

واکسیناسیون

راهنمای واکسیناسیون چند زبانه



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
info@ethnomed.com
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: Dolmetscherservice 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 (2016)

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

5. Auflage

Stand: September 2016

پیشگفتار



خواننده ی گرامی،

تأمین بهداشت و سلامت مناسب برای مهاجرین، یکی از دغدغه های اصلی در سیاست سلامت و انتگراسیون (تلفیق با جامعه) دولت فدرال آلمان می باشد. هدف گذاری های مشخص و قابل سنجش که در این حوزه باعث پیشرفت می شوند، در برنامه ی عمل ملی انتگراسیون دولت فدرال تعیین گردیده اند.

در حال حاضر، مراقبت های بهداشت و درمان از مهاجرین، در بعضی از حوزه ها به مقدار کافی دیده نمی شود. اطلاعات و شفاف سازی ناکافی و همچنین موانع دسترسی به سیستم بهداشت و درمان به عنوان عوامل اصلی قابل ذکر می باشند. با این وجود در هر دو حوزه پیشرفت های قابل توجهی به دست آمده است.

دقتچه راهنمای واکسیناسیون چند زبانه ی پیش رو، یک زیربنای مهم برای تأمین بهداشت و سلامت مهاجرین در آلمان خواهد بود. حفاظت از سلامت عمومی جزئی از وظایف تعیین شده ی دولت در قانون اساسی می باشد و این رابطه یک رکن اساسی آن واکسیناسیون عموم مردم خواهد بود.

این تضادفی نیست که واکسیناسیون جزئی از خدمات بیمه های درمانی می باشد. بدین منظور ادارات بهداشت ایالتی بر اساس توصیه های سالانه ارائه شده توسط کمیسیون دایمی واکسیناسیون در موسسه ی روبرت کخ، یک کاتالوگ معتبر در ایالت مربوطه را، شامل واکسن های توصیه شده به عموم، تهیه می کند.

نرخ واکسیناسیون در جامعه، یک شاخص مهم در تأمین سلامت و بهداشت همگانی می باشد. در همین راستا، افزایش نرخ واکسیناسیون در مردم با پیشینه ی مهاجرتی، به ویژه در بین کودکان و نوجوانان، یک هدف مهم برنامه ی عمل ملی انتگراسیون (تلفیق با جامعه) می باشد.

آمادگی برای واکسیناسیون در مجموع خوب است، هنوز اما اغلب دارای کاستی هایی در زمینه ی شفاف سازی و میزان اطلاعات رسیده به گروه مقصد می باشد.

مرکز مردمی - پزشکی از سال ۱۹۸۹، خود را به شکلی فرهنگ مدارانه و متمرکز بر موضوع مهاجرت، با موفقیت وقف انتقال مسایل مربوط به سیاست سلامت نموده است. مربیان بهداشت پروژه ی فدرال "با مهاجران برای مهاجران" طرح واکسیناسیون خود را با موفقیت مورد آزمون قرار داده اند.

مرکز مردمی - پزشکی با ارائه ی راهنمای واکسیناسیون منتشر شده به ۱۶ زبان، سنگ بنای مهم دیگری را در راستای تأمین سلامت و بهداشت مهاجرین بنا نهاده است. من امیدوارم این دقتچه ی راهنمای واکسیناسیون به شکلی گسترده منتشر و توزیع شود.

Hermann Gröhe

وزارت سلامت

مقدمه



خوانندگان عزیز،

مهاجرت به معنای تجربه تحرک است. جامعه گلوبالیزه امروز بیان امکانات فزاینده تحرک است. با رشد سریع ترافیک مسافرتی بین المللی همواره انسان هائی از دورافتاده ترین مناطق جهان با یکدیگر تماس می گیرند، جنبه منفی این تبادل، انتقال بیماری ها از فواصل بزرگ و انتشار سریع تر آنها از گذشته می باشد. در جریان نگرانی دولتی در مورد بهداشت همگانی، واکسیناسیون ها بویژه نقش برجسته ای بازی می کنند: واکسیناسیون بعنوان اقدام بهداشتی پیشگیرانه نه تنها تک تک شهروندان را محافظت می کند، بلکه بعلت ایجاد مصونیت در مردم در سطحی وسیع مانع نشر بیماری های معینی می شوند.

در این رابطه کمبود واکسیناسیون ها در مهاجرین مقیم آلمان مشاهده می شود. برای مثال کودکانی که در سرزمین خود متولد شده اند و در اولین سال های زندگی به آلمان آمده اند، به هنگام شروع دبستان اغلب به طور ناقص واکسینه شده اند. یکی از دلایل اصلی که چشمگیرتر است، کمبود و آشنا نبودن کافی به زبان آلمانی است، که باعث می شود که هم آنهایی که از سال ها پیش در این جا زندگی می کنند و هم آنهایی که بتازگی آمده اند، نتوانند از خدمات پیشگیری موجود در سیستم بهداشتی آلمان استفاده نمایند.

همانطور که سریع در خواهید یافت، واکسن فقط موضوعی برای کودکان نیست - واکسیناسیون برای هر سنی می باشد. بعلاوه اگر در نظر بگیریم که تأثیر و ایمنی واکسیناسیون گاهی زیرعلامت سؤال است و در این رابطه اطلاعات غلط و گیج کننده ای بر سر زبان ها هست، ضرورت تشریحی قابل فهم و متعادل اجتناب ناپذیرتر می شود.

امیدواریم با این راهنمای واکسیناسیون نواقص موجود در ارائه اطلاعات به زبان مادری برای ایمنی واکسیناسیون به میزان زیادی برطرف شود و از این طریق به توازن شرکت مهاجرین در واکسیناسیون با میزان شرکت کنندگان در واکسیناسیون توسط اکثریت آلمانی کمک کند.

Ramazan Salman

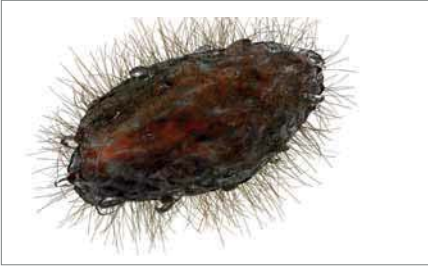
مدیر عامل مرکز مردمی-پزشکی- مدیر جمعی پروژه بهداشتی
می می MiMi

محتوی

| | |
|----|--|
| 6 | مولد بیماری های عفونی و نحوه انتقال (سرایت) آنها |
| 10 | مبانی واکسیناسیون و مواد واکسیناسیون |
| 11 | توصیه واکسیناسیون و بازپرداخت هزینه |
| 12 | تقویم - سال ۲۰۱۶ استیکو |
| 14 | خطرات و تأثیرات جانبی واکسیناسیون |
| 16 | اهمیت اجتماعی واکسیناسیون |
| 17 | سئوالات عملی در مورد واکسیناسیون |
| 20 | بیماری های مهم قابل اجتناب از طریق واکسیناسیون |
| 25 | مهم ترین واژه های تخصصی * |
| 28 | مهم ترین آدرس های تخصصی |
| 32 | برنامه واکسیناسیون شخصی من |
| 34 | مهم ترین مطالب به اختصار |

در متن بعضی از واژه ها بصورت رنگی نشان داده شده اند که از صفحه ۲۵ به بعد در فصل "مهم ترین واژه های تخصصی" کوتاه شرح داده می شوند.

مولد بیماری های عفونی و راه انتقال آنها



تصویر ۱: تصویر کامپیوتری مولد بیماری سیاه سرفه - باکتریوم بورده تلا پرتوسیس می باشد.

چه چیزی باعث ابتلا به بیماری های عفونی می شود؟ بسیاری از بیماری های عفونی از قرن ها پیش شناخته شده اند. ولی آگاهی های دقیق در مورد علت بروز آنها هنوز خیلی جدید است. انسان ها مدت های مدیدی اطلاعات خیلی نادقیق یا تصورات غلطی در مورد این بیماری ها داشتند. این امر امروزه در نام بخشی از بیماری ها منعکس می شوند. برای مثال ریشه واژه مالاریا از زبان ایتالیایی می باشد و معنی لغوی آن "هوای بد" می باشد.

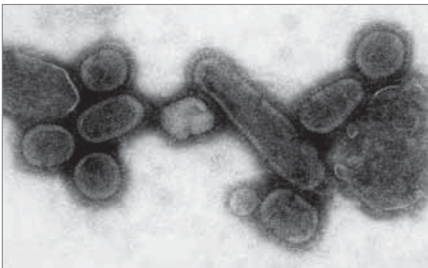
اکثر بیماری های عفونی توسط **ویروس ها** یا **باکتری ها** بوجود می آیند.

ویروس ها

ویروس ها از باکتری ها بسیار کوچک تر اند. (در هر یک سوزن حدود ۸ بلیون ویروس گریپ (تصویر ۲) جای می گیرند. ویروس ها می توانند در سلول های انسانی رخنه کرده و سلول ها را وادار به تکثیر ویروس نمایند. در نهایت سلول هایی که مورد حمله قرار گرفته شده اند از بین می روند.

باکتری ها

باکتری ها موجودات زنده تک سلولی هستند (تصویر ۱)، که به قدری کوچک هستند که با چشم غیر مسلح دیده نمی شوند. از ده ها هزار انواع باکتری که تاکنون کشف شده اند، تعداد اندکی در انسان بیمارهای عفونی ایجاد می کنند. پوست ما، دهان و روده بزرگ همواره جایگاه صد ها نوع باکتری هستند. خیلی از این باکتری ها وظایف مهمی ایفا می کنند و برای مثال در مقابل بیماری های قارچی محافظت می کنند.



