

# Patient Education

## كوفيد-19 بعد التطعيم

You must carefully read the "Consumer Information Use and Disclaimer" below in order to understand and correctly use this information

### حول هذا الموضوع

مرض فيروس كورونا 2019 أو كوفيد-19 هو فيروس ينتشر بسهولة من شخص لآخر. في عام 2020، تم تطوير عدة أنواع من اللقاحات للمساعدة في الوقاية من كوفيد-19. يتم تطعيمك بالكامل بعد مرور أكثر من أسبوعين على تلقيك للجرعة الثانية من سلسلة من جرعتين من اللقاحات أو أكثر من أسبوعين منذ أن تلقيت لقاحًا بجرعة واحدة. حتى ذلك الوقت، من المهم أن تواكب تدابير السلامة العادية.

عندما يتم تطعيمك بالكامل، يعتقد الأطباء حينها أنه من الآمن لك القيام بما يلي:

- عودتك إلى أنشطتك العادية دون ارتداء قناع أو تباعد اجتماعي. قد لا يزال يتعين عليك ارتداء قناع في بعض الأحيان، بناءً على الإرشادات المحلية وعدد حالات كوفيد المحلية. إذا كنت تعيش مع آخرين معرضين لخطر أكبر للإصابة بمرض خطير بسبب كوفيد-19، فلا يزال يتعين عليك جميعًا ارتداء الأقنعة.
- القيام بالسفر. لا تحتاج إلى الخضوع لفحص قبل السفر أو بعده. لا تحتاج أيضًا للخضوع لحجر صحي ذاتي بعد السفر. قد تكون هناك قواعد للاختبار تعتمد على الوجهة التي تتجه إليها.

إذا كان لديك جهاز مناعي ضعيف، فقد لا تكون محميًا بشكل كامل من كوفيد-19، حتى لو كنت قد تلقيت اللقاحات بشكل كامل. استمر في اتخاذ جميع الاحتياطات التي قد تتخذها إذا لم تكن قد تلقيت اللقاحات. يتضمن ذلك ارتداء قناع محكم على أنفك وفمك بالإضافة إلى التباعد الاجتماعي.

إذا كنت متواجداً بالقرب من شخص مصاب بمرض كوفيد-19، فقم بإجراء الاختبار بعد 3 إلى 5 أيام من مخالطتك له، حتى لو لم تكن لديك أي أعراض. ارتد قناعًا في الأماكن العامة لمدة 14 يومًا أو حتى يصبح اختبار كوفيد-19 الخاص بك سلبيًا.

### عام

يرغب الكثير من الناس في عودة الحياة إلى طبيعتها بعد حصولهم على لقاح كوفيد-19. للأسف، لا يمكن فعل ذلك الآن.

### لماذا لا زلت بحاجة إلى توخي الحذر إذا تناولت كل جرعات اللقاح؟

يستغرق جسمك وقتًا لبناء مناعة ضد الفيروس. هذا يعني أنك لست محميًا تمامًا بعد الحصول على الحقنة الأولى أو الثانية مباشرةً. في معظم الأحيان، يستغرق جسمك أسبوعًا أو أسبوعين بعد الجرعة الأخيرة ليصبح محميًا.

يتم اكتشاف سلالات جديدة من الفيروس طوال الوقت. لا يعرف الأطباء على وجه اليقين كيف سيعمل لقاح كوفيد ضد السلالات الجديدة. قد لا يعمل اللقاح الذي تلقيته ضد السلالة الجديدة. أيضًا، لا يعرف الأطباء إلى متى سوف تستمر الحماية من لقاح كوفيد-19.

قد تتمكن من الحصول على جرعة معززة من اللقاح في وقت ما بعد التطعيم الكامل. وهي جرعة إضافية تُعطى للمساعدة في تحسين مناعتك ضد الفيروس. تحدث مع طبيبك حول ما إذا كنت بحاجة إلى الحصول على جرعة معززة.

تعمل اللقاحات بشكل أفضل عندما يحصل عليها معظم الناس في البلد. حينها ينخفض خطر انتقال المرض إلى البلد بأكمله. حينما تحصل على اللقاح سيكون الجميع في مأمن.

### هل يمكنني قضاء الوقت مع عائلتي وأصدقائي؟

يرى الأطباء أنه من الآمن العودة إلى ممارسة الأنشطة في الأماكن المفتوحة أو المغلقة. بعد أن يتم تطعيمك بالكامل، ستكون أقل عرضة بكثير لخطر نقل كوفيد-19. قد تحتاج إلى ارتداء قناع بالداخل في الأماكن العامة إذا كنت في منطقة يوجد بها الكثير من حالات كوفيد-19.

### هل أحتاج إلى الحجر الصحي إذا تعرضت لشخص مصاب بمرض كوفيد-19؟

:لا تحتاج إلى الحجر الصحي إذا:

- تم تطعيمك بالكامل و
- لم تظهر عليك أي أعراض لمرض كوفيد-19 منذ أن تعرضت له.

