

# التطعيم بوقت الحمل:

## ما يلزم إنك تعرفيه

### ليش لازم أخذ التطعيم إذا كنت حامل أو بخطط الحمل؟

بيعمل الحمل تغييرات معينة في جسمك ممكن أنها تأثر على جهاز المناعة والقلب والرئتين. ممكن تخليك هالتغييرات أكثر تعرض لبعض الأمراض وللعدوى القوية. إذا صار عندك بعض الأمراض المعدية بوقت الحمل، مثل الحصبة الألمانية، ممكن أنو تنتقل العدوى إلى طفلك، ويولد بظروف بتأثر عليه كل الحياة. كمان، في أمراض تانية ممكن الوقاية منا بالتطعيم، مثل السعال الديكي، وبتكون أكثر خطورة عند الأطفال يلي أصغر من عمر التطعيم.

لهيك، اذا اخدي التطعيم اللازم قبل وفي وقت الحمل بيساعد على انو يعطيك أنت وطفلك أفضل حماية ممكنة ضد الأمراض المضرة يلي ممكن الوقاية منا بالتطعيم، مثل الحصبة الألمانية، والحمق (الجدري المائي)، والأنفلونزا، والسعال الديكي، كمثل بلا تحديد ومن دون ذكر غيرهن.

### أنا بخطط للحمل. شو التطعيم يلي لازم اخده قبل الحمل وغير ممكن

#### اخده بوقت الحمل؟



قبل الحمل، في نوعين من التطعيم يلي لازم تفكري تاخدين إذا ما كنتي اخديتين من قبل. هيدا التطعيم هو:

1. تطعيم الحمق (الجدري).
2. تطعيم الحصبة والنكاف والحصبة الألمانية (MMR).

## التطعيمات بوقت الحمل: ما تحتاجي أن تعرفيه

**ملاحظة:** ما فيكي تاخدي هيدا التطعيم بوقت الحمل لأنه تطعيم حي، ببشكل خطرٍ محتمل على الطفل يلي عم ينمي (فيكن تراجعو القسم **التطعيمات الحية مقابل التطعيمات غير الحية** في ورقة الحقائق هنا لزيادة المعلومات).

سبب التوصية بأخذ تطعيم الحماق وتطعيم MMR قبل الحمل هو إذا صار معك الحماق أو الحصبة الألمانية بوقت الحمل، ممكن تكون نالتيجة انو بيخلق طفلك بظروف بتأثر علي كل حياته. بالواقع، بتتعد الحصبة الألمانية السبب الرئيسي لمشاكل الولادة في العالم من بين الأمراض يلي ممكن الوقاية منا بالتطعيم.

إذا صار معك الحماق بوقت الحمل، ممكن يخلق طفلك بوزن قليل بوقت الولادة، أو مع تشوه بالعين أو الأطراف، أو ندبات بالجلد، أو تلف بالدماغ. ممكن اذا صار عندك الحصبة الألمانية بوقت الحمل تمرضي بمتلازمة الحصبة الألمانية الخلقية (CRS)، يلي بتعني أنو طفلك يمكن يولد مع مشاكل بالقلب (اسمها أمراض القلب الخلقية)، أو مشاكل بالعين (إعتام عدسة العين)، أو يكون عندو الصمم، أو الإعاقة الذهنية، أو مرض السكري، من بين أمور أخرى.

إذا كنتي بتخططي للحمل، فتحدثي مع أخصائي الرعاية الصحية الخاص فيكي لتعرفي إذا كنتي بحاجة إلى التطعيم ضد الحماق أو الحصبة الألمانية.

### التطعيمات الحية مقابل التطعيمات غير الحية

بتستخدم التطعيمات الحية نسخة مضعفة (مخففة) من الفيروس أو البكتيريا. بتستخدم التطعيمات غير الحية نسخة ميتة (معتلة) من الفيروس أو البكتيريا، أو أجزاء/منتجات ثانوية من الفيروسات أو البكتيريا.