تصویر ۲: تصویر میکروسکوپ الکترونیکی از ویروس های گریپ

عفونت چیست؟

جایگیری و تکثیر مولد های بیماری برای مثال باکتری ها و ویروس (در بدن انسان را عفونت و ابتلا می نامند). البته عفونت توسط یک مولد بیماری هنوز بیماری نیست. تنها زمانی که عفونتی بلافاصله یا با تأخیری زمانی به علامات بیماری (سمپتوم) مانند تب، ناخوشی، یا جوش در پوست منجر شود، عفونت به بیماری عفونی تبدیل شده است.

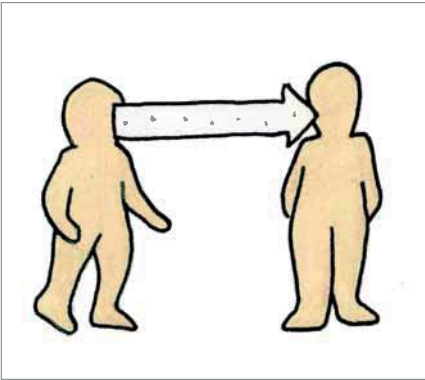
مبتلایان می توانند انسان های دیگر را نیز مبتلا نمایند، بدون آنکه خود بیمار شده باشند یا حتی بدون اینکه از عفونت خود آگاه باشند. به این علت بسیاری از بیماری های عفونی سریعاً گسترش می یابند.

نحوه انتقال مولد های بیماری؟

در هر عفونتی، راه انتقال یا سرایت اهمیت بسزایی دارد. تنها در صورت ورود تعداد به حد کافی زیاد مولد صدمه نیافته به بدن، می تواند بیماری عفونی بوجود بیاورد. نسبت به نوع مولد بیماری و خود بیماری راه های انتقال مختلف وجود دارد.

عفونت ترشخی قطره ای

تعدادی از مولد های بیماری با تخلیه مدفوع به محیط وارد می شوند. پیش از هر جا در کشورهای با استاندارد های بهداشتی پایین، مولد های بیماری اغلب در آب نوشیدنی موجود می باشند. کسانی که این آب را بنوشند، مواد غذایی نپخته یا میوه با پوست را بخورند، ممکن است که مبتلا شوند.



تصویر ۲: عفونت ترشخی قطره ای

انتقال از طریق مدفوع- دهان

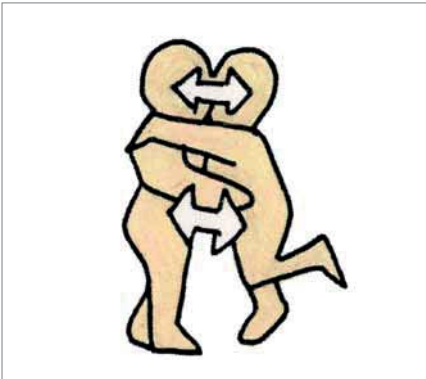
تعدادی از مولد های بیماری با مدفوع خارج و به این ترتیب وارد محیط می شوند. قبل از هر جا در کشورهایی که دارای استاندارد های بهداشتی پایین می باشند، مولد های بیماری اغلب در آب نوشیدنی موجود می باشند. کسانی که این آب را بنوشند، مواد غذایی نپخته یا میوه با پوست را بخورند، ممکن است که مبتلا شوند.

عفونت از طریق مدفوع-دهان

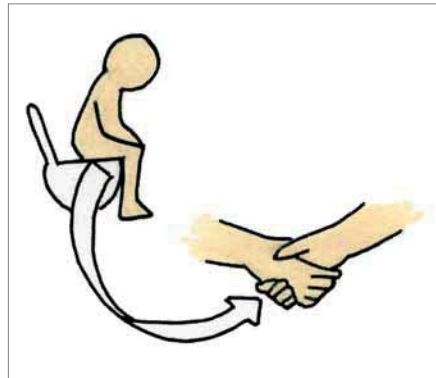
انتقال غیر مستقیم باز هم شایع تر است، مخصوصاً از طریق دستها یا اجسامی که با مدفوع در تماس بوده اند (تصویر ۴). بسیاری از مولدهای اسهال بسیار مقاوم هستند و با مقادیر کم نیز بسیار مسری هستند.

عفونت از طریق تماس

تعدادی از مولد های بیماری از طریق تماس بدنی برای مثال هنگام بوسیدن یا ارتباط جنسی منتقل می شوند. (تصویر ۵). انتقال غیر مستقیم از طریق حوله یا حلقه نشیمن توالت فرنگی به ندرت پیش می آید.



تصویر ۵: عفونت از طریق تماس



تصویر ۴: عفونت از طریق تماس با مدفوع
انتقال از طریق مدفوع- دهان

انتقال توسط حشرات و سایر موجودات زنده

بعضی از بیماری ها بطور غیر مستقیم، یعنی به ندرت از انسان به انسان منتقل می شوند، بلکه به یک حامل نیاز دارند. این حامل ها اکثراً حشرات هستند. اگر پشه تب زرد به حیوانی مبتلا نیش بزند، خود نیز مبتلا می شود و اگر پس از آن به انسان نیش بزند، ممکن است او را هم به ویروس تب زرد مبتلا کن.

خون و سایر مایعات بدن

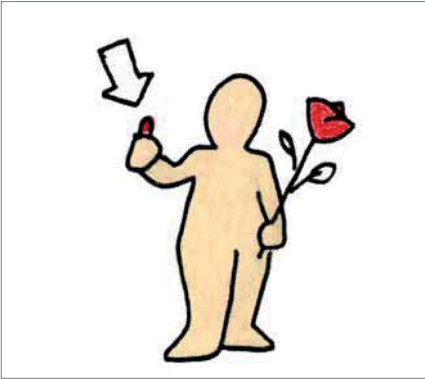
بعضی از مولد های بیماری از طریق خون (تصویر ۶) یا سایر مایعات بدن مانند آب دهان، اشک، اسپرم و مایع واژن منتقل می شوند. تماس در اینجا عفونت مانند نزدیک بدنی از راه تماس نقش بزرگی بازی می کند. در رابطه با سرایت عفونت های از راه خون، از راه انتقال خون در آلمان بسیار به ندرت نقش بازی می کند، زیرا کسروهای خون شدیداً کنترل می شوند. انتقال مولد بیماری در دوران بارداری نسبت به گذشته بیشتر است، زیرا مسیر گردش خون مادر و کودک در ارتباط تنگاتنگ هستند.



تصویر ۶: انتقال بیماری از راه خون در این جا در هنگام بارداری

عفونت های زخمی

در جراحات اغلب مولد بیماری ها وارد زخم می شوند (تصویر ۷). اندازه زخم در این حالت همیشه نقش تعیین کننده ای ندارد. برای مثال کسی که خار گل سرخی به دستش می رود، امکان ابتلا به بیماری کزاز را دارد، حتی اگر جراحی بسیار کوچک باشد.



تصویر ۷: عفونت از راه زخم

مبانی واکسیناسیون و مواد واکسن

ماده واکسن چگونه داده می شود؟

مواد واکسن را می توان از راه های مختلف به انسان رساند. اکثر مواد واکسن توسط سرنگ در عضله در بافت زیر بافت چربی تزریق و یا به پوست داده می شوند. تعداد کمی از مواد واکسن بعنوان واکسن خوردنی داده می شوند.



واکسن چیست و چگونه عمل می کند؟

واکسیناسیون انسان ها را در مقابل مولدهای بسیار خطرناک، مخصوصاً باکتری ها و ویروس ها مقاوم تر می کند. واکسن ها می تواند بخصوص در مقابل بیماری ها و در نتیجه دشواری های پیچیده مانند معلولیت جسمی یا روانی و گاهی حتی مرگ حفاظت می کنند.

چنانچه که انسان های زیادی علیه بیماری های عفونی خاصی واکسینه شده باشند، این بیماری ها نمی توانند در بین مردم انتشار یابند. بعلت خاصیت پیشگیرنده واکسیناسیون، اغلب از واکسیناسیون های حفاظتی یا ایمنی صحبت می شود. در حال حاضر واکسن هائی برای مقابله با ۲۵ بیماری عفونی وجود دارند و در اختیار هستند.

عملکرد واکسیناسیون بسیار ساده است: مولد های کشته و تضعیف شده یا اجزائی از آنها به عنوان ماده مایه کوبی وارد بدن می گردند. سیستم دفاعی بدن در مقابل آنها همانگونه عکس العمل نشان می دهد که در مقابل مولد های "نرمال = معمولی"، به این ترتیب که به منظور دفاع پادتن و سلول های دفاعی و همچنین سلول های حافظه دار مربوطه را می سازد. در صورت تماس با مولد های اصلی، این پادتن ها بلافاصله به حفاظت می پردازند. سلول های حافظه ای ایمنی دراز مدت در مقابل مولد ها را به عهده می گیرند.

واکسیناسیون ها بسیار موثر هستند. معذالک هیچ واکسنی نمیتواند همه افرادی را که واکسینه شده اند ۱۰۰٪ در برابر بیماری مربوطه ایمن سازد.

توصیه واکسیناسیون و پس گرفتن هزینه

چه کسی در مورد نوع و زمان واکسیناسیون تصمیم می گیرد؟

در آلمان واکسیناسیون اجباری وجود ندارد. هر شخصی پس از آگاهی یافتن توسط پزشک میتواند به دلخواه خود از امکان واکسیناسیون خاصی برای خود یا فرزند خود استفاده می کند هر فردی آزادانه تصمیم می گیرد.

این سوال که چه نوع واکسیناسیون هایی برای چه کسی و در چه زمانی مفید هستند، از وظایف کمیسیون دائمی واکسیناسیون (کوتا: اس ت ای کا او STIKO)

در موسسه روبرت - کخ ار کا ای می باشد. اعضای اس ت ای کا او پزشکان و دیگر متخصصانی هستند که توسط وزارت بهداشت فدرال تعیین می شوند. عضویت در اس ت ای کا او سمتی شخصی وافتخاری می باشد. اعضا موظف به انجام وظایف با حفظ بی طرفی هستند.

