

الصحة شرط اساسي لحياة حرة ونشيطة . التطعيم تشكل طريق مجربة, لحماية الانسان من الامراض المعدية في كل فترة عمر . وهكذا يستطيع كل واحد - وهذا باقل جهد- ان يفعل شيئاً من اجل صحته.

هذا الدليل هو موجه الى المهاجرين خاصة. الهدف منه هو التوجيه الاولي ويركز على المسائل العملية كتكاليف التطعيم, الخصوصي عند الحوامل او كيف يستحسن عامة التصرف بعد التطعيم.

بمساعدة الجزء الداخلي المتواجد في برنامج التطعيم الشخصي وروزنامة التطعيم 2015 يستطيع القارئ ان يتأكد بسرعة, انه هو وافراد عائلته حاصلون على حصانة تطعيمية كافية . علاوة على ذلك تستطيع ان تجد عناوين للاتصال بدوائر مركزية وتوضيح ما هو مهم من المصطلحات.

طبيبك هو شريكك ويبقى شريكك الاهم بخصوص التطعيم.

قدم هذا الدليل من قبل

مع الدعم الودي



- **التطعيم مهمة في كل سن**
- **التطعيم ينصح بها من قبل متخصصين مستقلين - تجهز لجنة التطعيم الدائمة (ستيكو) في المانيا ويتوكل حكومي سنويا التطعيم الحديثة والموصى بها وبالخصوص جدول التطعيم.**
- **التطعيم امن - تقوم مؤسسات ودوائر مستقلة بفحص ومراقبة الجودة والامان والفائدة للتطعيم ومواد التطعيم.**
- **غالبا ما يكون التطعيم مجانا - غالبا ماتكون جميع التطعيم الموصى بها من قبل ستيكو هي من واجبات شركات التامين القانونية توفرها مجاناً للمؤمنين ولا تنجم عن مواد التطعيم اية تكاليف اضافية.**
- **اطلب القيام بفحص الوضع التطعيمي بانتظام - يستحسن ان يفحص وضعك ووضع اطفالك التطعيمي- الافضل مرة سنويا - (يرجى اصطحاب جواز التطعيم). يتم تعويض التطعيم المهمة.**
- **التطعيم الوقائي من اجل السفر يجرى في الوقت المناسب - اطلب فحص وضعك التطعيمي قبل 6 اسابيع على الاقل قبل موعد رحلة الاجازة او السفر تبعاً الى البلد التي ستسافر اليها.**
- **التطعيم في الوقت المناسب قبل الحمل- على النساء في سن الانجاب بل وخاصة اولئك من لديهن رغبة معينة في انجاب طفل ان تطلب في وقت مبكر ما امكن التأكد من توفر الحماية التطعيمية لها ولافراد اسرتها.**

## برنامجي التطعيم الشخصي

ساعوضه / ساجده	موجود	لقاح ضد
<input type="checkbox"/> أنا <input type="checkbox"/> طفل 2 <input type="checkbox"/> شريك <input type="checkbox"/> طفل 3 <input type="checkbox"/> طفل 1 <input type="checkbox"/> طفل 4	<input type="checkbox"/> أنا <input type="checkbox"/> طفل 2 <input type="checkbox"/> شريك <input type="checkbox"/> طفل 3 <input type="checkbox"/> طفل 1 <input type="checkbox"/> طفل 4	أختناق
<input type="checkbox"/> أنا <input type="checkbox"/> طفل 2 <input type="checkbox"/> شريك <input type="checkbox"/> طفل 3 <input type="checkbox"/> طفل 1 <input type="checkbox"/> طفل 4	<input type="checkbox"/> أنا <input type="checkbox"/> طفل 2 <input type="checkbox"/> شريك <input type="checkbox"/> طفل 3 <input type="checkbox"/> طفل 1 <input type="checkbox"/> طفل 4	أنزلة ألوافدة (إنفلوانزا) نوع ب
<input type="checkbox"/> أنا <input type="checkbox"/> طفل 2 <input type="checkbox"/> شريك <input type="checkbox"/> طفل 3 <input type="checkbox"/> طفل 1 <input type="checkbox"/> طفل 4	<input type="checkbox"/> أنا <input type="checkbox"/> طفل 2 <input type="checkbox"/> شريك <input type="checkbox"/> طفل 3 <input type="checkbox"/> طفل 1 <input type="checkbox"/> طفل 4	فيروس إلتهاب الكبد ب
<input type="checkbox"/> أنا <input type="checkbox"/> طفل 2 <input type="checkbox"/> شريك <input type="checkbox"/> طفل 3 <input type="checkbox"/> طفل 1 <input type="checkbox"/> طفل 4	<input type="checkbox"/> أنا <input type="checkbox"/> طفل 2 <input type="checkbox"/> شريك <input type="checkbox"/> طفل 3 <input type="checkbox"/> طفل 1 <input type="checkbox"/> طفل 4	فيروسات الورم أليمي البشري أمتعددة
<input type="checkbox"/> أنا <input type="checkbox"/> طفل 2 <input type="checkbox"/> شريك <input type="checkbox"/> طفل 3 <input type="checkbox"/> طفل 1 <input type="checkbox"/> طفل 4	<input type="checkbox"/> أنا <input type="checkbox"/> طفل 2 <input type="checkbox"/> شريك <input type="checkbox"/> طفل 3 <input type="checkbox"/> طفل 1 <input type="checkbox"/> طفل 4	أنزلة ألوافدة (الإنفلوانزا)
<input type="checkbox"/> أنا <input type="checkbox"/> طفل 2 <input type="checkbox"/> شريك <input type="checkbox"/> طفل 3 <input type="checkbox"/> طفل 1 <input type="checkbox"/> طفل 4	<input type="checkbox"/> أنا <input type="checkbox"/> طفل 2 <input type="checkbox"/> شريك <input type="checkbox"/> طفل 3 <input type="checkbox"/> طفل 1 <input type="checkbox"/> طفل 4	أسعال ألبديكي (أشاهوق)
<input type="checkbox"/> أنا <input type="checkbox"/> طفل 2 <input type="checkbox"/> شريك <input type="checkbox"/> طفل 3 <input type="checkbox"/> طفل 1 <input type="checkbox"/> طفل 4	<input type="checkbox"/> أنا <input type="checkbox"/> طفل 2 <input type="checkbox"/> شريك <input type="checkbox"/> طفل 3 <input type="checkbox"/> طفل 1 <input type="checkbox"/> طفل 4	شلل الأطفال (إلتهاب سنجابية ألتخاع)
<input type="checkbox"/> أنا <input type="checkbox"/> طفل 2 <input type="checkbox"/> شريك <input type="checkbox"/> طفل 3 <input type="checkbox"/> طفل 1 <input type="checkbox"/> طفل 4	<input type="checkbox"/> أنا <input type="checkbox"/> طفل 2 <input type="checkbox"/> شريك <input type="checkbox"/> طفل 3 <input type="checkbox"/> طفل 1 <input type="checkbox"/> طفل 4	ألحصبة / ألتكاف / ألتحمراء (ألحصبة الألمانية)
<input type="checkbox"/> أنا <input type="checkbox"/> طفل 2 <input type="checkbox"/> شريك <input type="checkbox"/> طفل 3 <input type="checkbox"/> طفل 1 <input type="checkbox"/> طفل 4	<input type="checkbox"/> أنا <input type="checkbox"/> طفل 2 <input type="checkbox"/> شريك <input type="checkbox"/> طفل 3 <input type="checkbox"/> طفل 1 <input type="checkbox"/> طفل 4	مرض ألتكورات ألتسحائية
<input type="checkbox"/> أنا <input type="checkbox"/> طفل 2 <input type="checkbox"/> شريك <input type="checkbox"/> طفل 3 <input type="checkbox"/> طفل 1 <input type="checkbox"/> طفل 4	<input type="checkbox"/> أنا <input type="checkbox"/> طفل 2 <input type="checkbox"/> شريك <input type="checkbox"/> طفل 3 <input type="checkbox"/> طفل 1 <input type="checkbox"/> طفل 4	إلتهاب ألترة ألتكورات ألتريوية
<input type="checkbox"/> طفل 1 <input type="checkbox"/> طفل 2 <input type="checkbox"/> طفل 3 <input type="checkbox"/> طفل 4	<input type="checkbox"/> طفل 1 <input type="checkbox"/> طفل 2 <input type="checkbox"/> طفل 3 <input type="checkbox"/> طفل 4	فيروسات ألتروتا*
<input type="checkbox"/> أنا <input type="checkbox"/> طفل 2 <input type="checkbox"/> شريك <input type="checkbox"/> طفل 3 <input type="checkbox"/> طفل 1 <input type="checkbox"/> طفل 4	<input type="checkbox"/> أنا <input type="checkbox"/> طفل 2 <input type="checkbox"/> شريك <input type="checkbox"/> طفل 3 <input type="checkbox"/> طفل 1 <input type="checkbox"/> طفل 4	تيتانوس (ألتكراز)
<input type="checkbox"/> أنا <input type="checkbox"/> طفل 2 <input type="checkbox"/> شريك <input type="checkbox"/> طفل 3 <input type="checkbox"/> طفل 1 <input type="checkbox"/> طفل 4	<input type="checkbox"/> أنا <input type="checkbox"/> طفل 2 <input type="checkbox"/> شريك <input type="checkbox"/> طفل 3 <input type="checkbox"/> طفل 1 <input type="checkbox"/> طفل 4	جدرى ألتماء (ألتحماق)

\* ينطبق فقط على الرضع في ألتة أشهر ألتولى بعد ألتولادة.