لأن التطعيمات غير الحية ما بتستخدم فيروس حي أو بكتيريا حية في التطعيم، مستحيل تنصابي بهل الفيروس أو البكتيريا إذا اخدي واحد من هل التطعيمات. لأن التطعيمات الحية بتستخدم نسخة مضعفة من الفيروس أو البكتيريا، ممكن استخدامها بشكل آمن عند الأشخاص يلي بيتمتعوا بجهاز مناعي سليم دون ما يصير معن عدوى.

ومع هيك، ما منصح بشكل عام بالتطعيمات الحية للأشخاص يلي يبعانوا من ضعف كبير بجهاز المناعة - أو للحوامل. إذا كنتي حامل، في احتمال أنه حتى الشكل الضعيف من الفيروس أو البكتيريا الموجودة في التطعيم الحي ممكن انو يصيب طفلك يلي بعد ما ولد ولهيدا السبب منوصي بالتطعيمات غير الحية، وما منصح عادة بالتطعيمات الحية بوقت الحمل.

### أنا حامل. شو هي التطعيمات يلي لازم آخذها؟

في ثلاث تطعيمات منوصي فيها بوقت كل حمل. هال التطعيمات هي:

1. في تطعيم الأنفلونزا (ممكن مراجعة صحيفة الحقائق الخاصة فينا عن تطعيمات الأنفلونزا بوقت الحمل)
2. تطعيم السعال الديكي (السعال الديكي)، بينعطى على شكل تطعيم الكزاز والخناق والتطعيم المركب للسعال الديكي (Tdap) (راجع مخطط المعلومات الخاص فينا عن تطعيم السعال الديكي بوقت الحمل)
3. تطعيم كوفيد-19

إذا اخدتني هل التطعيمات بوقت الحمل بتسمح بنقل بعض الحماية قصيرة المدى ضد هل الأمراض لطفلك (ممكن مراجعة القسم نقل المناعة: كيف بيحمي التطعيم أثناء الحمل طفلك في صحيفة الحقائق هذه لزيادة المعلومات).

ممكن انو الإصابة بالسعال الديكي أو الأنفلونزا بوقت الحمل تسبب الولادة المبكرة، أو يخلق طفلك بوزن قليل عند الولادة، أو انو يولد طفلك ميت. ومع هيدا، إذا حصلتني على التطعيم ضد هل الأمراض بوقت الحمل بعدان التقطني أي من المرضين من شخص ما بوقت نفس الحمل، بتكوني أقل عرضة لتنصابي بهل المضاعفات.

منوصي بأخذ تطعيم كوفيد-19 بشكل خاص للحوامل، لأنو الإصابة بكوفيد-19 بوقت الحمل ممكن تسببلك دخول المستشفى وممكن تسببلك الولادة المبكرة. بتزيد الإصابة بكوفيد-19 بوقت الحمل كمان من احتمال ولادة طفلك بوزن قليل عند الولادة ويحتاج لدخول المستشفى. اخذ التطعيم ضد فيروس كورونا (COVID-19) بوقت الحمل هو أفضل طريقة لحمايتك وحماية طفلك من المرض.



بتمتع كل التطعيمات الثلاثة كمان بسجل أمان جيد، وما في دليل على أن هل التطعيمات بتضرر الأم الحامل أو الطفل.



## نقل المناعة: كيف يسمح التطعيم وقت الحمل بحماية طفلك

وقت تاخذي التطعيم، يدو جسمك بولد بروتينات وقائية اسمها الأجسام المضادة يلي بتحمي بشكل خاص من المرض يلي عم يتم تحصينك ضدو. عندما بتاخذي التطعيم بوقت الحمل، انت بتتقلي بعض من هل الأجسام المضادة لطفلك في الرحم (داخل الرحم). بمجرد ولادة طفلك، بتوفرو هل الأجسام المضادة بعض الحماية قصيرة المدى (بضعة أشهر أو حوالي ذلك) ضد المرض يلي تم تحصينك ضده بوقت الحمل.