اس ت ای کا او توصیه های واکسیناسیون سالانه به روز شده و به ویژه **تقویم واکسیناسیون** را تهیه می کند (تصویر ۸، نگاه کنید به صفحات ۱۳/۱۲). در این تقویم در مورد این که چه واکسیناسیون هایی بعنوان **واکسیناسیون های استاندارد** در چه سنی مفید هستند و افزون بر آن واکسیناسیون های مربوط به حرفه که **واکسیناسیون ویژه گروهی** نامیده می شوند و همچنین **واکسیناسیون مسافرتی** توضیحات و توصیه هایی داده می شود.

آنچه گفته شد را به همراه استدلال توصیه ها در صفحات اینترنتی انستیتو روبرت-کخ می توانید ببینید (<http://www.rki.de>).

توصیه های اس ت ای کا او تشکیل دهنده مبانی **رهنمودهای واکسیناسیون حفاظتی** کمیته مشترک فدرال (گ ب آ) پزشکان، دندانپزشکان، متخصصین روان درمانی، بیمارستان ها و صندوق های بیمه درمانی در آلمان می شند.

دستورالعمل های واکسیناسیون حفاظتی به شیوه الزامی مشخص می کند که چه واکسیناسیون هایی از خدمات اجباری صندوق های بیمه قانونی هستند. از این رو این گونه خدمات برای بیمه گزاران مجانی می باشند. صندوق های بیمه درمانی رسمی الزامی به پرداخت مخارج برای واکسیناسیون های مسافرتی ندارند (به استثنای واکسیناسیون علیه فلج اطفال) و واکسیناسیون های مربوط به مشاغل (از سوی کارفرما متقبل می شوند).

دستور العمل های واکسیناسیون حفاظتی تعیین می کنند که واکسیناسیون های استاندارد مورد اهمال یا اجتناب تا یک روز قبل از ۱۸ سالگی بعنوان واکسیناسیون های معوقه از طرف صندوق های بیمه پرداخت شوند.

تقویم واکسیناسیون چیست؟

تقویم واکسیناسیون است ای کا او STIKO کلیه واکسیناسیون های استاندارد را که برای سنین خاصی توصیه می شوند، بصورت لیست در می آورد. واکسیناسیون ها باید در اولین زمان ممکن انجام شوند.



تقویم - سال ۲۰۱۶ استیکو

(به تصویر ۸، صفحه ۱۳ نگاه کنید)

سن توصیه شده برای واکسیناسیون به سال، ماه و روز ارائه می شود. برای مثال: واکسیناسیون در سنین بین ۹ تا ۱۴ سال یعنی از نهمین سالروز تولد تا یک روز پیش از ۱۵ سالگی.

| توضیحات | |
|---------|---|
| G | گ واکسیناسیون پایه |
| A | آ واکسیناسیون تجدید |
| S | اس واکسیناسیون استاندارد |
| N | ن واکسیناسیون معوقه |
| a | نوزادان یک واحد (دُز) واکسن مکمل در سن ۳ ماهگی دریافت می کنند؛ یعنی در مجموع ۴ واحد. |
| b | اولین واکسیناسیون می بایست از سن ۶ هفتگی به بعد انجام گیرد، و به نسبت نوع واکسن به کار برده شده ۲ یا ۳ واحد با فاصله ی حداقل ۴ هفته لازم می باشد. |
| c | در صورت استفاده از واکسن نوع تک ظرفیتی این واحد (دُز) می تواند حذف شود. |
| d | واکسن استاندارد برای دختران در سنین بین ۹ تا ۱۳ سال و همچنین ۹ تا ۱۴ سال (به نسبت نوع واکسن مورد استفاده) در دو واحد با فاصله ی ۶ ماه. و در مورد واکسن جبرانی در سنین بالاتر از ۱۳ و یا ۱۴ سال و همچنین در صورت واکسیناسیون با کمتر از ۶ ماه فاصله بین اولین و دومین واحد، یک واحد(دُز) سوم هم الزامی است. |
| e | Td (= کزاز و دیفتی) تجدید واکسن هر بار ۱۰ سال پس از آخرین واحد دریافت شده ی پیشین. موعد تزریق بعدی واکسن دوگانه بزرگسالان یک مرتبه ای به عنوان واکسن سه گانه (دیفتی، کزاز و سیاه سرفه = Tdap) و یا با علائم بیماری منطبق به عنوان واکسن تلفیقی سه گانه- پولیو (فلج اطفال). |
| f | واکسن تعویقی سرخک: واکسیناسیون یک مرحله ای با ماده MMR (= سرخک، سرخچه و اوریون) به طور کلی برای تمامی متولدین سال ۱۹۷۰ به بعد، افراد بالای ۱۸ سال با وضعیت نامشخص واکسیناسیون، بدون واکسیناسیون یا با واکسیناسیون در کودکی |

| واکسیناسیون | | سن و سال به هفته | سن به ماه | | | | | | سن به سال | سن به سالگی | واکسیناسیون سالانه | واکسیناسیون | | |
|--------------------------------|--|------------------|-----------|------|-----|-------|------------------|-------|-----------|-------------|--------------------|------------------------------|----------|--|
| | | | ۱-۳ | ۴-۶ | ۷-۹ | ۱۰-۱۲ | ۱۳-۱۵ | ۱۶-۱۸ | | | | | | |
| | | ۶ | ۲ | ۳ | ۴ | ۱۱-۱۴ | ۱۵-۲۲ | ۴-۶ | ۵-۶ | ۹-۱۴ | ۱۵-۱۷ | از ۱۸ سالگی | ۶۰ سالگی | |
| کزاز (تتانوس) | | | G1 | G2 | G3 | G4 | N | N | A1 | A2 | A2 | N ^e در صورت ضرورت | A | |
| دیفتری | | | G1 | G2 | G3 | G4 | N | N | A1 | A2 | A2 | N ^e در صورت ضرورت | A | |
| سیاه سرفه | | | G1 | G2 | G3 | G4 | N | N | A1 | A2 | A2 | N ^e در صورت ضرورت | A | |
| هموفیلوس آنفولانزی نوع ب (Hib) | | | G1 | G2C | G3 | G4 | N | N | | | | | | |
| فلج اطفال | | | G1 | G2C | G3 | G4 | N | N | A1 | | | N در صورت ضرورت | | |
| هیپاتیت ب | | | G1 | G2C | G3 | G4 | N | N | N | | | | | |
| بیماری های - پپوموکوک های a | | | G1 | | G3 | G3 | N | | | | | S | | |
| ویروس های روتا | | | G2 | (G3) | | | | | | | | | | |
| مینوزوکوک ها | | | | | | | G1 (از ۱۲ ماهگی) | | N | | | | | |
| اوربون / سرخک سرخچه | | | | | | G1 | G2 | | N | | | Sf | | |
| آبله مرغان (Windpocken) | | | | | | G1 | G2 | | N | | | | | |
| گریپ اصل | | | | | | | | | | | | | | |
| ویروس های پاپیلوم انسانی (HPV) | | | | | | | | | | | Nd | G2d | G1d | |

در مورد خطرات و تأثیرات جانبی واکسیناسیون

چه کسی به مواد واکسن مجوز می دهد و بر آنها نظارت می کند؟

کسی که مایل به کسب آگاهی در باره واکسیناسیون می باشد، خیلی زود به این نتیجه می رسد که در این باره اغلب اطلاعات ضد و نقیض و بخشی هم به غلط بر سر زبان ها است. قابل اعتماد بودن منابع اطلاعات قبل از همه برای اشخاص غیر متخصص به سختی قابل تشخیص است. بخصوص اطلاعات در باره، مورد مطمئن بودن مواد واکسن گاهی موجب شک و تردید زیاد و اجتناب از واکسیناسیون می شود. واقعیت این است که مواد موجود در واکسن در آلمان فقط زمانی مجوز مصرف می گیرند که مطمئن و موثر بودن آن ها ثابت شده باشد. تولیدکنندگان باید این موضوع را با پژوهش در مورد تأثیر و مطمئن بودن مواد واکسن با شرکت معمولاً چندین هزار نفر شرکت کننده اثبات کنند.

ادارات ملی و بین المللی بر این جریان نظارت دارند. در آلمان انستیتوی دولتی پآول- ارلیش (پ ای ای PEI) بعنوان بالاترین اداره فدرال برای دادن مجوز و نظارت بر مواد واکسن مسئول می باشد.

با کمک تحقیقات در مورد مطمئن بودن، بسیاری از تأثیرات جانبی، اگر چه نه همه، قبل از دادن مجوز مشخص می شوند. از آن گذشته تک تک مواد واکسن باید از سوی مسئولین دولتی مجاز شناخته شوند. سختی شرایط مطمئن بودن در هیچ گروهی از داروها بسختی شرایط ماده واکسن نمی باشد.

مواد واکسن باعث بروز چه عوارض جانبی می توانند بشوند؟

همانطور که در قبل گفته شد، نیروی های دفاعی بدن به هنگام واکسیناسیون توسط مولد های ضعیف شده یا مرده یا اجزای مولد فعال می شوند. در این حال فرآیندهائی تقلید می شوند که در صورت تماس با مولد در بدن ایجاد می شدند. در نتیجه واکسیناسیون به یک واکنش عفونی کاملاً عادی و مطلوب منجر می شود.

گاهی در نتیجه واکسیناسیون ناملایماتی که اغلب بدون خطر اند برای فرد واکسینه شده بوجود می آید. محل تزریق اغلب کم و بیش سرخ رنگ یا متورم می شود. گاهی عضلات اطراف محل تزریق درد می گیرند. بعلاوه واکسیناسیون می تواند به تورم غدد لنفاوی، تب، سردرد، حالت تهوع و همچنین خستگی و خواب آلودگی منجر شود.