## برنامجي التطعيم الشخصي

في هذه الحالة ضع مصلبا لذلك التطعيم على " موجود". اما اذا لا يوجد تطعيم مثلا لانه لم يجري في السنوات الماضية تطعيم او انك لم تعد تستطيع تذكره او انك اهملت تطعيما في الفترة الاخيرة، عندها ضع مصلبا على "ساعوضه/ساجده". ويتم التعامل هكذا ايضا مع القرين والطفل .

### " فوائد " برنامج التطعيم الشخصي

- هكذا يحصل الانسان على نظرة شاملة اولية - مؤقتة - عن الوضع التطعيمي.
- هذا يخدمك في مناقشة التفاصيل الاخرى مع طبيب الاسرة .



بمساعدة " برنامجي التطعيم الشخصي" تستطيعون , يا قرائنا الاعزاء , ان تتأكدوا من الحالة التطعيمية لكم ولأفراد عائلتكم . وتستطيعون بالقاء نظرة واحدة ان تفحصوا فيما إذا كان هناك تطعيم مجددا او حتى للتعويض نرجو مراعات ان ما هو مذكور في هذا الدفتر " برنامج تطعيم شخصي" هو للتوجيه فقط وليس بديلا لهوية التطعيم التي تملأ وتراقب من قبل طبيب الاسرة (ص.17 ص.25). اذا كنت متردد او لديك اسئلة, الجأ الى طبيب الاسرة.

نصح بالتصرف كالتالي عند وضع برنامج تطعيم شخصي :

على صفحة13 لهذا الدليل تجد روزنامة ستيكو الحالية للعام 2015. انها جدول ماهي التطعيم الموصى بها لحماية عائلتك من الامراض المعدية. ويحتوي ايضا على معلومات مفصلة عن متى تجرى هذه التطعيمات على الوجه الافضل . بناء على المعلومات الموجودة هناك يستطيع الشخص ان يتأكد من التطعيم تلو الآخر، فيما اذا كانت لديه التوصيات المذكورة هناك حتى هذا اليوم وبصورة كاملة.

## Robert Koch-Institut (RKI) / Ständige Impfkommision (STIKO)

Nordufer 20 | 13353 Berlin

Tel.: 030 18754-0 | Fax: 030 18754-2328

<http://www.rki.de>

معهد روبرت كوخ هو الدائرة المركزية الاتحادية في مجال الصحة العامة وهو مختص في كشف الامراض والحماية منها ومكافحتها . معهد روبرت كوخ يقدم الاستشارة للجهات المختصة والوزارات الاتحادية المسؤولة وخاصة وزارة الصحة الاتحادية. تتواجد في هذا المعهد لجان علمية كثيرة ، مثل لجنة التطعيم الدائمة (ستيكو) التي تعلن عن التوصيات بالتطعيم . معهد روبرت كوخ ينشر المعلومات باللغة الالمانية على صفحة الانترنت تحت [http://www.rki.de/DE/Content/Infekt/Impfen/impfen\\_node.html](http://www.rki.de/DE/Content/Infekt/Impfen/impfen_node.html) حول موضوع التطعيم الوقائي، الا انه لا يعطي استشارات لحالات فردية . الطرف المسؤول بخصوص مسائل التطعيم هو طبيبك .

## عناوين مهمة على الشبكة الالكترونية

[www.gesundes-kind.de](http://www.gesundes-kind.de)

[www.impf-experten.de](http://www.impf-experten.de)

[www.impfenaktuell.de](http://www.impfenaktuell.de)

[www.impfen-info.de](http://www.impfen-info.de)

[www.j1-info.de/impfen/](http://www.j1-info.de/impfen/)

[www.kindergesundheit-info.de/themen/risiken-vorbeugen/impfen](http://www.kindergesundheit-info.de/themen/risiken-vorbeugen/impfen)

[www.kinderaerzte-im-netz.de](http://www.kinderaerzte-im-netz.de)

[www.mimi-impfen.de](http://www.mimi-impfen.de)

[www.netdoktor.de/Gesund-Leben/Impfungen](http://www.netdoktor.de/Gesund-Leben/Impfungen)

[www.reisemed-experten.de](http://www.reisemed-experten.de)

## Paul-Ehrlich-Institut (PEI)

---

Bundesinstitut für Impfstoffe und biomedizinische Arzneimittel

Paul-Ehrlich-Straße 51–59 | 63225 Langen

Tel.: 06103 77-0 | Fax: 06103 77-1234

E-Mail: [pei@pei.de](mailto:pei@pei.de) | <http://www.pei.de>

معهد باول إيرليش / المعهد الاتحادي لمواد التطعيم وادوية الطب الحيوي يشرف على امانة وفعالية ادوية الطب الحيوي مثل مثلا المطاعيم المخصصة للانسان والحيوان او الادوية المستخلصة من الدم . إن مجال تخصص معهد باول إيرليش متنوع ويضم ترخيص ومراقبة ادوية الطب الحيوي ويعطي الاذن لاختبارات مستوصفية وتقييم الاعراض الجانبية للادوية.عدا عن ذلك تجري في المعهد ابحاث في مجالات علم الفيروسات والحصانة وعلاج الخلايا والجينات وغيرها.

## Reisemedizinisches Zentrum am Bernhard-Nocht-Institut

---

MD Medicus Reise- und Tropenmedizin GmbH

Bernhard-Nocht-Str. 74 | 20359 Hamburg

Tel.: 0900 1234999 (1,80/Min.) | Fax: 040 42818-340

E-Mail: [rmz@gesundes-reisen.de](mailto:rmz@gesundes-reisen.de) | <http://www.gesundes-reisen.de>

مركز طب السفر ينشر يوميا معلومات عن تفشي المرض ويعطي نصائح للوقاية الصحية اثناء السفر . تضم المعلومات الاساسية عن البلدان المنوي السفر اليها على مواضيع مهمة للصحة مثل الوضع الصحي هناك, الحالة البيئية ومخاطر العدوى الحالية. الى جانب ذلك هناك استشارة تلفونية خاصة بالسفر.

## Deutsches Grünes Kreuz e.V. (DGK)

---

Nikolaistraße 3 | 35037 Marburg  
Tel.: 06421 2930 | Fax: 06421 229-10  
E-Mail: dgk@kilian.de | <http://dgk.de>

الصليب الاخضر الالماني هو اقدم رابطة لدعم الحصانة الصحية والاتصالات في المانيا. اهدافه تتكون من تحضير وتوصيل المعلومات عن المسائل الصحية لأكبر عدد من الجمهور. وتمتلك لهذا بوابة معلومات واسعة.

## Deutsche Gesellschaft für Tropenmedizin und Internationale Gesundheit e.V. (DTG)

---

c/o Bernhard-Nocht-Institut für Tropenmedizin  
Bernhard-Nocht-Str. 74 | 20359 Hamburg  
Tel.: 040 42818-478 | Fax: 040 42818-512  
[www.dtg.org](http://www.dtg.org)

DTG هو اندماج بين

الاطباء والاطباء البيطريين وعلماء الطبيعة الذين يعملون ويبحثون في مجال طب المناطق الحارة، يبحثون ويقدمون الاستشارة. ينضم الى ذلك رعاية الوقاية الطبية لزوار المناطق الإستوائية وشبه الإستوائية بالإضافة الى معرفة وعلاج الامراض الاستوائية المنقولة. جزء من المواضيع المكتسبة من طب المناطق الاستوائية وطب السفر تشتمل على تنبيهات مفصلة عن التطعيم والامراض المعدية. إضافة الى ذلك تنشر قائمة في دوائر التطعيم ضد الحمى الصفراء في كل المانيا. DTG لاتقدم إستشارة فردية لحالة منفردة.



### Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung (BZgA)

---

Ostmerheimer Str. 220 | 51109 Köln  
Tel.: 0221 89920 | Fax: 0221 8992300  
E-Mail: poststelle@bzga.de للسؤال والمعلومات  
E-Mail: order@bzga.de طلب وسائل اعلام ومواد  
<http://www.bzga.de>

المركز الاتحادي للتوعية الصحية (BZgA)

يطور كدائرة متخصصة في الوقاية ودعم الصحة استراتيجيات ويطبقها عن طريق الحملات والبرامج والمشاريع . يضاف اليها نشاطات رئيسية اخرى تتمثل في استحداث اسس ومبادئ لمضامين وطرق التربية الصحية العملية،التدريب ومواصلة التعليم فيمجال التربية الصحية والتوعية الصحية لاشخاص العاملين ,بالاضافة الى التنسيق والتقوية في مجال التوعية الصحية والتربية الصحية. ولجل ذلك فانها ترعى بوابات معلوماتية مختلفة، وتدير بنوك بيانات متخصصة وتشر دراسات علمية خاصة بها. المركز الاتحادي للتوعية الصحية هو دائرة متخصصة داخل نشاط وزارة الصحة الاتحادية.