إذا لم تكن قد أكملت الحصول على جميع الحقن من سلسلة اللقاحات الخاصة بك، يجب عليك حجر نفسك صحتيًا في المنزل وذلك لمدة 14 يومًا. قم أيضًا بممارسة الحجر الصحي في المنزل إذا كنت تعاني من أعراض كوفيد-19.

إذا تعرضت لكوفيد-19، فعليك إجراء الاختبار بعد 3 إلى 5 أيام من التعرض. راقب الأعراض لمدة 14 يومًا، حتى إذا كنت قد تلقيت التطعيم بالكامل. ارتد قناعًا في الأماكن العامة لمدة 14 يومًا أو حتى يصبح اختبار كوفيد-19 الخاص بك سلبيًا.

### هل يمكنني الخروج لتناول الطعام أو لحضور حفل أو حدث رياضي؟

:حينما يتم تطعيمك بالكامل، فإن الأطباء يعتقدون أنه من الآمن لك القيام بما يلي:

- الخروج لتناول الطعام، سواء في الأماكن المفتوحة أو المغلقة.
- حضور الفعاليات المزدهمة مثل الأحداث الرياضية أو الكنسية أو الحفلات الموسيقية.
- ممارسة الرياضة في الأماكن المفتوحة أو المغلقة.
- الذهاب إلى السينما.
- التجمع مع الأصدقاء وأفراد الأسرة.

### ماذا عن السفر؟

يرى الأطباء أن السفر آمن لك عند حصولك على الجرعة الكاملة من اللقاح. في معظم الحالات، لا تحتاج إلى الخضوع لحجر صحي أو اختبار كوفيد-19 قبل سفرك أو بعده. قد تظل بعض الأماكن بحاجة إلى خضوعك للفحص قبل السفر. من الضروري أن تتذكر أن السلالات الجديدة لفيروس كوفيد-19 تتطور حول العالم. هذا يعني أنه في بعض الأماكن توجد قيود أكثر على السفر والحجر الصحي والاختبار. إذا كنت مسافرًا، فابدل قصارى جهدك لتجنب الازدحام، وارتد قناعًا حسب التوصيات، واغسل يديك كثيرًا.

### ماذا أفعل إذا كنت في منطقة بها الكثير من حالات كوفيد-19؟

قد تحتاج إلى ارتداء قناع على أنفك وفمك إذا كنت في منطقة مزدحمة أو بالقرب من أشخاص لم يتلقوا لقاحًا. أيضًا، اغسل يديك كثيرًا. ومارس التباعد الاجتماعي.

### ماذا يجب أن أفعل الآن؟

:استمر في المساعدة في حماية نفسك والآخرين.

- ارتد قناع الوجه القماشي فوق فمك وأنفك إذا كانت التوجيهات المحلية توصي بذلك.

- اغسل يديك بانتظام باستخدام الصابون والماء لمدة 20 ثانية على الأقل، خصوصًا بعد السعال أو العطس. استخدم مواد تعقيم اليدين التي تعتمد على الكحول والتي تحتوي على الكحول بنسبة 60% على الأقل إن لم يتوفر الماء والصابون. افرك يديك بمطهر اليد لمدة لا تقل عن 20 ثانية.

استخدام معلومات المستهلك وإخلاء المسؤولية

هذه المعلومات المعممة هي ملخص محدود للتشخيص و /أو العلاج و /أو معلومات الدواء. ولا يُقصد منها أن تكون شاملةً ويجب استخدامها كأداة لمساعدة المستخدم على فهم و /أو تقييم خيارات التشخيص والعلاج المحتملة. وهي لا تتضمن جميع المعلومات حول الحالات أو العلاجات أو الأدوية أو الآثار الجانبية أو المخاطر التي قد تنطبق على مريض معين. ولا يُقصد بها أن تكون نصيحة طبية أو بديلاً عن المشورة الطبية أو التشخيص أو العلاج لمقدم الرعاية الصحية بناءً على فحص مقدم الرعاية الصحية وتقييم ظروف المريض الخاصة والفريدة من نوعها. يجب على المرضى التحدث مع مقدم الرعاية الصحية للحصول على معلومات كاملة حول صحتهم وأسئلتهم الطبية وخيارات العلاج، بما في ذلك أي مخاطر أو فوائد تتعلق باستخدام الأدوية. لا تؤيد هذه المعلومات أي والشركات التابعة لها من أي UpToDate, Inc. علاجات أو أدوية باعتبارها آمنة أو فعالة أو معتمدة لعلاج مريض معين. تتصلب شركة ضمان أو مسؤولية تتعلق بهذه المعلومات أو استخدامها. يخضع استخدام هذه المعلومات لشروط الاستخدام المتاحة على <https://www.wolterskluwer.com/en/know/clinical-effectiveness-terms>

Last Updated 4/13/22



© 2022 UpToDate, Inc. and its affiliates and/or licensors. All rights reserved.