افزون بر آن در حالت استفاده از **مواد واکسن زنده** برای مثال مواد واکسیناسیون سرخک در ۵ درصد از موارد باعث بروز بیماری که بیماری واکسیناسیون نامیده می شود، می گردد این بیماری در اصل تقلید تضعیف شده بی خطری از خود بیماری است که هدف آن جلوگیری از بروز بیماری است.

معمولاً تأثیرات جانبی سبک بوده و ظرف یک تا سه روز خود به خود از بین می روند. فقط به ندرت تأثیرات جانبی به نحو چشمگیر افزایش می یابند که به آن **پیچیدگی واکسیناسیون** می گویند.



پیچیدگی های واکسیناسیون باید گزارش داده شوند، یعنی پزشکی که واکسن زده است باید چنین پیچیدگی های واکسیناسیون را به اداره بهداشت مسئول گزارش دهد.

از تاریخ ۲۰۱۲/۱۰/۰۲ بیماران می توانند و بایستی نشانه های عوارض جانبی داروها را به پزشک خود و داروخانه ها و یا مسئولین امور داروها تحت نشانی اینترنتی گزارش نمایند. <https://verbraucher-uaw.pei.de>
سایت ویژه ای برای گزارش اثرات نامطلوب داروها یا عوارض واکسن ها ایجاد شده است.

در موارد بسیار نادر امکان ظهور واکنش ناسازگاری وجود دارد. شما باید قبل از واکسیناسیون با پزشک مشخص نمائید، که آیا **آلرژی های** نسبت به اجزای ماده واکسن دارید یا نه. پزشک شما باید قبل از واکسیناسیون در این مورد و همینطور در مورد مزایا، خطرهای احتمالی و تجربیاتش با واکسن مورد نظر با شما گفتگو کند. از این امکان برای روشن شدن پرسش های موجود یا شک و تردید ها استفاده کنید.

هنگام آسیب دیدگی از واکسیناسیون چه روی می دهد؟

در بحث های همگانی واژه **آسیب دیدگی از واکسن** اغلب به غلط با تأثیر جانبی برابر گرفته می شود. تأثیرات جانبی موقت توصیف شده با آسیب دیدگی از واکسن یکسان نیستند.

آسیب دیدگی از واکسن هنگامی است که در واکسیناسیون به سلامتی آسیب های همیشگی باقی ماند یا به آسیب اقتصادی منجر شود و بتوان واکسیناسیون را علت آن دانست.

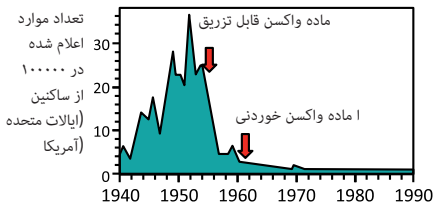
در صورت **واکسیناسیون همگانی توصیه شده** کسی که آسیب دیده حق ادعای حمایت مالی دولتی دارد. آسیب دیدگی از واکسن بسیار نادر هستند. احتمال این گونه آسیب های کمتر از یک در یک میلیون می باشد. در نتیجه این خطر تقریباً به اندازه بزرگی اصابت صاعقه به انسان می باشد.

اهمیت اجتماعی واکسیناسیون

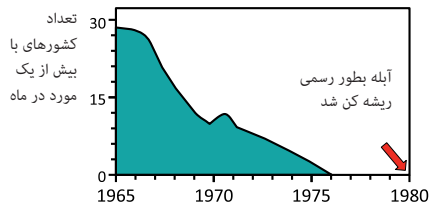
نتایج مثبت واکسیناسیون سیستماتیک بخوبی ثابت شده اند. در تصویر ۹ تأثیر آن را در بیماری های آبله و فلج اطفال نشان می دهد.

انتظار زندگی (میانگین عمر) در آلمان در ۱۰۰ سال گذشته به بیش از ۴۰ سال افزایش یافته و به این ترتیب بیش از دو برابر گردیده است. این افزایش بعلت سه تغییر بوجود آمده اند: آب آشامیدنی تمیز، بهداشت بهتر و واکسیناسیون. در مقایسه با بقیه، تأمین بهداشتی بهتر فقط نقش کوچکی بازی می کند.

فلج کودکان



آبله



تصویر ۹: تأثیرات واکسیناسیون تأثیر فوق العاده واکسیناسیون در مثال های آبله (Pocken) و فلج اطفال (پولیومیلیتیس (Poliomyelitis) در تعداد موارد مشخص است. موفق ترین واکسن تاکنون واکسن آبله بوده است. در نتیجه کاربرد این واکسن سازمان بهداشت جهانی (WHO) توانست در سال ۱۹۸۰ ریشه کن شدن آبله را رسماً اعلام کند.

پرسش های عملی واکسیناسیون

واکسیناسیون اغلب پرسش هایی را مطرح می سازد. در این جا می خواهیم در مورد تعدادی از پرسش های مهم صحبت کنیم. مستقلاً توصیه می کنیم که در صورت داشتن پرسش هایی در مورد انواع واکسیناسیون، ضرورت و خطرات احتمالی آنها به پزشکتان مراجعه کنید.

پزشک شما موظف است که قبل از واکسیناسیون با شما مشاوره نماید و به شما آگاهی های لازم را بدهد از این امکان استفاده نمائید!

کدام پزشک واکسن می زند؟

اصولاً هر پزشک مجاز به طبابت اجازه زدن واکسن را دارد. ولی هر پزشکی، مجاز به محاسبه اجرت واکسیناسیون با صندوق بیمه درمانی نیست. پزشکان خانواده و کودکان عملاً در همه جا واکسیناسیون یا مایه کوبی را انجام می دهند. پزشک زنان نیز اغلب مجاز به واکسیناسیون هستند.

آیا باید خود را برای واکسیناسیون آماده کرد؟

نه، به آمادگی ویژه ای نیاز نیست. البته شما باید حتماً کارت واکسیناسیون را که دفترچه واکسیناسیون یا پاس واکسیناسیون نیز نامیده می شود، در موعد واکسیناسیون به همراه بیاورید. همین طور وقتی که برای اولین بار به پزشکی جدید مراجعه می کنید. اگر دفترچه واکسیناسیون خود را گم کرده اید یا هنوز ندارید پزشک شما می تواند یک مدرک جدید برای شما صادر کند کودکان و نوجوانان پائین ۱۶ سال برای واکسیناسیون نیاز به موافقت پدر و مادر دارند. بعد از آن می توانند خودشان تصمیم بگیرند. اگر در مورد واکسیناسیون پرسش هایی دارید، آنها را یادداشت کنید و از پزشک خود بپرسید.

واکسیناسیون برای من چقدر هزینه دارد؟

در حال حاضر کلیه واکسیناسیون های توصیه شده توسط استیکو برای بیمه شدگان رایگان می باشند. برای ماده واکسن هم هزینه اضافی ایجاد نمی شود. حتی شهریه با حق مطب نیز اگر فقط برای واکسیناسیون مراجعه نمائید، دریافت نمی گردد. واکسن هایی که بعلت مشاغل ضروری می باشند باید توسط کارفرمای شما پرداخت گردند. فقط واکسن های مسافرتی توصیه شده - به استثنای واکسن علیه فلج اطفال- جزو خدمات اجباری صندوق های بیمه درمانی نیستند. خیلی از صندوق های بیمه درمانی داوطلبانه واکسن های مسافرتی و همانطور واکسن های ها پ قآو HPV برای بالای ۱۸ ساله ها، یا واکسن ایمنی علیه گریپ برای افراد زیر سن ۶۰ را تماماً یا بخشی از آن را می پردازند. در قبل از طریق صندوق بیمه درمانی و پزشک خود کسب اطلاع نمائید.

در چه مواردی می توان واکسن زد و در چه مواردی نه؟

فقط دلایل پزشکی معدودی برای انجام ندادن یا تعویق انداختن واکسن های توصیه شده وجود دارند. دو دلیل از مهمترین دلایل، بیماری عفونی حاد نیازمند به درمان یا داشتن آلرژی نسبت یکی از اجزاء ماده واکسن می باشند. عفونت های همراه با تب تا ۳۸/۵ سانتی گراد - که اغلب در کودکان کوچک پیش می آیند - دلیلی برای واکسن نزدن نمی باشد. متأسفانه اغلب کسانی که بیماری های مزمن مانند بیماری قند (دیابت)، آسم و بیماری های قلب و عروق دارند از ترس آسیب دیدگی واکسن نمی زنند.

اما اشخاص دارای بیماری های مزمن بویژه از واکسن بهره می برند، زیرا سیستم دفاعی بدن آنها اغلب ضعیف تر از سیستم دفاعی بدن اشخاص سالم است و در نتیجه بیشتر پذیرای بیماری های عفونی هستند. اگر شک دارید از پزشک خود سؤال کنید.

علیه کدام بیماری بایستی واکسینه باشم؟

به توصیه های استیکو توجه کنید و همچنین به تقویم واکسیناسیون به تصویر ۸ نگاه کنید.

اگر بعضی از واکسن های توصیه شده برای کودکان یا نوجوانان ناکام یا تماماً انجام نشده باشند، باید آنها را حتی المقدور قبل از هیجدهمین روز تولد انجام داد، زیرا این واکسن های معوقه قبل از هیجدهمین روز تولد از خدمات اجباری صندوق های بیمه درمانی قانونی بوده و رایگان هستند.

تقویم واکسیناسیون فقط واکسن های استاندارد را نشان می دهد. با توجه به شرایط زندگی واکسن های مفید دیگری نیز وجود دارند بنام واکسیناسیون نشانگر یا به عبارتی

Indikationsimpfung.

بسیاری از صندوق های بیمه درمانی مخارج این واکسن ها را تقبل می کنند، همچنین بیشتر واکسن های مسافرتی را تماماً یا بخشی از آن را تقبل می کنند. بنا به تجربه برای اشخاص غیر متخصص داشتن بینش کلی بر تمام واکسن های توصیه شده، دشوار است.