### CRM Centrum für Reisemedizin GmbH

---

Hansaallee 299 | 40549 Düsseldorf  
Tel.: 0211 90429-0 | Fax: 0211 90429-99  
E-Mail: info@crm.de | <http://www.crm.de>

مركز طب السفر هو مركز متخصص ويعنى بتحسين الاستشارة والرعاية الطبيتين للمسافرين

الى الخارج . فهو يجمع لذلك معلومات الامراض المعدية وغيرها من المخاطر الصحية المهمة ويقيمها. يوفر المركز في قاعدة بيانات عن طب السفر معلومات عن البلدان المنوي السفر اليها، وعن مستوى الصحة والامراض . عدا عن ذلك يضع قوائم لدوائر تطعيم الحمى الصفراء وللاطباء المدربين على طب السفر.



### التطعيم المعيارية

هي التطعيم الموصى بها من ستيكو لعامة الناس وتعتمد على العمر. بصورة عامة هي من واجب صناديق التأمين القانونية وبذلك تكون للمؤمنين مجانية.

### ستيكو

لجنة التطعيم الدائمة هي مجلس خبراء مستقل في معهد روبرت كوخ (RKI) في برلين، تقوم بتحضير توصيات التطعيم الحالية.

### فيروس رفيروسات

الفيروسات هي **طفيليات** في خلايا الكائنات الحية. وهي تحتوي على "برنامج" للتكاثر والانتشار، الا انها ليس لها تمثيل غذائي خاص بها ولهذا فهي تعتمد على التمثيل الغذائي لخلية المضيف.

### المضيف

يعني بالمضيف في علم الاحياء الكائن الحي، الذي يزود عدا عن نفسه كائنا حيا او كثير من كائنات حية اخرى بمواد غذائية ضرورية لحياتها.

## أضرار التطعيم

هي رد الفعل الناجم عن التطعيم والخارج عن المستوى العادي، وتؤدي عند المطعم أو شخص ثالث إلى أضرار صحية أو إقتصادية دائمة. أيضا ما يحصل في الطريق من أو إلى التطعيم يعتبر في مفهوم حقوق التامين ضرا.

## تطعيم الإشارة

التطعيم الذي يتم في ظروف حياتية وصحية خاصة ويتخطى حدود التطعيم المعيارية.

## المرض المعدى

المرض الذي ينتج عن مسبب معدى.

## مطعوم حي

مطاعيم من مسببات تم اضعافها، لكنها قادرة على التكاثُر، تتسبب في عدوى حقيقية ( ولكن غير مؤذية) وتؤدي الى تحصين فعال.

## التطعيم الموصى به علنا للحفاظ على الصحة العامة

تعمل الدوائر الصحية التابعة للولايات كل على حدة بناء على مبدأ توصيات ستيكو الحالية على وضع فهرس لولاية الاتحاد المعنية يحتوي على التطعيم الموصى بها علنا. اذا حصل في إطار هذا التطعيم ضرر تطعيمي ، يكون هناك حق في التعويض عن الضر.

## التفيليات

التفيليات (بالألمانية " متطفل ") هي عبارة عن كائنات حية، تكسب غذائها على حساب كائنات حية اخرى . هذا الكائن الحي المسمى ايضا مضيف يتضرر، ولكنه إما لا او إلا بعد فترة زمنية يقتل. مثال على ذلك هي الدودة الشريطية او الفيروسات.

## التطعيم من اجل السفر

يجرى بالإضافة الى التطعيم المعيارى الموصى به في ألمانيا تطعيم مطلوبة للحماية من الامراض المنتشرة في البلدان المنوي السفر اليها. يطلب في بعض البلدان للدخول اليها شهادات تطعيم رسمية لتطعيم معينة ( الحمى الصفراء،المكورات السحائية ).

## مبادئ الحماية عن طريق التطعيم

مبادئ الحماية التطعيمية هذه (SI-RL)تضع بصورة موثقة ماهي التطعيم التي هي قانونيا من واجبات صناديق التامين. وهي تركز على توصيات ستيكو وتنتشر من قبل اللجنة الاتحادية المشتركة (G-BA).

## الخلايا الدفاعية

عدد كبير من نماذج الخلايا وتفاعلها المعقد له أهمية كبيرة للدفاع المناعي، تسمى هذه الخلايا باختصار الخلايا الدفاعية.

## الحساسية

هو رد فعل عدم تقبل مادة معينة، يؤدي إلى انفعالات مختلفة في الجسم، إلى جانب انفعالات الجلد قد تؤدي في أفضل الحالات إلى صدمة حساسية- مهددة للحياة عن طريق فشل في الدورة الدموية.

## الأجسام المضادة

الأجسام المضادة هي مواد دفاعية للجسم، ينتجها جهاز المناعة بعد التلامس مع مسبب مرضي أو تطعيم .

## تجديد التطعيم

تجديد التطعيم ، يأتي بعد فترة زمنية معينة من التطعيم الأساسي لإثارة جهاز المناعة لرفع كمية الأجسام المضادة ثانية.

## البكتيريا

ميكروبات عضوية وحيدة الخلية بدون نواة خلية، ولكن يتمثل غذائي. تتكاثر عن طريق انقسام الخلايا.

## مزمّن

يأتي بتطور بطئ وتسللي، يستمر طويلا (عكس المرض الحاد).

## التحصين الاساسي

عن طريق إعطاء مادة تطعيم مرارا وبفترات زمنية معينة يتم بناء حماية اساسية ضد مرض ما.

## هوية التطعيم/دقتر التطعيم/جواز التطعيم

في هذه الوثيقة تسجل التطعيم التي اجريت. يستحسن عرضها على الطبيب للتأكد من الوضع التطعيمي.

## روزنامة التطعيم

روزنامة تطعيم ستيكو تضع قائمة لكافة التطعيم المعيارية (انظر صورة 8). هي تظهراي من التطعيمات يستحسن ان يأخذها الانسان وفي اي عمر.

## المضاعفات التطعيمية

هي رد الفعل الناجم عن التطعيم والخارج عن المستوى العادي. العادي هو إحمراء لوقت قصير ورم وألم مكان الحقن، ارتفاع حرارة تحت 39 ونصف، ورم للغدد اللمفاوية، المضاعفات التطعيمية يجب الاعلام عنها.

### الحميراء (الحصبة الألمانية)

المسبب	فيروس الحميراء (الحصبة الألمانية)
وسيلة الانتقال	عدوى القطيرة (الرداذ) و الدم (الحمل)
شكل المرض	غالبا ايضا بدون اعراض (إلا أنه يعتبر خطر على الآخرين- فهو معدى خاصة للحوامل اللواتي لم يصبن حتى الان بالمرض أو لم يتم تطعيمهن- مراحل المرض: حمى وأعراض إنفلوانزا وطفح جلدي أحمر فاتح ودقيق البقع.
المضاعفات	تشوهات في الجنين (عند عدوى الأم خلال الحمل وخاصة العين والأذن والقلب والدماغ)، الولادة المبكرة، التهاب الدماغ والرئتين

### جدري الماء (الحماق)

المسبب	فيروسات جدري الماء (الحماق أنطاقي). المسبب يحدث جدري الماء (كمرض أولي) وفيما بعد يحتمل ايضا حدوث مرض الحزام الناري (الحلأ النطاقي).
وسيلة الانتقال	عدوى القطيرة (الرداذ) ، الملامسة المباشرة ، الدم (في حالة الحمل)!
شكل المرض	حمى ، ألم في الرأس والأطراف، غثيان وطفح جلدي مع حكة وقيحات
المضاعفات	التهابات بكتيرية على الجلد بعد خدش الققيحات، التهاب الرئتين، التهاب المخ والمخيخ أو أغشية الدماغ، تشوه الجنين عند مرض الام اثناء الحمل.تطور صعب عند الوليد الجديد في حالة عدوى الام في فترة الإنجاب

### الكزاز ( تيتانوس)

المسبب	بكتيريا المطثيات الكزازية
وسيلة الانتقال	عن طريق جروح مفتوحة مهما كانت صغيرة.الجروح المتسخة خطيرة بصورة خاصة، لأن المسبب موجود في كل مكان في الارض
شكل المرض	تشنج في عضلات المضغ والوجه، لاحقا تشنج في كل الجسم
المضاعفات	التهاب الرئتين، شلل في عضلات الجهاز التنفسي تكسر في العظام ، رفة في بطينات القلب، توقف القلب.