## هل في تطعيمات أخرى لازم أنو اخدها بوقت الحمل؟

إذا كنتي حامل، فيكي عادةً تحسلي على أي من التطعيمات غير الحية يلي معتمدة للاستخدام في كندا (ممكن مراجعة القسم **التطعيمات الحية مقابل التطعيمات غير الحية** في صحيفة الحقائق هنا لزيادة المعلومات). منوصي فقط ب Tdap (التيتانوس والدفتيريا والسعال الديكي) وكوفيد-19 والأنفلونزا في كل حمل. بتتضمن قائمة التطعيمات غير الحية يلي ممكن تاخديها بوقت الحمل ما يلي:



1. تطعيم التهاب الكبد ب،
2. تطعيم المستدمية النزلية من النوع ب (Hib)،
3. تطعيم التهاب الكبد الوبائي أ،
4. تطعيم المكورات السحائية،
5. تطعيم المكورات الرئوية، و
6. تطعيم شلل الأطفال غير الحي (شلل الأطفال).

ممكن يوصي أخصائي الرعاية الصحية يلي الخاص فيكي بأخذ واحد أو أكثر من هذه التطعيمات بوقت الحمل، على أساس عوامل مثل تاريخ التحصين الخاص فيكي، وخطط السفر، واحتمال تعرضك لواحد من الأمراض يلي بتحميها هل التطعيمات، وإذا كان عندك أي حالة طبية مزمنة، من بين أمور أخرى.

تحدثي إمع أخصائي الرعاية الصحية الخاص فيكي لتعرفي إذا كان يوصي بأخذ أي من هل التطعيمات بوقت الحمل.

### شو بالنسبة لـ تطعيم الفيروس المخلوي التنفسي (RSV)؟ هل بقدر اخذ على هذا التطعيم إذا كنت حامل؟

نعم! ممكن اخذ تطعيم RSV بأمان إذا كنتي حامل.

اعتبارًا من كانون الأول (ديسمبر) 2023، صار في موافقة على استخدام تطعيم يحمي من الفيروس المخلوي التنفسي في كندا للأشخاص الحوامل في الفترة من 32 إلى 36 أسبوع. التطعيم ضد فيروس RSV بوقت الحمل بيعطي طفلك بعض الحماية قصيرة المدى من عدوى RSV القوية لمدة تصل إلى ستة أشهر بعد ولادته (ممكن مراجعة القسم نقل الحصانة: كيف يحمي التطعيم بوقت الحمل طفلك في صحيفة الحقائق هيدي لزيادة المعلومات). تحدثي مع أخصائي الرعاية الصحية الخاص فيكي لتعرفي إذا كان بإمكانك ان تحصلي على التحصين ضد الفيروس المخلوي التنفسي بوقت الحمل.

### إذا كنت بخطط للسفر بوقت الحمل، هل في تطعيمات معينة لازم

#### أخذها؟

بحسب المكان يلي بتسافري عليه، ممكن يوصي أخصائي الرعاية الصحية الخاص فيكي بأخذ تطعيم للحماية من واحد أو أكثر من الأمراض التالية، خاصة إذا كان من المحتمل أنو تنصابي بعدوى قوية بأحدنا:



1. التيفوئيد
2. الكوليرا
3. الإشريكية القولونية المعوية (إسهال المسافرين)

منعتبر التطعيمات غير الحية يلي بتحمي من هل الأمراض آمنة إذا كنتي حامل، على الرغم من أنو هل التطعيمات لم تتم دراستها على وجه التحديد عند النساء الحوامل (ممكن مراجعة القسم **التطعيمات الحية مقابل التطعيمات غير الحية** في ورقة الحقائق هنا لمزيد من المعلومات).

## التطعيمات بوقت الحمل: ما تحتاجي أن تعرفيه

لا ننصح بتطعيم الحمى الصفراء للحوامل (ببكون تطعيم حي). ومع ذلك، إذا كان لا بد لك من السفر إلى مكان يتكون فيه الحمى الصفراء شائعة/ناشطة جدًا ولن تكوني محمية بشكل جيد ضد لدغات البعوض، ممكن يوصي أخصائي الرعاية الصحية الخاص فيكي بتلقي تطعيم الحمى الصفراء.