از اینرو توصیه می کنیم، در فواصل منظم – ترجیحاً یک بار در سال – با پزشک خود در کتاب واکسن خود نگاهی بکنید. قبل از مسافرت به مناطق دوردست باید حداقل شش هفته قبل در مورد واکسن های مسافرتی ضروری کسب اطلاع کنید.

به چه نکاتی باید در هنگامی که آرزوی بچه دارید و در

هنگام بارداری و دوران شیردهی توجه کنید؟

همه زنان در سنین باروری و بویژه زنانی که مشخصاً آرزوی داشتن فرزند را دارند، بایستی به موقع ایمنی خود را در مقابل سرخجه و آبله مرغان بررسی کنند

زیرا این مولد ها می توانند باعث ناهنجاری های شدید جنین یا مرگ جنین شوند. همچنین ایمنی کافی در مقابل سیاه سرفه مهم است.

در دوران حاملگی فقط بایستی واکسن های الزامی زده شوند، تا برای کودک خطراتی بوجود نیاید. واکسن علیه گریپ صریحاً برای بارداران توصیه می شوند. برای زنان باردار بدون ایمنی کافی واکسن بسیار مهم است که اطرافیان آنها واکسینه شده باشند. از

این طریق از آلوده کردن زن باردار توسط آنها که باعث مخاطره برای مادر و کودک می شود، جلوگیری می گردد. این جا هم صدق می کند: که در اگر ممکن باشد باید وضعیت واکسیناسیون اعضای خانواده قبل از آغاز بارداری طبق مقررات تقویم واکسیناسیون-اس

ت ای کا او STIKO

تکمیل گردد (عکس ۸). در دوران شیردهی برای واکسن زدن

نیازی به اقدامات احتیاطی ویژه ای نیست.

پس از واکسیناسیون چه رفتاری باید داشته باشیم؟

پس از واکسیناسیون رعایت مقررات رفتاری خاصی ضروری نیست. البته کمبود انرژی یا تب می تواند موجب شود که یک تا سه روز بازدهی کمتری داشته باشید. از این رو باید بلافاصله بعد از واکسیناسیون از ورزش زیاد با حداکثر توان صرف نظر کرد. در صورت داشتن تب می توان از داروهای تب بر استفاده کرد. خنک کردن تورم را تسکین می دهد. اگر شک دارید از پزشک معالج خود سوال کنید.

به کدام یک از واکسن های مسافرتی نیاز دارم؟

در وبسایت های مرکز پزشکی سفر
<http://www.crm.de> یا

<http://www.impfkontrolle.de>،

وبسایت انجمن آلمانی پزشکی استوایی

<http://dtg.org>)

و انستیتوی برنهارد- نوخت

<http://gesund-es-reisen.de>

اطلاعات بهداشتی به روز در باره بسیاری از کشورها از جمله توصیه های واکسیناسیون کشور مربوطه را خواهید یافت. در واکسن های مسافرتی لطفاً به دو نکته زیر توجه کنید:

به موقع شروع نمائید!
بسیاری از واکسن ها حداقل به شش تا هشت هفته زمان نیاز دارند تا ایمنی کافی ناشی از واکسن ساخته شود. اگر واکسن های الزامی علیه بیماری تب زرد یا بیماری مینیزوکوک ها برای ورود به بعضی از کشورها زمان کوتاهی قبل از سفر زده شوند، این کشورها این مایه کوبی ها را به رسمیت نمی شناسند در نتیجه شاید نتوانید (به آن کشور ها وارد بشوید. (جدول ۱)!

امر پرداخت هزینه را روشن نمائید!

به استثنای واکسن فلج اطفال صندوق های بیمه درمانی موظف به پرداخت مخارج هیچکدام از واکسن های مسافرتی نیستند. به موقع مشخص نمائید که آیا صندوق بیمه درمانی شما هزینه را می پردازد.

| یادداشت | واکسیناسیون موثر تا | واکسیناسیون حداکثر تا | واکسن علیه |
|--|-------------------------|-----------------------|----------------|
| واکسیناسیون فقط توسط محل های مجاز برای زدن واکسن تب زرد | *تمام عمر | ۱۰ روز قبل از ورود | تب زرد |
| اغلب ماده واکسنی ترکیبی علیه انواع A, C, W135 و Y لازم است | ۳ سال پس از واکسیناسیون | ۱۰ روز قبل از ورود | ۱ مینیزوکوک ها |

جدول ۱: اطلاعاتی در باره واکسن های ضروری علیه

تب زرد و مینیزوکوک ها هنگام ورود به بعضی از کشورها، مدرک واکسیناسیون علیه بیماری های تب زرد و/یا مینیزوکوک ها (گواهینامه بین المللی در کتاب واکسیناسیون) خواسته می شود. گاهی واکسیناسیون های دیگری (مانند واکسیناسیون گریپ) نیز خواسته می شود. به موقع کسب اطلاع نمائید.

*بعضی از کشورها همچنین از مسافران مدرک تجدید واکسیناسیون در مقابل بیماری تب زرد را نیز، اگر تاریخ این گواهی بیش از ۱۰ سال گذشته باشد درخواست می کنند. به این جهت باید مقررات سفر به کشورهای مختلف به طور جداگانه مورد توجه قرار گیرند.

بیماری های مهمی که با واکسیناسیون قابل پیشگیری هستند

دیفتری (Diphtherie)

| | |
|-----------------------|--|
| مولد بیماری | کوریته باکتریوم دیفتریا |
| راه انتقال | عفونت قطره ای یا تماس مستقیم بدنی |
| علامه یا نشانه بیماری | تب، ناخوشی، درد و تورم گلو، پوشش سفید رنگ در حنجره، ناراحتی در تنفس و بلع |
| عوارض یا پیچیدگی ها | انسداد مجاری تنفسی، آسیب به عضله قلب، آسیب به کلیه ها و کبد، نشانه های فلج |

هموفیلیوس آنفولانزای نوع ب (*Haemophilus influenzae* type b (Hib))

| | |
|-----------------------|--|
| مولد | باکتریوم هموفیلیوس نفولانزای نوع ب |
| راه انتقال | عفونت قطره ای (ترشحات) |
| علامه یا نشانه بیماری | تب شدید |
| عوارض یا پیچیدگی ها | التهاب پوسته مغز، حملات تشنجی و صدمات مغزی ماندنی یا عفونت دریچه نای با تنگی نفس و حملات خفگی، مسمومیت خونی، سینه پهلو |

هپاتیت ب (Hepatitis B)

| | |
|---------------------|---|
| مولد | ویروس هپاتیت ب (HBV) |
| راه انتقال | خون (هنگام زایمان!) و سایر مایعات بدن، آمیزش جنسی |
| علامه بیماری | اغلب زرد شدن رنگ پوست، تیره شده ادرار، بزرگ شدن کبد ناراحتی های نامشخص |
| عوارض یا پیچیدگی ها | دوره مزمن، که می تواند به سیروز کبدی (سیروز (Zirrhose)) یا سرطان کبد منجر شود |

اگر مایلید در مورد فواید واکسیناسیون بیشتر بدانید، مجموعه موجود روی شبکه اینترنت صلیب سبز آلمان مولد های عفونی از A تا Z را توصیه می کنیم. علاوه بر آن پزشک شما با علامه بیماری ها، مزایا و خطرات احتمالی واکسیناسیون و همچنین توصیه های جدید کمیسیون دائمی واکسیناسیون STIKO آشنایی دارد و می تواند بهترین راهنمایی را به شما عرضه کند. بگذارید که شما را راهنمایی کنند!



ویروس های پاپیلوم انسانی (HPV) Humanes Papillomvirus

| | |
|-----------------------|---|
| مولد | ویروس های گوناگون پاپیلوم انسانی (HPV) |
| راه انتقال | عفونت تماسی از طریق تماس مستقیم پوست یا بافت مخاطی، اکثراً در حین تماس های جنسی |
| تصویر یا نشانه بیماری | تغییرات بیمارگونه در دهانه رحم معمولاً باعث درد یا سایر ناراحتی ها نمی شوند. علائم اکثراً زمانی ظاهر می شوند که سرطان دیگر به مرحله پیشرفته ای رسیده است. |
| عوارض یا پیچیدگی ها | زنان: سرطان دهانه رحم، سرطان واژن، سرطان دهانه واژن هر دو جنسیت: به عنوان مثال: زگیل های تناسلی، سرطان مقعد. |

گریپ اصل (آنفلوانزا) (Influenza)

| | |
|-----------------------|--|
| مولد | ویروس آنفلوانزا |
| راه انتقال | عفونت قطره ای یا ترشحات |
| تصویر یا نشانه بیماری | تب شدید ناگهانی، درد در سر، گلو، عضلات و مفاصل، سرفه، برونشیت |
| عوارض یا پیچیدگی ها | عفونت ریوی، عفونت عضله قلب، عفونت سینوس ها، عفونت سیستم عصبی، تشدید بیماری های پایه مزمن |

سیاه سرفه (پرتوسیس) (Pertussis)

| | |
|-----------------------|--|
| مولد | باکتریوم بورده ته لا پرتوسیس |
| راه انتقال | عفونت قطره ای یا ترشحات |
| علائم یا نشانه بیماری | حملات سرفه ای که هفته ها طول می کشد، گاهی با تنگی نفس، استفراغ، حملات خفگی (در نوزادان شیرخوار "گاهی" سرفه ساکت) |
| عوارض یا پیچیدگی ها | عفونت گوش میانی، سینه پهلو، حملات تشنجی، خونریزی داخلی، بویژه در نوزادان: آسیب مغزی همیشگی، ایست تنفسی |