## النكاف

المسبب	فيروس النكاف
وسيلة الانتقال	عدوى القطيرة (الرذاذ)
شكل المرض	الم في الراس، التهاب في والغدة اللعابية الأذنية، حمى
المضاعفات	التهاب السحايا والملخ، ضرر سمعي دائم، ضعف في الإنجاب بسبب التهاب الخصيتين والمبيض

## أمراض التهاب الرئة بالمكورات الرئوية

المسبب	بكتيريا من نوع المكورات العقدية
وسيلة الانتقال	عدوى القطيرة (الرذاذ)
شكل المرض	حمى، سعال، التهاب الأذن الوسطى والجيوب الأنفية
المضاعفات	التهاب الرئتين، التهاب السحايا القيحي، تسمم في الدم

## امراض فيروس العجلي (الروتا)

المسبب	فيروسات الروتا
وسيلة الانتقال	عدوى المسح
شكل المرض	بداية مفاجئة، إسهال وتقيؤ، حمى
المضاعفات	حالات إسهال وتقيؤ شديدة عند الاطفال الصغار، علاجها ممكن، بسبب فقدان السوائل يمكن ان تتطور بصورة معقدة وشديدة

### شلل الاطفال (التهاب سنجابية النخاع)

المسبب	فيروسات شلل الاطفال (فيروسات سنجابية النخاع)
وسيلة الانتقال	عدوى التلوث (التشحييم)
شكل المرض	غالبا من دون اعراض. في الحالات البسيطة : أعراض غير محددة مع حمى، ألم في الرقبة والعضلات والراس. في الحالات الصعبة: تصلب في العنق والم في الظهر
المضاعفات	ظواهر شلل في الذراعين ، والساقين أو عضلات الجهاز التنفسي ، شلل في الامعاء والمنتانة

### الحصبة

المسبب	فيروس الحصبة
وسيلة الانتقال	عدوى القطيرة (الرداذ)
شكل المرض	حمى ، زكام ، التهاب الملتحمة ، التهاب في منطقة الرقبة والحلق ، طفح نموذجي أحمر على كل الجسد ، أحيانا اسهال
المضاعفات	التهاب الأذن الوسطى والرتتين ، التهاب المخ ، تدمير مستمر للمخ (التهاب الدماغ العام شبه الحاد) ، ندب على القرنية

### أمراض المكورات السحائية

المسبب	بكتيريا من نوع السحائية
وسيلة الانتقال	عدوى القطيرة (الرداذ)
شكل المرض	التطور الخفيف : إتهاب الجهاز التنفسي ، طفح جلدي
المضاعفات	حمى مرتفعة، طفح جلدي مع نزف دموي للجلد، أعراض صدمة ، إتهاب ألسحايا ألدماغية (مرض المكورات , السحائية) تسمم في الدم، غيبوبة

## فيروسات الورم الحليمي البشري

المسبب	فيروسات الورم الحليمي البشري المتعددة
وسيلة الانتقال	عدوى التلامس عن طريق الجلد مباشرة او ملامسة الغشاء المخاطي , غالبا عند الجماع
شكل المرض	تغيرات مرضية في عنق الرحم غالبا لا تسبب الأم او ازعاجات .لا تظهر الأعراض غالبا إلا اذا كان السرطان قد وصل الى مرحلة متقدمة.
المضاعفات	النساء : سرطان عنق الرحم ، سرطان المهبل ، سرطان مقدمة المهبل الرجال: سرطان القضيب الجنسان : ثنائل المنطقة التناسلية ، سرطان الشرج. امراض السرطان في منطقة الرأس والرقبة

## النزلة الوافدة (الانفلوانزا الحقيقية)

المسبب	فيروسات النزلة الوافدة
وسيلة الانتقال	عدوى القطيرة (الرذاذ)
شكل المرض	إرتفاع مفاجئ للحمى ، الأم في الرأس والرقبة والعضل والأطراف ، سعال ، إلتهاب شعبي
المضاعفات	إلتهاب الرئتين , التهاب عضلات القلب , إلتهاب الجيوب الانفية ، إلتهاب الجهاز العصبي تدهور للمرض الاساسي المزمن

## السعال الديكي ( الشاهوق )

المسبب	بكتيريا بورديتيلا الشاهوق
وسيلة الانتقال	عدوى القطيرة (الرذاذ)
شكل المرض	حالات من الهجمات السعالية تستمر لأسابيع مع ضيق في التنفس احيانا , تقئى ، حالات إختناق (عند الاطفال الرضع يكون أحيانا " سعال هاديء ")
المضاعفات	التهاب الاذن الوسطى،التهاب ألرئتين، حالات تشنج ، نزيف ، خاصة عند الاطفال الرضع : تضرر دائم في المخ ، توقف التنفس



# أمراض مهمة ممكن تفاديها عن طريق التطعيمات

## الخنناق

المسبب	بكتيريا الوردية الخناقية
وسيلة الانتقال	عدوى القطيريات (الرداذ) او الاتصال الجسيمي المباشر
شكل المرض	حمى، توعك، ألم في الحلق و ورم، غشاء ابيض نموذجي في الحلق . صعوبة في التنفس والبلع.
المضاعفات	انسداد في الجهاز التنفسي، تضرر عضل القلب تضرر الكلى والكبد، اعراض شلل

## النزلة الوافدة (إنفلونزا) نوع ب

المسبب	بكتيريا النزلة الوافدة نوع ب
وسيلة الانتقال	عدوى القطيريات (الرداذ)
شكل المرض	حمى مرتفعة
المضاعفات	، التهاب السحايا الفيحي، حالات تشنج وتلف دائم في المخ والتهاب للهاة مع ضيق في التنفس وحالات اختناق تسمم في الدم، التهاب الرئتين.

## التهاب الكبد ب

المسبب	فيروس التهاب الكبد ب
وسيلة الانتقال	الدم (الولادة) والسوائل الجسدية الاخرى، الجماع
شكل المرض	غالبا اصفرار في الجلد، إسوداد في البول، تضخم في الكبد، الام غير محددة
المضاعفات	تطور مزمن، ممكن ان يؤدي الى تقلص في الكبد (تليف كبدي) او سرطان في الكبد



إذا اردت معرفة المزيد عن فوائد التطعيم، فننصحك بالرجوع الى مجموعة الصليب الاخضر الالمانية المتاحة على الانترنت مسببات المرض من الالف الى الياء . عدا عن ذلك فإن طبيبك لديه إحاطة بأشكال المرض وبفوائد التطعيم والمخاطر الممكنة للتطعيم ويستطيع بالتعاون معك مناقشة افضل السبل للتصرف. فاطلب استشارته!

## كيف اتصرف بعد التطعيم ؟

ليس هناك من قواعد للتصرف مطلوب مراعاتها بعد التطعيم . ولكن ممكن ان يؤدي بعض فقدان الطاقة او الحمى لمدة يوم الى ثلاثة ايام الى النقص في القدرة على الانجاز . لهذا يستحسن التخلي بعد التطعيم عن الرياضة الشاقة . عند الحمى يمكن استخدام وسائل تخفيض الحمى . التبريد يساعد ضد الورم. استشر في حالة عدم التأكد طبيبك المعالج.

## ماهي تطعيم السفر التي احتاج اليها ؟

على صفحة الانترنت لمركز طب السفر  
<http://www.crm.de> او

<http://www.impfkontrolle.de> التابع

للجمعية الالمانية لطب المناطق الحارة

<http://dtg.org>

معهد بيرنهارد (<http://www.gesundes-reisen.de>)

يوفر معلومات حالية عن بلدان كثيرة، بما

فيها التوصيات التطعيمية لكل منها. انتبه عند

تطعيم السفر الى النقطتين التاليتين:

## ابدأ في الوقت المناسب !

كثير من التطعيم تحتاج من ستة الى ثمانية اسابيع حتى يتم بناء حصانة تطعيمية كافية . اذا تم تناول التطعيم المخصصة للسفر الى بعض البلدان ضد الحمى الصفراء اوالمكورات السحائية قبل وقت قصير من السفر، فانه لايعترف بها من قبل بلد الوجهة ، وقد لا يسمح لك بالدخول(قائمة 1)!

## استفسر عن استرداد التكاليف !

باستثناء التطعيم ضد شلل الاطفال فان تطعيم السفر ليس من واجب صناديق التأمين ، استفسر عن ذلك في وقت مبكر فيما اذا يقوم الصندوق بتعويض التكاليف.

ملاحظة	تطعيم ساري المفعول	تطعيم في موعد اقصاه	تطعيم ضد
تطعيم فقط من قبل دائرة تطعيم معترف بها ضد الحمى الصفراء	على مدى الحياة*	10 ايام قبل السفر	حمى صفراء
غالباً مجموعة ضرورية من مواد التطعيم ضد النوع A, C, W135, Y	3 سنوات بعد التطعيم	10 ايام قبل السفر	المكورات السحائية

قائمة 1 : معلومات عن تطعيم السفر ضد الحمى الصفراء والمكورات السحائية : بعض البلدان تطلب عند الدخول اثبات عن التطعيم ضد الحمى الصفراء و/ أو مرض المكورات السحائية (شهادة التطعيم العالمية في دفتر التطعيم). احيانا يمكن ان تطلب تطعيمات ( مثل تطعيم الزكام ). استفسر عن ذلك في الوقت المناسب.

\*تستمر بعض الدول بالطلب من المسافرين إثبات إعادة لقاح الحمى الصفراء إذا كانت وثيقة لقاحهم لحمى الصفراء أقدم من 10 سنوات. ولهذا يجب الإنتباه إلى قوانين سفر الدول على حده.

## ضد ماذا يستحسن ان يتم تطعيمي ؟

إلا ان روزنامة التطعيم هذه لا تعني الا اللقاحات المعيارية. ويوجد حسب الظروف الحيائية **لقاحات دليية** مفيدة. كثير من صناديق التأمين تتحمل تكاليف هذه التطعيم مثل الكثير ايضا من تطعيم السفر كليا او جزئيا . وحسب التجربة فإنه من الصعب للانسان الغير خبير ان يكون على علم بكل التطعيم الموصى بها. لهذا ننصح ان تلقي من حين الى اخر مع طبيبك نظرة على دفتر التطعيم - من الافضل مرة في السنة . عليك الاستفسار قبل السفر في رحلات بعيدة بما لا يقل عن ٦ اشهر عن تطعيم السفر الضرورية.

