

اللقاحات للبالغين

لن تكبر أبدًا على اللقاحات!

الحصول على اللقاحات عملية ممتدة طول العمر، ووظيفتها حماية الحياة. لا تغادر عيادة مقدم الرعاية الصحية بدون التأكد من حصولك على كل اللقاحات التي تحتاجها.

اللقاح	هل تحتاج إليه؟
التهاب الكبد الوبائي أ (HepA)	ربما. تحتاج هذا اللقاح إذا كان عندك عامل خطر مُحدّد لالتهاب الكبد الوبائي أ* أو إذا كنت تريد ببساطة أن تحمي نفسك من هذا المرض. عادةً ما يتم أخذ اللقاح بجرعتين، يفصل بينهما مدة من 6 إلى 18 شهرًا.
التهاب الكبد الوبائي ب (HepB)	ربما. تحتاج هذا اللقاح إذا كان عندك عامل خطر مُحدّد لالتهاب الكبد الوبائي ب* أو إذا كنت تريد ببساطة أن تحمي نفسك من هذا المرض. عادةً ما يتم أخذ هذا اللقاح على جرعتين أو 3 جرعات، حسب الماركة التج
Hib (المستدمية النزلية من النوع ب)	ربما. يحتاج بعض البالغين ممن عندهم حالات معينة عالية الخطر، مثل النقص في وظائف الطحال، لأخذ لقاح المستدمية النزلية من النوع ب (Hib). تحدث مع مقدم الرعاية الصحية لمعرفة ما إذا كنت بحاجة إلى هذا اللقاح.
فيروس الورم الحليمي البشري (HPV)	نعم! يجب أن تحصل على هذا اللقاح إذا كان عمرك 26 عامًا أو أقل. يمكن أيضًا أن يحصل البالغون من سن 27 إلى 45 عامًا اللقاح بعد الرجوع إلى مقدم الرعاية الصحية المتابع لهم. يتم عادةً أخذ هذا اللقاح على 3 جرعات على مدار 6 أشهر.
الإنفلونزا	نعم! تحتاج إلى جرعة كل خريف (أو شتاء) لحمايتك ولحماية المحيطين بك.
الحصبة والنكاف والحصبة الألمانية (MMR)	ربما. تحتاج إلى جرعة واحدة على الأقل من لقاح الحصبة والنكاف والحصبة الألمانية (MMR) إذا كنت قد وُلدت عام 1957 أو بعده. قد تحتاج أيضًا إلى جرعة ثانية إذا كنت تعمل في مجال الرعاية الصحية أو كنت تسافر بين الدول. ومع ذلك، يُحظر على الأشخاص الذين يعانون من ضعف الجهاز المناعي أن يتناولوا لقاح الحصبة والنكاف والحصبة الألمانية (MMR)*.
المكورات السحائية ACWY (MenACWY)	ربما. قد تحتاج إلى لقاح المكورات السحائية ACWY إذا كنت مصابًا بحالة من الحالات الصحية الكثيرة*، على سبيل المثال، إذا لم يكن عندك طحال يؤدي وظائفه، وكذا جرعات منشطة لو أن خطر تعرضك للإصابة مستمر. تحتاج إلى لقاح المكورات السحائية من نوع A و C و W و Y (MenACWY) إذا كان عمرك 21 عامًا أو أقل وأنت طالب جامعي في الصف الأول تعيش في سكن جماعي ولم يسبق لك الحصول على لقاح أو حصلت على لقاح قبل عمر 16 عامًا.
المكورات السحائية B (MenB)	ربما. تحتاج لقاح المكورات السحائية B إذا كنت مصابًا بحالة من الحالات الصحية الكثيرة*، على سبيل المثال، إذا لم يكن عندك طحال يؤدي وظائفه، وكذا جرعات منشطة لو أن خطر تعرضك للإصابة مستمر. ربما تفكر أيضًا في لقاح المكورات السحائية B إذا كنت تبلغ من العمر 23 عامًا أو أقل (حتى إذا لم تكن تعاني من حالة طبية عالية الخطورة) بعد الرجوع إلى مقدم الرعاية الصحية.
المكورات الرئوية (بنيموفاكس 23، PPSV23؛ بريفنار PCV13، 13)	نعم! لو أن عمرك أقل من 65 عامًا وعندك حالة مُعَيَّنة عالية الخطر (على سبيل المثال، ربو، أو مرض في القلب أو الرئة أو الكلى، أو كبت مناعي، أو ليس لديك طحال يؤدي وظائفه، أو كنت مدخنًا)*، فأنت بحاجة لأحد هذين اللقاحين أو كلاهما. عند سن 65 عامًا (أو أكبر)، ستحتاج إلى PPSV23 وقد يتم إعطاؤك أيضًا PCV13 (إذا لم تكن قد خضعت له من قبل) بعد الرجوع إلى مقدم الرعاية الصحية الخاص بك*.
التيانوس والدفتيريا والسعال الديكي (الشاهوق) (Td، Tdap)	نعم! إذا لم يسبق لك الحصول على جرعة التيتانوس والدفتيريا والسعال الديكي (Tdap) في حياتك، فأنت بحاجة إلى الحصول على حقنة التيتانوس والدفتيريا والسعال الديكي (Tdap) الآن (لقاح السعال الديكي للبالغين). وتحتاج كل النساء للحصول على جرعة خلال كل حمل. بعدها، تحتاج إلى جرعة تيتانوس ودفتيريا Td منشطة أو جرعة تيتانوس ودفتيريا وسعال ديكي Tdap منشطة كل 10 سنوات.. استشر مقدم الرعاية الصحية إذا لم تحصل على 3 حقن على الأقل تحوي ذوفان التيتانوس والدفتيريا في وقت ما من حياتك أو إذا كنت مصابًا بجرح عميق أو متسخ.
الحماق (الجدري المائي)	ربما. إذا لم يسبق لك أبدًا الحصول على لقاح الجدري المائي، أو لم يسبق حصولك على لقاح، أو حصلت على اللقاح لكنك لم تحصل إلا على جرعة واحدة، فتحدث مع مقدم الرعاية الصحية لمعرفة ما إذا كنت بحاجة لهذا اللقاح أم لا*.
النُّطاق (الهربس النُّطاقي)	نعم! إذا كان عمرك 50 عامًا أو أكبر، فينبغي أن تحصل على الجرعتين من الماركة التجارية Shingrix للقاح الهربس النطاقي، حتى وإن كنت قد حصلت بالفعل على اللقاح بالماركة التجارية Zostavax.

هل ستسافر خارج الولايات المتحدة؟ تفضل بزيارة الموقع الإلكتروني لـ مراكز مكافحة الأمراض والوقاية منها (Centers for Disease Control and Prevention (CDC)) على wwwnc.cdc.gov/travel/destinations/list للحصول على معلومات السفر، أو استشر عيادة سفر.

* استشر مقدم الرعاية الصحية المتابع لك لتحديد مستوى خطر إصابتك بالعدوى وحاجتك إلى هذا اللقاح.

Saint Paul, Minnesota • 651-647-9009 • www.immunize.org • www.vaccineinformation.org

www.immunize.org/catg.d/p4030-20.pdf • Item #P4030-20 Arabic (4/20)
"Vaccinations for Adults – You're never too old to get vaccinated!"

immunization
action coalition
IAC
immunize.org