فلج اطفال (پولیو مییلیتس، "پولیو" Polio)

| | |
|---------------------|--|
| مولد | ویروس های پولیو (فلج) |
| راه انتقال | عفونت قطره ای (انتقال مولد از طریق تماس با دست یا اجسام آلوده به مدفوع و مایعات بدن) |
| علامه بیماری | اکثراً بدون علامت. در روند های ملایم: علائم نامشخص با تب، درد در گلو، عضلات و سر. در روند های شدید: به اضافه گرفتگی عضلات پشت گردن و کمر درد |
| عوارض یا پیچیدگی ها | حالت فلج در بازوان، پاها یا عضلات تنفسی، فلج روده و مثانه |

سرخک (Masern)

| | |
|---------------------|---|
| مولد | ویروس سرخک |
| راه انتقال | عفونت قطره ای یا ترشعی |
| علامه بیماری | زکام، عفونت بافت های پیوندی، عفونت در محیط گلو-حنجره، کهیر قرمز رنگ در تمام بدن، گاهی اسهال |
| عوارض یا پیچیدگی ها | عفونت گوش میانی و سینه پهلو، عفونت غشای مغزی، زوال مغزی پیش رونده (SSPE)، رد زخم در قرنیه چشم |

بیماری های مننژوکوک ها (Meningokokken)

| | |
|-----------------------|---|
| مولد | باکتری های نوع نایسریا مننژیتیدیس |
| راه انتقال | عفونت قطره ای یا ترشعی |
| علامه یا نشانه بیماری | روند سبک، عفونت مجاری تنفسی، کهیر پوست |
| عوارض یا پیچیدگی ها | تب شدید، کهیر با خونریزی پوستی، نشانه های شوک، التهاب پوسته مغزی (مننژیت Meningitis)، مسمومیت خونی، کما |

اوریون (Ziegenpeter) Mumps

| | |
|-----------------------|---|
| مولد | ویروس مومپس (اوریون) |
| راه انتقال | عفونت قطره ای یا ترشحات |
| علامه یا نشانه بیماری | سردرد، عفونت (گوش) غدد مولد آب دهان یا بزاق، تب |
| عوارض یا پیچیدگی ها | عفونت پوسته مغزی و مغزی، آسیب های شنوایی ماندنی، اختلال در باروری از طریق عفونت بیضه ها و تخمدان ها |

بیماری های - پنوموکوک ها (Pneumokokken)

| | |
|-----------------------|---|
| مولد | باکتری از نوع استرپتوکوکوس پنومونیا |
| راه انتقال | عفونت قطره ای یا ترشحات (انتقال مولد از طریق تماس با دست یا اجسام آلوده به مدفوع و مایعات بدن) |
| علامه یا نشانه بیماری | تب، سرفه، التهاب گوش میانی و سینوزیت |
| عوارض یا پیچیدگی ها | عفونت ریوی، عفونت چرکی پوسته مغزی، مسمومیت خونی |

بیماری های ویروس روتا (Rotavirus)

| | |
|-----------------------|--|
| مولد | ویروس های روتا |
| راه انتقال | عفونت بلغمی |
| علامه یا نشانه بیماری | اغلب شروعی ناگهانی، اسهال های متعدد و استفراغ، تب |
| عوارض یا پیچیدگی ها | اسهال های شدید، استفراغ در کودکان کوچک، بدون معالجه می تواند باعث از دست رفتن آب بدن، روندی پیچیده و سخت داشته باشد. |

سرخچه (Röteln)

| | |
|-----------------------|--|
| مولد سرخچه | ویروس سرخچه |
| راه انتقال | عفونت قطره ای، خون (بارداری!) |
| علائم یا نشانه بیماری | اکثراً بدون علائم (ولی برای بقیه - خطرناک بویژه برای زنان باردار بدون سابقه بیماری یا واکسیناسیون- بسیارمسرّی!); روند: تب، علائم شبیه گریپ، کهیر سرخ روشن دارای لک های ریز |
| عوارض یا پیچیدگی ها | نقص عضو جنین (اگر مادر در هنگام بارداری عفونتی پیدا کند (بویژه چشم، گوش، قلب و مغز)، تولد زودرس، التهاب مفاصل، التهاب غشای مغزی یا سینه پهلو |

آبله مرغان Windpocken (واریسلا ها)

| | |
|-----------------------|--|
| مولد | ویروس واریسلا-سوستر، مولد هم باعث بیماری آبله مرغان (اولین بیماری) و هم احتمالاً باعث بیماری زونا (هرپس زوستر) می شود |
| راه انتقال | عفونت قطره ای، انتقال مولد از طریق تماس مستقیم با، خون (بارداری) |
| علائم یا نشانه بیماری | تب، سردرد و درد مفاصل، تهوع، کهیر خارش دار با تاول های ریز در پوست |
| عوارض یا پیچیدگی ها | عفونت های باکتریائی پوست در تاول های ترکیده شده ناشی از خاراندن، سینه پهلو، التهاب غشا یا پوسته مغز و التهاب مغز کوچک، یا پوسته های مغزی، نقص های جنینی در نتیجه بیماری مادر در حین بارداری. روند سخت در نوزادان در صورت ابتلای مادر به عفونت در حول و حوش زمان زایمان |

کزاز (تتانوس) Wundstarrkrampf (Tetanus)

| | |
|-----------------------|--|
| مولد | باکتریوم کلسترییدیوم تتانی |
| راه انتقال | از طریق حتی کوچکترین زخم ها. زخم های کثیف به ویژه خطرناک هستند، زیرا مولد بیماری همه جا در زمین وجود دارد. |
| علائم یا نشانه بیماری | تشنج عضلات فک و صورت، پس از آن تشنج در تمام بدن |
| عوارض یا پیچیدگی ها | سینه پهلو یا ذات الریه، فلج عضلات تنفسی، شکستن استخوان ها، لرزش قلب، ایست قلبی |

سلول های دفاعی

برای دفاع ایمنی، همکاری پیچیده انواع بیشماری از سلول ها اهمیت زیادی دارد. اغلب این سلول ها را سلول های دفاعی می نامند.

آلرژي

یک واکنش ناسازگاری علیه یک ماده است. این امر می تواند به واکنش های مختلفی در بدن منجر شود. یک واکنش پوستی در بدترین حالت می تواند به شوک آلرژیک - از کار افتادن گردش خون - که خطر مرگ دارد، منجر شود.

پادتن (آنتی ژن یا آنتی بادی یا پادزیست)

پادتن ها مواد دفاعی بدن هستند، که سیستم دفاعی پس از روبرویی با مولد بیماری یا پس از واکنش ایمنی علیه این مواد می سازد.

تکرار واکنش ایمنی

واکنش ایمنی مجدد، که در فاصله زمانی معین بعد از مصونیت پایه انجام می گیرد، تا سیستم دفاعی دوباره تحریک شود و به این ترتیب غلظت پادتن ها افزایش یابد.

باکتری

میکروارگانسیم های تک سلولی بدون هسته سلولی ولی با سوخت و ساز مستقل. هستند تکثیر از طریق تقسیم سلولی انجام می شود.

مزمن

یعنی بوجود آمدن آهسته و تدریجی، در مدت زمان زیاد (برخلاف حاد).

مصونیت پایه

با دادن ماده واکنس در فواصل زمانی معین، حفاظت پایه در مقابل یک بیماری بوجود می آید.

کارت واکنش ایمنی/کتاب واکنش ایمنی /پاس واکنش ایمنی

تمام واکنش ایمنی های انجام شده در این مدرک درج می شوند. کتاب باید برای بررسی وضعیت واکنش ایمنی مرتباً به پزشک ارائه شود.

تقویم واکنش ایمنی

تقویم واکنش ایمنی کمیسیون دائمی واکنش ایمنی STIKO تمام واکنش ایمنی استاندارد را در فهرستی ارائه می کند (به تصویر ۸ نگاه کنید) و نشان می دهد که هر کسی در چه سنی کدام واکنش ایمنی را باید انجام دهد.

پیچیدگی واکنش ایمنی

واکنشی که از ابعاد واکنش عادی نسبت به واکنس بیشتر باشد. واکنش های عادی عبارتند از سرخی کوتاه مدت پوست، تورم یا درد در اطراف محل تزریق، افزایش حرارت بدن زیر ۳۹/۵ درجه سانتیگراد و همچنین تورم غدد لنفاوی. پیچیدگی های واکنش ایمنی را باید به اداره بهداشت گزارش داد.

آسیب واکسیناسیون

واکشی بیش از معمول در واکسیناسیون که به صدمه ماندنی یا صدمه مالی برای شخص واکسینه شده یا شخصی سوم منجر شود. همچنین حوادث در حین رفتن یا برگشتن برای واکسیناسیون زدن از نظر قوانین بیمه بعنوان آسیب واکسیناسیون شناخته می شوند.

واکسیناسیون ویژه گروهی

واکسیناسیون هائی که بعلت شرایط زندگی یا سلامتی توصیه می شوند و از واکسیناسیون های استاندارد فراتر اند.

بیماری عفونی

بیماری که از راه مولد بیماری سرایت می کند.

ماده واکسن زنده

مواد واکسن تهیه شده از مولد های تضعیف شده که کماکان قابلیت تکثیر داشته و باعث یک عفونت واقعی (ولی بدون خطر) می شوند و از اینرو بطور فعال ایجاد مصونیت می کنند.

واکسن "پیشنهاد توصیه شده"

برای حفظ بهداشت همگانی، تک تک ادارات بهداشت استان براساس پیشنهاد های جاری کمیسیون دائمی واکسیناسیون STIKO یک کاتالوگ با "پیشنهاد های همگانی" واکسیناسیون تهیه می کنند. در صورتی که چنین واکسیناسیونی منجر به آسیب های واکسیناسیون گردد، حق جبران آسیب وجود دارد.