## ما الذي يجب مراعاته عند الرغبة في الحمل أو أثناء الحمل؟

على كل النساء في سن الانجاب وخاصة ممن لديهن الرغبة الواضحة في الانجاب , ان يقمن في وقت مبكر ما يمكن بالتأكد من الوقاية من الحصبة الالمانية وجذري الماء . لان هذه المسببات تؤدي عند الاجنة الى تشوه شديد وعند الولادة المبكرة الى الموت . ايضا الحماية الكافية من السعال الديكي مهمة . اثناء الحمل من المستحسن ان لا تجرى إلا التطعيم المطلوبة فقط ، لتفادي المخاطر بالنسبة للطفل. التطعيم ضد الزكام تتم التوصية به حتى للحوامل. وليكون تطعيم الوقاية للحامل كافيا من المهم خاصة ان يكون الناس الذين حولها مطعمين . بذلك يتم تفادي عدوى الحامل من قبل هؤلاء فتتعرض التي ستصبح اما والطفل ايضا. وهنا مطلوب ايضا : يستحسن ما امكن ان يستكمل الوضع التطعيم حتى لأفراد العائلة وذلك منذ بداية الحمل وبناء على تعليمات روزنامة ستيكو للتطعيم ( صورة 8 ) لا يجب اثناء الرضاعة إتخاذ أية اجراءات إجترائية خاصة.

## اسئلة عملية حول التطعيم

تطرح التطعيم غالبا اسئلة . نريد ان نناقش هنا بعض هذه الاسئلة.  
بدون مراعات ذلك ننصح بالرجوع الى طبيبك عند السؤال عن  
التطعيم بالتفصيل وعن ضرورتها ومخاطرها الممكنة.  
طبيبك ملزم بتقديم المشورة لك ولتوعيتك.  
استفد من هذه الامكانية!

### أي طبيب مخول بالقيام بالتطعيم ؟

مبدئيا يطعم كل طبيب مريض . لكن لا يجوز لكل طبيب ان  
يحاسب صناديق التأمين على التطعيم . ولكن اطباء الاسرة والاطفال  
يمكنهم ذلك دائما وكثيرا ما يكونون مخولين للتطعيم.

### هل يجب علي تحضير نفسي للتطعيم ؟

لا، لايوجد هناك تحضيرات خاصة ضرورية، ولكن عليك إصطحاب  
هوية التطعيم ايضا **دفتر التطعيم** او **جوازالتطعيم** عند موعد  
التطعيم . ايضا عندما تذهب لأول مرة الى طبيب جديد. اذا فقدت  
دفتر التطعيم او لم تكن حائزا على واحد، يمكن لطبيبك اعطائك  
وثيقة جديدة . الاطفال والاحداث تحت سن 16 يحتاجون الى  
موافقة الوالدين على التطعيم. بعد ذلك يمكنهم التقريرلرلوحدهم. اذا  
كان لديك اسئلة اكتبها حتى تستطيع الاستفسار عنها من قبل الطبيب  
اذا كان لديك اسئلة اكتبها حتى تستطيع الاستفسار عنها من قبل  
الطبيب.

### ماذا يكلفني التطعيم ؟

جميع التطعيم الموصى بها الآن من ستيكو مجانية  
للمؤمن عليهم. ولا تنجم ايضا اية تكاليف اضافية لمادة التطعيم  
التطعيم بحكم المهنة يتحملها صاحب العمل.  
فقط تطعيم السفر الموصى بها - باستثناء التطعيم ضد  
شلل الاطفال - ليست إلزامية لمزايا صناديق التأمين، إلا ان كثيرا  
من الصناديق تعوض اختياريًا تكاليف تطعيم السفر وكذلك  
ايضا لقاح فيروس الورم الحليمي البشري لمن هم فوق سن 18 او  
التطعيم ضد الزكام (الكريب) لمن هم دون سن الـ 60كليا او  
جزئيا. عليك الإستفسار مسبقًا من صندوق تأمينك او طبيبك.

### متى يسمح بالتطعيم ومتى لا ؟

لايوجد هناك الا القليل من الاسباب التي تمنع  
اجراء التطعيم او تاجيله . اهم سببين لذلك هما مرض معدي حاد  
يجب معالجته او حساسية ضد مكونات الطعام. عدوى مع حمى  
تصل الى 38,5 - فهي كثيرة جدا خاصة عند الاطفال - هذه ليست  
عائق للتطعيم. من المؤسف جدا انه يحدث كثيرا ان لا يطعم بعض  
الناس المصابين بامراض **مزمنة** مثل مرض السكر والاسمتى وامراض  
الدورة الدموية والقلب ، خوفا من الاضرار التي تنجم عن ذلك.

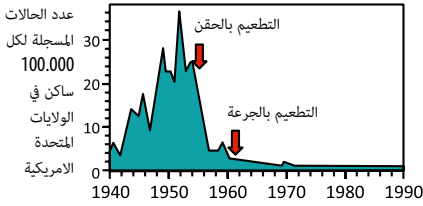
الا ان المرضى المصابين بامراض مزمنة هم الذين يستفيدون من  
التطعيم غالبا، لانه غالبا ما يكون جهازهم للمناعة اضعف منه عند  
الاصحاء حيث يكونون معرضين بذلك اكثر الى امراض معدية . اسأل  
في حالة عدم التاكيد طبيبك.

## معني التطعيم في المجتمع

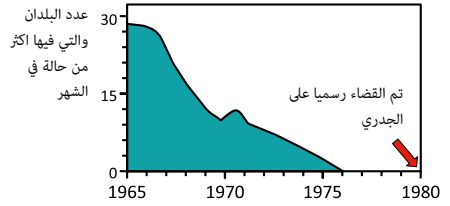
التأثيرات الايجابية للتطعيم المنتظمة هي مثبتة بصورة جيدة. صورة 9 توضح فاعليتها عن طريق المثالين الجدري وشلل الاطفال .

ازداد معدل العمر في المانيا في المائة سنة الماضية الى أكثر من اربعين سنة ويكون بذلك اكثر من الضعف. هذا نتج بوضوح لتغييرات ثلاثة: بسبب نقاء ماء الشرب، التحسن الصحي والتطعيم. تحسن التموين الطبي لا يلعب بالقياس الى تلك الا دورا ضئيلا.

شلل الاطفال



الجدري



صورة 9 : تأثيرات التطعيم مثل الجدري وشلل الاطفال يظهر رد الفعل الماساوي للتطعيم على عدد الحالات. الاكثر نجاحا كان حتى الان هو تطعيم الجدري بفضل اعلنت منظمة الصحة العالمية انه قد تم القضاء على الجدري عالميا عام 1980 .



ابتداءً من 02.10.2012 يمكن ويجب على المرضى أن يخبروا طبيههم أو الصيدليات أو الإدارات الرسمية المسؤولة عن الأدوية عن التأثير الجانبي للأدوية المظن به. لقد تم إنشاء صفحة لتدوين التأثيرات الجانبية للأدوية أو اللقاحات غير المرغوب بها في العنوان: " <https://verbraucher-uaw.pei.de> "

في حالات نادرة جدا يمكن ان يظهر انفعال عدم تحمل للتطعيم. يستحسن التوضيح مع الطبيب فيما اذا كان هناك حساسية ضد مكونات المطعوم. عن هذه وعن ايضا الفوائد والمخاطر الممكنة وعن خبراته مع المطعوم الذي ينوي اعطاه، يستحسن ان يتحدث الطبيب معك وذلك قبل اجراء التطعيم. استغل هذه الفرصة لتوضيح الاسئلة او المخاوف!

#### ماذا لو نجمت عن التطعيم اضرار ؟

تعبير **الضررالتطعمي** كثير عادة ما يشبه خطأ في رأي العامة بتأثيرات جانبية . الا ان التأثيرات الجانبية والتي سبق وصفها نادرا ماتكون اضرار تطعيمية.

يكون هناك ضرر تطعمي، اذا ظهر نتيجة للتطعيم ضرر صحي دائم او اقتصادي بحيث يكون واضحا ان التطعيم يمكن ان يكون هو المسؤول عن ذلك.

في حال ما اذا كان **للتطعيم توصية عامة**، فللمتضرر الحق في الحصول على انجازات تمويبية من قبل الدولة. اضرار التطعيم هي نادرة جدا. ونسبة حدوثها هي حالة واحدة من بين مليون تطعيمة . اي ان الخطر الناجم عنها بحجم ان يصعق الانسان من البرق.

من يركز مواد التطعيم ومن يشرف عليها ؟

من يرغب في الحصول على معلومات عن

التطعيم يثبت له سريعا، ان هناك الكثير من التصريحات المنتشرة مما هو غالبا ما يكون تصريحات متناقضة او البعض منها مغلوطة. والشخص العادي خاصة لا يستطيع الحكم على ثقة المراجع. خاصة التصريحات بخصوص امان مواد التطعيم فانها تؤدي احيانا الى الخوف ورفض التطعيم . الواقع ان مادة التطعيم في المانيا لا ترخص الا اذا ثبت انها امنة وفعالة . هذه الحقيقة يجب ان يثبتها المنتجون من خلال دراسات الفعالية والامان عادة على الكثير من الآف المشتركين.