منوصي كمان كتير بزيارة عيادة صحة السفر قبل ست أسابيع على الأقل من التخطيط للسفر خارج كندا إذا كنتي حامل. يمكن لعيادات السفر أن تعطيك معلومات حديثة - مثل التطعيمات يلي ممكن تحتاجيها بحسب وجهة سفرك - وعن أفضل طرق لتحمي نفسك وطفلك النامي من بعض الأمراض الموجودة فقط ببلدان أخرى ويلي ممكن أن تكون خطيرة جدًا إذا التقتيها بوقت الحمل.

### هل ممكن ان اخذ التطعيم إذا كنت مرضعة؟



نعم، ممكن ان تاخدي التطعيم بأمان على أي من التطعيمات الموصى فيا بشكل روتيني في كندا إذا كنتي بترضعي طفلك رضاعة طبيعية . ما في دليل على أنو اخذ أي من هل التطعيمات بحالة الرضاعة الطبيعية سيضرك انتي أو طفلك.

ومع ذلك، لا ننصح بالتطعيمات التالية للأشخاص يلي عم يرضعوا :

- 1 . تطعيم الحمى الصفراء
2. تطعيم التيفوئيد عن طريق الفم
3. تطعيم باسيل كالميت غيران
- 4 . تطعيم الإيبولا
5. تطعيم الجدري الحي المتماثل

في الظروف المخففة، ممكن يوصي أخصائي الرعاية الصحية الخاص فيكي بواحد أو أكثر من التطعيمات المذكورة عالياي . ومع ذلك، مثل ما ذكرنا قبل، لا ننصح بها عادةً إذا كنتِ ترضعين طفلك رضاعة طبيعية، لأن ممكن أن تنتقل الفيروسات/البكتيريا الحية المستخدمة في هل التطعيمات إلى طفلك من خلال حليب الثدي . بالنسبة لبعض التطعيمات الأخرى المدرجة، ما في حاليًا بيانات كافية لنحدد إذا ممكن تنعطي بأمان للأشخاص يلي عم يرضعوا رضاعة طبيعية .

## التطعيمات بوقت الحمل: ما تحتاجي أن تعرفيه

### التطعيمات يلي لازم تتأخذ إذا كنتي بتخطي للحمل أو حامل أو بترضعي من الثدي

أنت... التطعيمات الموصيين فيها كثير	التطعيمات يلي لازم ينظر فيها	التطعيمات يلي ما لازم أنت تأخذها
<p>عم بتخطي للحمل</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• تطعيم الحصبة والنكاف والحصبة الألمانية (تطعيم MMR)، للحماية من الحصبة الألمانية على وجه التحديد</li> <li>• تطعيم الحماق (جدري الماء).</li> </ul> <p>ملاحظة: ما بتحتاجي انو تاخدي هل التطعيمات إلا إذا ما أخذتها أبداً بالماضي</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• أي تطعيمات روتينية أو موصيين فيها ما أخذتها من قبل أو ما تم تحديثها</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• لا ينطبق</li> </ul>
<p>حامل</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• تطعيم الكزاز والدفثيريا والسعال الديكي (Tdap)، خصوصي للحماية من السعال الديكي</li> <li>• تطعيم الإنفلونزا</li> <li>• تطعيم الكوفيد-19</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• تطعيم التهاب الكبد البائي</li> <li>• تطعيم المستدمية النزلية من النوع ب (Hib)</li> <li>• تطعيم التهاب الكبد الوبائي "أ"</li> <li>• تطعيم المكورات السحائية</li> <li>• تطعيم المكورات الرئوية</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• أي تطعيمات حية، مثل تطعيم الحصبة والنكاف والحصبة الألمانية (MMR) وتطعيم الحماق (الحصبة الألمانية)</li> </ul> <p>(ممكن الاطلاع على القسم التطعيمات الحية مقابل التطعيمات غير الحية في صحيفة الحقائق هذا لزيادة المعلومات)</p>