انگل یا پارازیت

(به آلمانی "شماروتسر") موجودات زنده ای هستند که غذای خود را از موجودات یا ارگانیسم های دیگری می گیرند. این ارگانیسم ها به که میزبان هم نامیده می شوند، آسیب می بینند و یا گاهی هم اصلاً کشته نمی شوند یا در زمانی دیرتر کشته می شوند. بطور مثال کرم های پهن و همچنین ویروس ها انگل هستند.

واکسیناسیون مسافرتی

واکسیناسیون مسافرتی اضافه بر واکسیناسیون استاندارد توصیه شده در آلمان برای ایمنی در مقابل بیماری های شایع در کشور مسافرتی هستند. برخی از کشورها برای ورود، مدرک رسمی واکسیناسیون برای واکسیناسیون های مشخصی مانند (تب زرد، مینیژوکوک) مطالبه می کنند.

مقررات واکسیناسیون ایمنی

مقررات واکسیناسیون های ایمنی (اس ای-ار ال SI-RL) تعیین می نماید که کدامیک از واکسیناسیون ها از وظایف خدماتی صندوق های بیمه درمانی هستند. این مقررات بر اساس توصیه های کمیسیون دائمی واکسیناسیون STIKO می باشد که توسط کمیته مشترک فدرال (G-BA) منتشر می شوند.

واکسیناسیون استاندارد

واکسیناسیون های توصیه شده توسط کمیسیون دائمی واکسیناسیون STIKO برای مردم عادی با توجه به سن. به طور کلی از خدمات اجباری صندوق های بیمه درمانی است و در نتیجه برای بیمه گزاران رایگان می باشند.



کمپسیون دائمی واکسیناسیون STIKO

کمپسیون دائمی واکسیناسیون یک گروه تخصصی از کارشناسان در انستیتوی دولتی روبرت- کخ (RKI) در برلین می باشد که اطلاعات به روز در مورد توصیه های واکسیناسیون را تهیه می کند.

ویروس، ویروس ها

ویروس ها پارازیت یا انگل هایی در سلول های موجودات زنده هستند. آنها "برنامه" تکثیر و شیوع خود را دارند، ولی سوخت و ساز مستقل ندارند و از اینرو به سلول میزبان نیاز دارند.

میزبان

میزبان در زیست شناسی به موجودات زنده ای گفته می شود که مواد تغذیه حیاتی را غیر از برای خود برای یک یا چندین موجود دیگر نیز تأمین می کنند.

Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung (BZgA)

Ostmerheimer Str. 220 | 51109 Köln
Tel.: 0221 89920 | Fax: 0221 8992300
E-Mail: poststelle@bzga.de (برای سئولات، و اطلاع رسانی)
E-Mail: order@bzga.de (برای سفارش نشریات و اطلاعات)
<http://www.bzga.de>

مرکز فدرال روشنگری بهداشتی (BZgA) بعنوان اداره تخصصی با داشتن مسئولیت در پیشگیری و ایجاد کاربردهائی برای پیشبرد سلامتی آماده می نماید تا در مبارزات، برنامه ها و پروژه ها را به مرحله عمل در آورد گرانیکاه فعالیت های دیگر تعیین اصول و مقرراتی برای محتوا و روش های عملی تربیتی بهداشت، آموزش و آموزش های تکمیلی برای کسانی که در بخش تربیت و روشنگری بهداشتی و همچنین هماهنگی و تقویت روشنگری بهداشتی و تربیت بهداشتی فعال هستند، می باشد. این اداره امکانات اطلاع رسانی گوناگونی دارد و بانک های اطلاعاتی تخصصی را اداره می کند و تحقیقات علمی خود را منتشر می نماید. مرکز فدرال روشنگری بهداشتی Die Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung اداره تخصصی در محدوده عملی وزارت بهداشت فدرال می باشد.

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>

مرکز پزشکی مسافرت (شرکت با مسئولیت محدود) موسسه ویژه ای است که فعالیت خود را به مشاوره بهتر و مراقبت مسافران به خارج اختصاص می دهد. به این منظور اطلاعاتی در مورد خطرات عفونت ها و سایر خطرات سلامتی مهم را جمع آوری و ارزیابی می کند. CRM اطلاعات مفصلی در باره کشورهای مقصد، سطح بهداشت موجود در آنها و بیماری های موجود در آنها را در یک بانک اطلاعاتی پزشکی مسافرت ارائه می دهد که لیست هائی از مراکز واکسیناسیون تب زرد و پزشکان متخصص پزشکی مسافرت دوره دیده را در بر دارد.

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>

صليب سبز آلمان (د گ ک DGK) قديمی ترين اتحاديه (انجمن ثبت شده e.V.)
برای حمایت از پیشگیری پزشکی و ارتباطات در آلمان می باشد. اهداف این اتحادیه تهیه و ارائه موضوعات بهداشتی برای گروه بزرگی در جامعه است. اتحادیه به این منظور دارای پورتال اطلاعاتی بزرگی می باشد.

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

جامعه پزشکی مناطق حاره آلمان مجموعه ای است از پزشکان، دندانپزشکان، دامپزشکان و دانشمندان علوم طبیعی که در زمینه های پزشکی حاره عمل، تحقیق و مشاوره می کنند. که شامل بخش مراقبت و پیشگیری های پزشکی از مراجعین به مناطق حاره و شبه حاره و همچنین تشخیص و درمان بیماری های وارداتی نیز می باشد. بخشی از موضوعات پزشکی مناطق حاره و پزشکی مسافرت ارائه شده در برگیرنده راهنمایی های مشروح در مورد واکسیناسیون و بیماری های عفونی است. افزون بر آن لیستی از اماکنی که واکسیناسیون طب زرد انجام می شود در تمام آلمان منتشر می شود. د ت گ (DTG) مشاوره های شخصی عرضه نمی کند.

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 | <http://www.pei.de>

انستیتو پآول-ارلیش / انستیتوی فدرال مواد واکسنی و داروهای بیو پزشکی، بر ایمنی و میزان تأثیر مواد واکسنی و داروهای بیو پزشکی مانند واکسن برای انسان و حیوان یا داروهای ساخته شده از خون نظارت می کند. محدوده مسئولیت انستیتو پآول-ارلیش گوناگون می باشد و در برگیرنده مواردی از جمله دادن جواز و نظارت بر داروهای بیوپزشکی، صدور جواز بر ای آزمایشات کلینیکی یا ارزیابی تأثیرات جانبی داروها می باشد. افزون بر این، در انستیتو در بخش هائی مانند ویروس شناسی ایمونولوژی، سلول - و ژن درمانی و غیره و تحقیقات مستقل انجام می گیرد.

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 | <http://www.gesundes-reisen.de>

مرکز پزشکی مسافرت اطلاعات به روز در باره حمله بیماری ها و همچنین راهنمای هائی برای پیشگیری بهداشتی در مسافرت منتشر می کند. اطلاعات زمینه ای در مورد کشورهای توریستی در برگیرنده موضوعات مهم در مورد بهداشت و استاندارد بهداشتی، وضعیت محیط زیست و همچنین خطرات عفونیت های موجود می باشند. مشاورت تلفنی مسافرتی نیز در کنار این ها انجام میگردد.

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

Nordufer 20 | 13353 Berlin

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

<http://www.rki.de>

ار کا ای (RKI) تشکیلات مرکزی فدرال در بخش بهداشت همگانی می باشد و مسئول شناخت، جلوگیری و مبارزه با بیماری های می باشد. ار کا ای مشاور انجمن متخصصین و وزارتخانه های فدرال مسئول و بویژه وزارت فدرال بهداشت (BMG) می باشد. در این انستیتو چندین کمیسیون علمی حضور دارند، از جمله کمیسیون دائمی واکسیناسیون (STIKO) که توصیه های واکسیناسیون ها را منتشر می کنند. انستیتو روبرت کخ در صفحات اینترنتی خود بزبان آلمانی تحت http://www.rki.de/DE/Content/Infekt/Impfen/impfen_node.html در مورد واکسیناسیون اطلاعات رسانی می کند ولی مشاوره شخصی عرضه نمی کند. طرف مخاطب شما برای تمام پرسش ها در رابطه با واکسیناسیون پزشکتان می باشد.

آدرس های اینترنتی مفید

www.gesundes-kind.de

www.impf-experten.de

www.impfenaktuell.de

www.impfen-info.de

www.j1-info.de/impfen/

www.kindergesundheit-info.de/themen/risiken-vorbeugen/impfen

www.kinderaerzte-im-netz.de

www.mimi-impfen.de

www.netdoktor.de/Gesund-Leben/Impfungen

www.reisemed-experten.de

در صورت صحت این امر برای هر واکسیناسیون، در دایره "انجام شده" علامت بزنید. در صورتیکه واکسیناسیونی به طور کامل موجود نباشد، زیرا برای مثال در سال های پیش انجام نشده باشد، جزئیات آنرا فراموش کرده باشید یا این که از واکسیناسیونی در دوران اخیر کوتاهی کرده اید، در دایره "انجام خواهم داد/تکرار خواهم کرد" علامت بزنید. همین روش برای شریک زندگی و فرزندان شما نیز توصیه می شود. مزایای "برنامه واکسیناسیون شخصی".

مزایای "برنامه واکسیناسیون شخصی"

- با این روش یک - خلاصه ای - موقتی در مورد وضعیت واکسیناسیون در دست خواهید داشت.
- که در گفتگو با پزشک خانواده در مورد جزئیات بیشتر کمک می کند.



خواننده عزیز به کمک "برنامه واکسیناسیون شخصی" می توانید وضعیت واکسیناسیون کنونی خود و اعضای خانواده را مشخص نمایید. شما می توانید در یک نگاه بررسی کنید که کدام یک از واکسیناسیون ها باید تکرار یا حتی انجام شوند. لطفاً به این موضوع توجه کنید که "برنامه شخصی واکسیناسیون" موجود در این کتابچه برای آشنائی اولیه می باشد و جایگزین کارت شناسائی واکسیناسیونی که توسط پزشک خانوادگی تکمیل و کنترل می شود، نمی گردد. (صفحه ۱۷/صفحه ۲۵) در صورتی که شک یا پرسش هائی دارید، به پزشک خانوادگی خود مراجعه کنید.