يتم الاشراف عن طريق مؤسسات وطنية وعالمية . في المانيا، هناك معهد باول إيرليش الحكومي وهو أعلى دائرة إتحادية مسؤولة عن ترخيص ومراقبة مواد التطعيم.

بمساعدة دراسات الامان يمكن الإحاطة بكثير من التأثيرات الجانبية وإن لم تكن جميعها . علاوة على ذلك يجب أن تسلم كل دفعة من مواد التطعيم من قبل دائرة حكومية. لا يوجد هناك أية مجموعة من الأدوية تطبق عليها شروط الأمان العالية مثل ما هو عند مواد التطعيم هذه.

ماهي التأثيرات الجانبية التي يمكن أن يسببها المطعم ؟

كما وضحنا، يصار عند التطعيم إلى إثارة قوة الجسم الدفاعية عن طريق مسببات ضعيفة او ميتة او مكونات المسبب. حيث تقلد العمليات التي تجري في الجسم عند الاتصال بمسبب. لهذا يحصل بعد التطعيم انفعال التهابي تماما وعادي كما هو مرغوب به.

يرتبط مع هذه بالنسبة للمطعم احيانا حالات انزعاج بسيطة . في موقع الحقن يظهر بتكرار نسبي كثيرا او قليلا من الاحمرار او الورم الواضح . احيانا يؤدي الى ألم في العضل مكان الحقن. إضافة إلى ذلك يظهر ورم للغدد اللمفاوية، والإعياء والتعب.

عند التطعيم بمطاعيم حية كما هو الحال عند مطعموم الحصبة يمكن ان يظهر علاوة على ذلك في 5 بالمئة من الحالات مرض تطعيمي وهذه ما هي الاحالة تقليدية خفيفة وبسيطة للمرض المقصود الحماية منه.

عادة ما تكون التأثيرات الجانبية خفيفة وتختفي لذاتها بعد يوم إلى ثلاثة أيام. ينذر أن تتجاوز التأثيرات الجانبية هذا الحجم بوضوح وعندها يطلق عليها مضاعفات تطعيمية. المضاعفات التطعيمية يجب ان يعلن عنها. يعني على الطبيب المطعم ان يخبر مكتب الصحة. المختص بالتعقيدات التطعيمية هذه.

العمر بالسنوات		العمر بالاشهر					العمر بالاسبوع	التطعيم			
اعتباراً من 60 سنة	اعتباراً من 18 سنة	17-15	14-9	6-5	4-2	23-15	14-11	4	3	2	6
A	A (إذا اقتضى الامر) e	A2	A2	A1	N	N	G4	G3	G2	G1	
A	A (إذا اقتضى الامر) e	A2	A2	A1	N	N	G4	G3	G2	G1	
A	A (إذا اقتضى الامر) e	A2	A2	A1	N	N	G4	G3	G2	G1	
					N	N	G4	G3	G2 c	G1	
		A1			N	N	G4	G3	G2 c	G1	
					N	N	G4	G3	G2 c	G1	
S						N	G3	G2		G1	
									(G3)	G2	G1 b
						G1 (اعتباراً من الشهر 12)					
	sf					G2	G1				
						G2	G1				
S											
		N d	G2 d	G1 d							

(صورة رقم ٨ عدل حسب تقويم ستيفو للقاحات عام 2015.)



# تقويم ستيكو للقاحات عام 2015

## ماهي روزنامة التطعيم ؟

روزنامة تطعيم ستيكو تضع جدولاً للتطعيم المعياري الموصى بها لعمر معين . يستحسن اجراء التطعيم في ابكر وقت مامكن.



## تقويم ستيكو للقاحات عام 2015

( صورة 8 صفحة 13 )

يتم الإشارة إلى سن التلقيح المنصوح به بالأسابيع والأشهر والسنوات. مثلاً: اللقاح في سن الـ 9 إلى الـ 14 عاماً يعني من يوم عيد الميلاد التاسع وحتى آخر يوم قبل عيد الميلاد الخامس عشر.

توضيحات	
G	التطعيم الأساسي
A	لقاح مجدّد
S	لقاح معياري
N	لقاح تعويضي
a	يتم إعطاء جرعة لقاح إضافية للمولودين بوقت مبكر (الخدج) في سن الـ 3 أشهر، هذا يعني مامجموعة 4 جرعات.
b	يجب أن يتم إعطاء اللقاح الأول ابتداء من سن الستة أسابيع، وحسب مادة اللقاح المستعمل فإن إثنين إلى ثلاث جرعات ضرورية مع وجود أربعة أسابيع كفاصل زمني بينها على الأقل.
c	يتم الإستغناء عن هذه الجرعة، إذا تم إستخدام مادة لقاح ذو قيمة أحادية.
d	لقاح معياري للفتيات من سن الـ 9 إلى الـ 13 عاماً أو من سن الـ 9 إلى الـ 14 عاماً (حسب مادة اللقاح المستعمل) بجرعتين مع 6 أشهر كفاصل زمني بينهما، وفي حالة اللقاح التعويضي يكون بعد الـ 13 أو الـ 14 عاماً أو يكون في حالة فاصل لقاح زمني أقل من 6 أشهر بين الجرعة الأولى والثانية إعطاء جرعة ثالثة ضرورياً.
e	تجديد التطعيم كل 10 سنوات بعد لقاح الجرعة الأخيرة. اللقاح التالي والذي حان وقته هو لقاح مرض الكزاز (مرض تشنج العضلات) والخناق (الدفترية) ولمرة واحدة كلقاح الكزاز والخناق والسعال الديكي (الشاهوق) أو عند وجود مؤشرات مماثلة مثل لقاح شلل الأطفال المركب (= الكزاز والخناق والسعال الديكي وشلل الأطفال).
f	لقاح لمرة واحدة لكل المولودين بعد عام 1970 وعمرهم 18 سنة أو أكبر لمن يكون وضعهم التطعيمي غير واضح ودون لقاح أو تم إعطائهم مادة لقاح الحصبة والنكاف والحمراء (الحصبة الألمانية) لمرة واحدة فقط.

## النصح بالتطعيم واسترداد التكاليف

### من صاحب القرار في التطعيم ، ضد ماذا ومتى

#### يستحسن القيام بذلك ؟

التطعيم في ألمانيا ليس واجبا . كل شخص يقرر باختياره تطعيم نفسه او اطفاله بعد التوعية من قبل الطبيب بما يعرض عليه من تطعيم معين.

لجنة التطعيم (باختصار: ستيكو ) التابعة لمعهد روبرت كوخ .

الاعضاء في ستيكو هم اطباء وخبراء اخرون ، يعينون من قبل وزارة الصحة الاتحادية . العضوية في ستيكو هي تطوع شخصي . يجب على الاعضاء تادية مهمتهم بدون انحياز.

تحضر ستيكو سنويا توصيات حديثة للتطعيم، وخاصة **روزنامة**

**التطعيم** ( صورة 8 ، انظر صفحة 13/12 ) . هذه تصف اي من

التطعيم هي تطعيم معيارية وفي اي سن هي مفيدة. الى جانب ذلك يتم الوصف والتوصية بتطعيم بحكم المهنة وهذه هي **التطعيم العلاجية و تطعيم السفر**.

هذه تجدها هي ومبررات التطعيم على صفحة الانترنت التابعة

لمعهد روبرت كوخ (<http://www.rki.de>)

توصيات ستيكو هذه تشكل قاعدة **تعليمات التطعيم الوقائي** للجنة

الاتحادية المشتركة المكونة من الاطباء واطباء الاسنان والمعالجين

النفسانين والمستشفيات وصاديق التامين في ألمانيا.

تعليمات التطعيم الوقائي تحدد ماهي التطعيم

التي تتكلف بها صناديق التامين القانونية كلها . وتكون هذه بالنسبة

للمؤمنين مجانية. تطعيم السفر (باستثناء التطعيم ضد شلل الاطفال)

والتطعيم بحكم المهنة (هذه يتحملها رب العمل) لا يجب ان تسترد

من الصناديق. تعليمات التطعيم الوقائي تحدد ايضا ان يعوض التطعيم

المعياري المهمل او المتروك حتى اخر يوم قبل سن 18 ويدفع من

قبل الصناديق.

# أسس التطعيم ومواد التطعيم

## كيف يتم اعطاء مواد التطعيم ؟

يتم اعطاء مواد التطعيم على وسائل مختلفة . معظم مواد التطعيم تعطى عن طريق الحقن إما في العضل، الاليف الدهنية تحت الجلد او في الجلد الا القليل من مواد التطعيم تعطى عن طريق الفم.



## ما هو التطعيم وكيف يتم ؟

التطعيم تؤدي الى حصانة الانسان خاصة تجاه مسببات خطيرة – وبالتحديد البكتيريا والفيروسات فهي تحمي من الامراض ومن المضاعفات الخطيرة مثل الاعاقة البدنية او العقلية وتحمي حتى من الموت.

