريخ 31 مارس 2022)
- تعيش في سكن أو دار للرعاية الصحية
- مقدم رعاية
- المستجيب الأول للمجتمع
- عضو في منظمة تطوعية معترف بها وتقدم الإسعافات الأولية بشكل مخطط له.

يوصى بشدة ان يحصل العاملين في مجال الرعاية الصحية والاجتماعية الذين لديهم اتصال مباشر مع المرضى أو العملاء بالحصول على لقاح الأنفلونزا. وهو لحماية نفسك وحماية الذين ترعاهم. إذا كنت تعمل في دار رعاية، أو تعمل في رعاية الأشخاص في منازلهم، فيمكنك الحصول على لقاح الإنفلونزا المجاني من صيدلية محلية.

يجب أن يحصل الأطفال الذين تتراوح أعمارهم بين عامين أو ثلاثة (في 31 أغسطس 2021) على لقاح الأنفلونزا عن طريق بخاخ الأنف. ويحصلون عليه من عيادة الطبيب العام في معظم المناطق. جميع الأطفال في المدارس الابتدائية وكذلك المدارس الثانوية حتى السنة 11 مؤهلون هذا العام للحصول على لقاح الأنفلونزا عن طريق بخاخ الأنف، وعادة ما يحصلون عليه في المدرسة.

ان لقاح الأنفلونزا يعد من أفضل الطرق للحماية من التقاط ونشر الأنفلونزا.
إذا لم تكن متأكدًا مما إذا كان بإمكانك الحصول على لقاح مجاني ضد الإنفلونزا، فاطلب النصيحة من عيادة الطبيب العام أو الصيدلية المحلية.

لمعرفة المزيد عن الأنفلونزا ولقاح الأنفلونزا يمكنك الدخول على الرابط phw.nhs.wales/flu vaccine