## التطعيمات بوقت الحمل: ما تحتاجي أن تعرفيه

أنت... أنتِ حامل	التطعيمات الموصيين فيها كثير	التطعيمات يلي لازم ينظر فيها	التطعيمات يلي ما لازم أنتِ تأخذها
أنتِ حامل	ملاحظة: لازم تاخدي هل التطعيمات في كل حمل، دون النظر إذا قد اخدي هل التطعيمات في الماضي أم لا	<ul style="list-style-type: none"> <li>تطعيم شلل الأطفال غير الحي (شلل الأطفال).</li> <li>تطعيم التيفوئيد غير الحي</li> <li>تطعيم الكوليرا وتطعيم الإشرىكية القولونية (إسهال المسافرين) المسبب للذيفان المعوي</li> </ul>	التطعيمات يلي ما لازم أنتِ تأخذها
الرضاعة الطبيعية	<ul style="list-style-type: none"> <li>لا ينطبق</li> </ul>	<p>يمكنك أن تأخدي بأمان أي من التطعيمات الموصى بها بشكل روتيني في كندا إذا كنت ترضعين طفلك رضاعة طبيعية</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>التطعيم ضد الحمى الصفراء</li> <li>تطعيم التيفوئيد عن طريق الفم</li> <li>باسيل</li> <li>كالميت-</li> <li>تطعيم جيرين</li> <li>تطعيم الإيبولا</li> <li>نسخة مطابقة حية لتطعيم الجدري</li> </ul>

### المراجع

حكومة كندا. (2023). تطعيمات السفر.

<https://travel.gc.ca/travelling/health-safety/vaccines>

وكالة الصحة العامة الكندية. (2022.) دليل التطعيمات الكندي. علم المناعة الأساسي وعلم التطعيمات.

<https://www.canada.ca/en/public-health/services/publications/healthy-living/canadian-immunization-guide-part-1-key-immunization-information/page-14-basic-immunology-vaccinology.html>

دليل التطعيمات الكندي 2023 وكالة الصحة العامة في كندا. (. . .).

تطعيم الأشخاص يلي بيعدونا من ضعف المناعة  
<https://www.canada.ca/en/public-health/services/publications/healthy-living/canadian-immunization-guide-part-3-vaccination-specific-populations/page-8-immunization-immunocompromised-persons.html>



(. دليل التطعيمات الكندي. تطعيمات الحصبة الألمانية 2023 وكالة الصحة العامة في كندا )  
<https://www.canada.ca/en/public-health/services/publications/healthy-living/canadian-immunization-guide-part-4-active-vaccines/page-20-rubella-vaccine.html>

(. دليل التطعيمات الكندي. تطعيمات الحمق (الجدري المائي) 2023 وكالة الصحة العامة في كندا )  
<https://www.canada.ca/en/public-health/services/publications/healthy-living/canadian-immunization-guide-part-4-active-vaccines/page-24-varicella-chickenpox-vaccine.html>

(. دليل التطعيمات الكندي. التطعيم وقت الحمل والرضاعة. 2024 وكالة الصحة العامة في كندا )  
<https://www.canada.ca/en/public-health/services/publications/healthy-living/canadian-immunization-guide-part-3-vaccination-specific-populations/page-4-immunization-pregnancy-breastfeeding.html>

(. دليل التطعيمات الكندي. تطعيمات كوفيد 2024 وكالة الصحة العامة في كندا -19.)  
<https://www.canada.ca/en/public-health/services/publications/healthy-living/canadian-immunization-guide-part-4-active-vaccines/page-26-covid-19-vaccine.html>

(. دليل التطعيمات الكندي. الفيروس المخلوي التنفسي 2024 وكالة الصحة العامة في كندا ) (RSV).  
<https://www.canada.ca/en/public-health/services/publications/healthy-living/canadian-immunization-guide-part-4-active-vaccines/respiratory-syncytial-virus.html>

(. الحصبة الألمانية 2019 منظمة الصحة العالمية ).  
<https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/rubella>