اذا اجري التطعيم على عدد كبير جدا من الناس ضد الامراض المعدية، فان هذه لن تستطيع الانتشار بين المجتمع . ولان هذا له صفة الوقاية لذلك يطلق عليه تطعيم الحماية . توجد حاليا في المانيا تطعيم للوقاية من 25 مرضا معديا.

مبدأ التطعيم بسيط : يتم تناول المسببات الضعيفة او الميتة او . اجزاء منها كمادة تطعيمية فيحصل في جهاز مناعة الجسم رد فعل مماثل لما يحصل عند مسببات المرض "العادية" حيث تتكون بهدف الدفاع اجسام مضادة وخلايا دفاعية وخلايا ذهنية مناسبة . عند الاتصال بالمسببات الحقيقية تقوم هذه الاجسام المضادة بالحماية . اما الخلايا الذهنية فتقوم بتوفير الحماية طويلة المدى من المسبب.

التطعيم عالية الفعالية، وعلى الرغم من ذلك فانه ليس هناك تطعيم يحمي المطمعين مئة بالمئة من من اي مرض.

### الدم أو سوائل جسدية اخرى

كثير من المسببات تنتشر بواسطة الدم (صورة 6) او سوائل جسدية اخرى مثل اللعاب، الدموع، السائل المنوي وسائل الرحم . ويلعب الاتصال الجسدي الضيق دورا كبيرا في عدوى اللمس. عند العدوى عن طريق الدم فان نقل الدم (الحقن) في المانيا لا يلعب الا دورا غاية في الندرة ، لان معلمات الدم تخضع لفحص دقيق. والاكثر غالبية هو الانتقال اثناء الحمل ، لان الدورة الدموية للام وللطفل متداخلة جدا.



صورة 6 : الانتقال عن طريق الدم هنا اثناء الحمل

### العدوى عن طريق الجروح

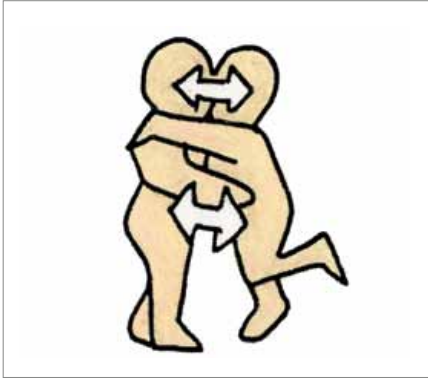
عند الجروح تتغلغل غالبا المسببات داخل الجرح (صورة 7) . ليس دائما يلعب حجم الجرح دورا حاسما. فمن تخزه مثلا شوكة وردة يصاب بمرض التيتانوس حتى لو كان الجرح صغيرا جدا.



صورة 7: عدوى الجروح

### عدوى الملامسة

بعض المسببات تنتقل عن طريق الاتصال الجسمي مثل التقبيل او الجماع الجنسي، (صورة 5) اما الانتقال عن طريق المناشف او كرسي التواليت فهي نادرة.



صورة 5 : عدوى الملامسة

### الانتقال بواسطة الحشرات او كائنات حية اخرى

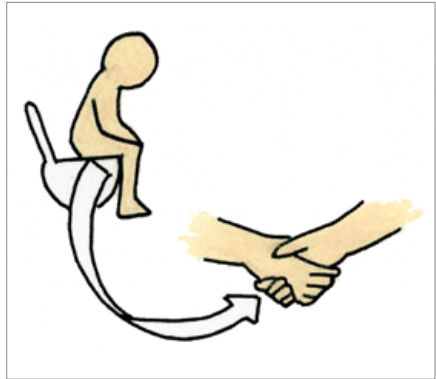
بعض الامراض لانتقل او نادر ما تنتقل مباشرة من انسان الى اخر ، بل تحتاج الى ناقل. غالبا ماتكون هذه حشرات. ففي حالة الحمى الصفراء فان اول ما يصاب بالعدوى هي بعوضة الحمى الصفراء عن طريق دم حيوان مصاب. فتلسع هذه بعد ذلك انسانا ما، فيصاب هذا ايضا بعدوى الحمى الصفراء.

### الانتقال عن طريق البراز او الفم

بعض المسببات تخرج عن طريق الغائط فتنتقل هكذا الى الجوار المحيط . خاصة في البلدان ذات المستوى المنخفض من النظافة فان هذه المسببات غالبا ما تتواجد في مياه الشرب . فمن يشرب هذا الماء او يأكل مواد غذائية غير مطبوخة او فواكه غير مقشرة فانه يصاب بالعدوى.

### عدوى التلوث

الأكثر وقوعا هو الانتقال الغير مباشر خاصة عن طريق الايدي او الادوات التي تلامس الافرازات ( صورة 4). كثير من المسببات المصاحبة للاسهال مقاومة جدا وكمية قليلة منها كافية للعدوى.



صورة 4 : عدوى التلوث- انتقال بواسطة البراز او الفم

## ماهي العدوى

يفهم تحت تعبير العدوى تواجد وتكاثر مسببات مرضية ( مثل البكتيريا، الفيروسات ) في جسم الانسان . العدوى بالمسبب ليست اصابة بالمرض بعد . الا اذا ادت العدوى فورا او بعد تباطؤ زمني الى ظواهر مرضية ( اعراض ) مثل الحمى ، الشعور بالغثيان او طفح على الجلد ، تكون العدوى قد تحولت الى مرض معدي.

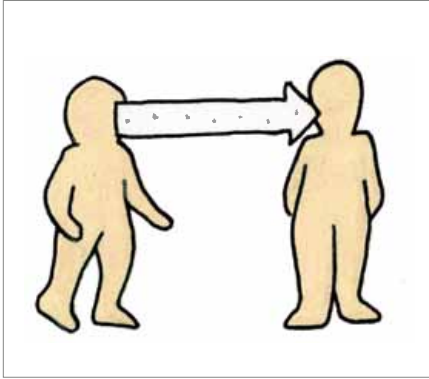
حامل العدوى يمكن ان ينقلها الى شخص اخر، دون ان يمرض هو او انه حتى لا يعلم انه يحمل العدوى لذلك تنتشر الامراض المعدية بسرعة.

## كيف تنتقل مسببات الامراض ؟

نقل العدوى ووسيلتها مهم جدا . الا اذا تغلغل عدد كبير وكاف من المسببات دون تضرر الى الجسم ، من الممكن ان يحصل المرض المعدي. يمكن ان تختلف طرق العدوى بناء على المسبب او المرض.

### عدوى الرذاذ

عند العطس ، السعال ، الكلام والتنفس فاننا نخرج قطرات من السائل، والتي يمكن ان تحتوي على المسببات . وحسب حجم هذه القطرات فانها تبقى في الهواء لمدة يختلف طولها فيقوم الآخرون بتنفسها ( صورة 3) . ايضا يمكن للعدوى ان تتم كثيرا بطريقة غير مباشرة وخاصة بواسطة اليد.



صورة 3 : عدوى الرذاذ (القطرات)

## مسببات الامراض المعديّة وطرق انتقالها



صورة 1 : تصوير على الكومبيوتر لمسبب

السعال الديكي - بكتيريا بورديتلا الشاهوق

### ما الذي يتسبب في اندلاع الامراض المعديّة

كثير من الامراض المعديّة معروفة منذ مئات السنين . إلا أن المعلومات الدقيقة عن اسبابها لا تزال حديثة العهد. مضى وقت طويل كانت فيه التصورات لدى الناس منقوصة او خاطئة عن هذه الامراض . وهذا ما تعكسه المسميات التي تطلق عليها حتى اليوم. الملاريا مثلا مأخوذة من اللغة الإيطالية وتعني بالترجمة الحرفية " هواء رديء".

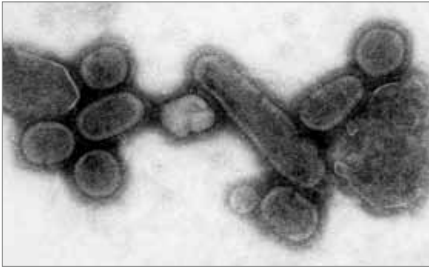
معظم الامراض المعديّة تتسبب بها الفيروسات والبكتيريا.

### ألبكتيريا

يفهم تحت مسمى بكتيريا كائنات حية وحيدة الخلية ( صورة 1 ) , والتي هي من الصغر لدرجة ان الانسان لا يراها بالعين المجردة . من عشرات الآلاف الكثيرة من انواع البكتيريا التي اكتشفت لا يسبب الا القليل منها امراض معدية عند الانسان. تعيش مئات متعددة من انواع البكتيريا على جلودنا وفي الفم والامعاء الغليظة كثيرمن هذه البكتيريا تؤدي وظائف مهمة وتحمي مثلا من الامراض الفطرية .

### ألفيروسات

الفيروسات هي اصغر بكثير من البكتيريا. على راس ديبوس تجد تقريبا 8 بلايين فيروس انفلوانزي مكانا لها . تخترق الفيروسات الخلايا الانسانية وتجربها على تكاثر الفيروس . عندها يتم في النهاية تدمير الخلية المصابة.



صورة 2 : تصوير على مكبر كهربائي لفيروسات الانفلوانزا

# المحتوى

6	..... مسببات الامراض المعدية وطرق انتقاله
10	..... اسس التطعيم ومواد التطعيم
11	..... النصح بالتطعيم واسترداد التكاليف
12	..... تقويم ستيكو للقاحات عام 2015
14	..... مخاطر واعراض التطعيم الجانبية
16	..... معنى التطعيم في المجتمع
17	..... اسئلة عملية حول التطعيم
20	..... امراض مهمة, ممكن تفاديها عن طريق التطعيمات
25	..... اهم المصطلحات*
28	..... اهم العناوين المتخصصة
32	..... برنامجي التطعيمى الشخصى
34	..... الاهم باختصار

"توجد في النص مصطلحات ملونة . تجدها ابتداء من صفحة 25 موضحة باختصار في الفصل " اهم المصطلحات " .



# مقدمة



عزيرأتناالقارئات اعزائنا القراء

الهجرة تعني العيش المتنقل. المجتمع العالمي في يومنا هذا ما هو الا تعبير عن تزايد الامكانيات في التنقل. ومع التزايد السريع لوسائل السفر العالمية يختلط الناس أكثر فأكثر من مناطق مختلفة ببعضهم البعض، مما يجلب على خلفية ذلك تبادل امكانيات نقل الامراض من مسافات بعيدة وانتشارها بسرعة أكثر من قبل. تلعب اللقاحات خاصة دورا بارزا في روابط العناية الحكومية بالصحة العامة فهي ليس فقط تحمي كاجراءات صحية وقائية كل مواطن على انفراد، بل وتحول دون انتشار امراض معينة بواسطة المناعة التي تغطي المجتمع.

في هذه العلاقة يصار الى مراقبة الفجوات التطعيمية لدى المهاجرين في المانيا . فعلى سبيل المثال الاطفال خاصة المولودون منهم في البلدان القادمين منها والذين جاؤا الى المانيا في السنوات الاولى من عمرهم، هؤلاء تجدهم غالبا ما يكونون مطعمين بصورة غيركاملة عند دخولهم المدارس. من الاسباب الرئيسية لهذا النقص هو ما نجده كثيرا من عدم توفر المعرفة في اللغة الالمانية الشئ الذي يحول دون الاستفادة من العروض المطروحة بخصوص الخدمات الوقائية داخل النظام الصحي الالمانى سواء من قبل اولئك الذين يعيشون منذ سنوات طويلة هنا او عند من جاء الى هنا حديثا.

وكما ستستطيعون التاكيد سريعا، فان التطعيم ليس فقط موضوع يخص الاطفال- هناك تطعيم لكل سن. واذا راعينا مفعولات وامنية التطعيم والتي لاتزال محط نقاشات واختلافات في الاراء والمعلومات الخاطئة عن ذلك والتي تؤدي الى التخوف، نرى انه من الضرورة الملحة تقديم حزمة متزنة من التوضيحات.

نتمنى بهذا الدليل الذي بين ايديكم ان نغلق الفجوة الموجودة في المعلومات المعروضة في لغة الام حول موضوع الحماية التطعيمية لابعد مدى وان نساهم في رفع مستوى الاشتراك في التطعيم بين المهاجرين ليتساوى مع مستوى الاكثية من المجتمع الالمانى.

*R. Salman*

Ramazan Salman

مدير اعمال المركز الطبي للشعوب والمجموعات العرقية والمدير العام لمشروع "مي مي MiMi" الصحي

# كلمة ترحيب



القارئات والقراء الأعزاء،

إن الإمداد الصحي الجيد للمهاجرات والمهاجرين يجسم مطلباً مركزياً لسياسة الصحة والاندماج عند الحكومة الاتحادية. وقد تم التّصُّ على أهداف منشودة وملموسة وقابلة للقياس في خطة عمل الإندماج الوطنية لحكومة الإتحاد، والتي توجد في خطة العمل هذه وتشارك في تحسين العناية الصحية. ويُنظر حالياً إلى الإمداد الصحي للمهاجرات والمهاجرين في بعض المجالات بأنه غير كاف، وقد تم تسمية المسببات الرئيسية في ذلك وهي نقص المعلومات والتوعية بالإضافة الى عقبات الدخول إلى النظام الصحي. لكن يوجد بالفعل الكثير من التقدم في هذين المجالين أيضاً.

وسيكون دليل اللقاح الإرشادي المعروض هنا وبعده لغات حجر بناء مهم في الإمداد الصحي للمهاجرات والمهاجرين في ألمانيا. كما أن حماية الصحة العامة تعد أساسياً من المهمات الدستورية للدولة التي تم تحديدها. وفي هذا الصدد يكون تطعيم السكان دعامة أساسية. وليس من الصدفة أن تكون لقاحات الحماية جزءاً أساسياً من جدول مزايا التأمين الصحي القانوني. من أجل هذا الغرض تُعدُّ دوائر الصحة في الولايات جدولاً صالحاً في كل ولاية مسؤولة عن اللقاحات المنصوح بها والمعلن عنها رسمياً، وذلك إستناداً إلى أساس النصائح السنوية التي تضعها لجنة التطعيم الدائمة التابعة لمعهد روبرت كوخ.

إن متوسط نسبة تطعيم السكان هو دليل مهم على الإمداد الصحي. ولذلك يعتبر رفع متوسط نسبة تطعيم السكان ذوي الأصول المهاجرة، وخاصةً عند الأطفال والشباب هدفاً مهماً لخطة عمل الاندماج القومية. إن الاستعداد للتطعيم هو جيد إجمالاً، لكن ينقص هناك في أغلب الأحيان التوعية والمعلومات التي تصل إلى المجموعة المقصودة.

ويكرس المركز الطبي للشعوب والمجموعات العرقية (EMZ) جهده بنجاح منذ عام 1989 للتوسط بمواضيع سياسة الصحة ذات الحساسية الثقافية والتوعية المتعلقة بالهجرة. وقد جرب وسيطات ووسطاء الشؤون الصحية لمشروع "مع المغتربين وللمغتربين (مي مي Mimi)" مشروعهم للقاحات على مستوى الإتحاد بنجاح. ويضع المركز الطبي للشعوب والمجموعات العرقية (EMZ) بدليل اللقاح الإرشادي والمكتوب بـ 16 لغة حجر أساس اضافي مهم للإمداد الصحي عند المهاجرات. والمهاجرين. أتمنى لدليل اللقاح الإرشادي هذا انتشاراً واسعاً.

Hermann Gröhe

هيرمان غروهي

وزير الصحة الإتحادي

# Impressum

Schutzimpfungen – mehrsprachiger Impfwegweiser  
Mehrsprachiger Wegweiser zum Thema Impfen für  
Migrantinnen und Migranten in Deutschland

Kooperationspartner Sanofi Pasteur MSD GmbH  
Alexanderufer 3, 10117 Berlin-Mitte | Deutschland  
www.spmsd.de

Herausgeber: Ethno-Medizinisches Zentrum e.V.  
Königstraße 6, 30175 Hannover | Deutschland  
ethno@onlinehome.de  
www.ethnomed.com

Redaktion: Sanofi Pasteur MSD GmbH,  
Dipl.-Sowi. Ramazan Salman, Dipl.-Sowi. Michael Kopel,  
Dipl.-Psych. Ahmet Kimil, Dipl.-Psych. Elena Kromm-Kostjuk  
(Ethno-Medizinisches Zentrum e.V.), Stephanie Knostmann

Wir danken darüber hinaus Regine Wölle (Sanofi Pasteur MSD GmbH)  
und Dr. Gerhard Pallasch (Kreisgesundheitsamt Stade) für die  
fachliche Unterstützung bei der Entstehung dieser Broschüre.

Lektorat/Gestaltung/Satz: Bernd Neubauer

Übersetzung: Dolmeterserservice Ethno-Medizinisches Zentrum e.V.

Abbildungsnachweise:

Abb 1: © Eckhard Fischer, Muldenstein

Abb 2: Cynthia Goldsmith, Centers for Disease Control (USA); ID 8243

Abb. 3–7: Ethno-Medizinisches Zentrum

Abb. 8: nach STIKO Epidemiologisches Bulletin, Heft 34 (2015)

Abb. 9: modifiziert nach Janeway CA et al. Immunobiology,  
6. Auflage (2005), Garland Science

Bildquellen: S. 1, 10, 12, 15, 27, 33 © Fotolia.com

Der vorliegende Wegweiser ist für eine breite Öffentlichkeit  
vorgesehen. Um die inhaltliche Richtigkeit zu gewährleisten,  
sind alle Rechte vorbehalten. Eine andere Verwendung als  
im gesetzlich festgelegten Rahmen bedarf der vorherigen  
schriftlichen Genehmigung durch die Redaktion.  
Bitte schreiben Sie uns.

Dieser Wegweiser ist in folgenden Sprachen erhältlich:  
Albanisch, Arabisch, Bulgarisch, Deutsch, Englisch, Französisch,  
Griechisch, Italienisch, Kurdisch, Persisch, Polnisch, Rumänisch,  
Russisch, Serbokroatisch, Spanisch, Türkisch

4. Auflage

Stand: September 2015

# تطعيم وقائية

## دليل تطعيم متعدد اللغات