برای تهیه برنامه واکسیناسیون شخصی شیوه کار زیر را پیشنهاد می کنیم.

در صفحه ۱۳ راهتما، تقویم واکسیناسیون استیکو (STIKO) جدید سال ۲۰۱۶ را می یابید. این تقویم فهرستی از واکسیناسیون های توصیه شده برای ایمنی خانواده شما را ارائه می کند. بعلاوه شامل اطلاعاتی در مورد زمان مناسب برای این واکسیناسیون ها می باشد. به کمک اطلاعات موجود در تقویم می توان بررسی کرد که آیا تک تک واکسیناسیون های توصیه شده در آن تا به امروز بطور کامل انجام شده اند یا نه.

برنامه واکسیناسیون شخصی من

| واکسیناسیون در مقابل | موجود است | جبران خواهم کرد/تکرار خواهم کرد |
|---------------------------------|--|--|
| دیفتری | فرزند ۱ <input type="checkbox"/> شریک زندگی <input type="checkbox"/> فرزند ۲ <input type="checkbox"/> فرزند ۳ <input type="checkbox"/> فرزند ۴ <input type="checkbox"/> | فرزند ۱ <input type="checkbox"/> شریک زندگی <input type="checkbox"/> فرزند ۲ <input type="checkbox"/> فرزند ۳ <input type="checkbox"/> فرزند ۴ <input type="checkbox"/> |
| هیپاتیت ب | فرزند ۱ <input type="checkbox"/> شریک زندگی <input type="checkbox"/> فرزند ۲ <input type="checkbox"/> فرزند ۳ <input type="checkbox"/> فرزند ۴ <input type="checkbox"/> | فرزند ۱ <input type="checkbox"/> شریک زندگی <input type="checkbox"/> فرزند ۲ <input type="checkbox"/> فرزند ۳ <input type="checkbox"/> فرزند ۴ <input type="checkbox"/> |
| هموفیلوس اینفلونزا تیپ ب (Hib) | فرزند ۱ <input type="checkbox"/> شریک زندگی <input type="checkbox"/> فرزند ۲ <input type="checkbox"/> فرزند ۳ <input type="checkbox"/> فرزند ۴ <input type="checkbox"/> | فرزند ۱ <input type="checkbox"/> شریک زندگی <input type="checkbox"/> فرزند ۲ <input type="checkbox"/> فرزند ۳ <input type="checkbox"/> فرزند ۴ <input type="checkbox"/> |
| ویروس های پاپیلوم انسانی (HPV) | فرزند ۱ <input type="checkbox"/> شریک زندگی <input type="checkbox"/> فرزند ۲ <input type="checkbox"/> فرزند ۳ <input type="checkbox"/> فرزند ۴ <input type="checkbox"/> | فرزند ۱ <input type="checkbox"/> شریک زندگی <input type="checkbox"/> فرزند ۲ <input type="checkbox"/> فرزند ۳ <input type="checkbox"/> فرزند ۴ <input type="checkbox"/> |
| گریپ اصل (آنفلوآنزا (Influenza) | فرزند ۱ <input type="checkbox"/> شریک زندگی <input type="checkbox"/> فرزند ۲ <input type="checkbox"/> فرزند ۳ <input type="checkbox"/> فرزند ۴ <input type="checkbox"/> | فرزند ۱ <input type="checkbox"/> شریک زندگی <input type="checkbox"/> فرزند ۲ <input type="checkbox"/> فرزند ۳ <input type="checkbox"/> فرزند ۴ <input type="checkbox"/> |
| سیاه سرفه (پرتوسیس (Pertussis) | فرزند ۱ <input type="checkbox"/> شریک زندگی <input type="checkbox"/> فرزند ۲ <input type="checkbox"/> فرزند ۳ <input type="checkbox"/> فرزند ۴ <input type="checkbox"/> | فرزند ۱ <input type="checkbox"/> شریک زندگی <input type="checkbox"/> فرزند ۲ <input type="checkbox"/> فرزند ۳ <input type="checkbox"/> فرزند ۴ <input type="checkbox"/> |
| فلج اطفال (Poliomyelitis) | فرزند ۱ <input type="checkbox"/> شریک زندگی <input type="checkbox"/> فرزند ۲ <input type="checkbox"/> فرزند ۳ <input type="checkbox"/> فرزند ۴ <input type="checkbox"/> | فرزند ۱ <input type="checkbox"/> شریک زندگی <input type="checkbox"/> فرزند ۲ <input type="checkbox"/> فرزند ۳ <input type="checkbox"/> فرزند ۴ <input type="checkbox"/> |
| اوریون/سرخج سرخچه | فرزند ۱ <input type="checkbox"/> شریک زندگی <input type="checkbox"/> فرزند ۲ <input type="checkbox"/> فرزند ۳ <input type="checkbox"/> فرزند ۴ <input type="checkbox"/> | فرزند ۱ <input type="checkbox"/> شریک زندگی <input type="checkbox"/> فرزند ۲ <input type="checkbox"/> فرزند ۳ <input type="checkbox"/> فرزند ۴ <input type="checkbox"/> |
| مینیزوکوک ها | فرزند ۱ <input type="checkbox"/> شریک زندگی <input type="checkbox"/> فرزند ۲ <input type="checkbox"/> فرزند ۳ <input type="checkbox"/> فرزند ۴ <input type="checkbox"/> | فرزند ۱ <input type="checkbox"/> شریک زندگی <input type="checkbox"/> فرزند ۲ <input type="checkbox"/> فرزند ۳ <input type="checkbox"/> فرزند ۴ <input type="checkbox"/> |
| بیماری های - پنوموکوک ها | فرزند ۱ <input type="checkbox"/> شریک زندگی <input type="checkbox"/> فرزند ۲ <input type="checkbox"/> فرزند ۳ <input type="checkbox"/> فرزند ۴ <input type="checkbox"/> | فرزند ۱ <input type="checkbox"/> شریک زندگی <input type="checkbox"/> فرزند ۲ <input type="checkbox"/> فرزند ۳ <input type="checkbox"/> فرزند ۴ <input type="checkbox"/> |
| *ویروس های روتا | فرزند ۱ <input type="checkbox"/> فرزند ۲ <input type="checkbox"/> فرزند ۳ <input type="checkbox"/> فرزند ۴ <input type="checkbox"/> | فرزند ۱ <input type="checkbox"/> فرزند ۲ <input type="checkbox"/> فرزند ۳ <input type="checkbox"/> فرزند ۴ <input type="checkbox"/> |
| کزاز (تتانوس) (Wundstarrkrampf) | فرزند ۱ <input type="checkbox"/> شریک زندگی <input type="checkbox"/> فرزند ۲ <input type="checkbox"/> فرزند ۳ <input type="checkbox"/> فرزند ۴ <input type="checkbox"/> | فرزند ۱ <input type="checkbox"/> شریک زندگی <input type="checkbox"/> فرزند ۲ <input type="checkbox"/> فرزند ۳ <input type="checkbox"/> فرزند ۴ <input type="checkbox"/> |
| آبله مرغان (Windpocken) | فرزند ۱ <input type="checkbox"/> شریک زندگی <input type="checkbox"/> فرزند ۲ <input type="checkbox"/> فرزند ۳ <input type="checkbox"/> فرزند ۴ <input type="checkbox"/> | فرزند ۱ <input type="checkbox"/> شریک زندگی <input type="checkbox"/> فرزند ۲ <input type="checkbox"/> فرزند ۳ <input type="checkbox"/> فرزند ۴ <input type="checkbox"/> |

* فقط در مورد نوزادان در اولین سال زندگی شان صادق است.

- **واکسیناسیون ها در هر سنی مهم هستند.**
- **واکسیناسیون ها توسط کارشناسان مستقل توصیه می شوند - کمیسیون دائمی واکسیناسیون استیکو توصیه های واکسیناسیون به روز شده و بویژه تقویم واکسیناسیون را در آلمان سالانه به سفارش دولت تهیه می کند.**
- **واکسیناسیون ها بی خطر هستند - انستیتو و ادارات مستقل، کیفیت واکسن ها را آزمایش و بر کیفیت، سالم بودن و فواید واکسیناسیون و مواد آن نظارت می کنند.**
- **واکسیناسیون ها اکثراً مجانی هستند - تقریباً تمام واکسیناسیون های توصیه شده توسط کمیسیون دائمی واکسیناسیون استیکو از خدمات اجباری صندوق های بیمه درمانی هستند و برای بیمه گزاران رایگان هستند. برای مواد واکسیناسیون مخارجی اضافی ایجاد نمی شود. مراجعه به پزشک که فقط برای واکسیناسیون باشد، مشمول عوارض نمی شود.**
- **بگذارید مرتباً وضعیت واکسیناسیون را بررسی کنید - وضعیت واکسیناسیون شما و فرزند شما باید مرتباً و ترجیحاً هر سال نزد پزشک بررسی شود (لطفاً پاس یا دفترچه) واکسیناسیون را به همراه بیاورید). واکسیناسیون های انجام نشده باید انجام شوند.**
- **واکسیناسیون مسافرتی را موقع برنامه ریزی کنید - پیش از مسافرت های تفریحی یا سفر به کشور خود باید حداقل ۶ هفته قبل از عزیمت وضعیت واکسیناسیون خود را در رابطه با کشور مقصد بررسی نمائید.**
- **قبل از بارداری به موقع واکسن بزنید.**
- **زنان در سنین باروری، بویژه آنها که مشخصاً آرزوی داشتن فرزند را دارند، باید حتی المقدور به موقع ایمنی واکسیناسیونی خود و اعضای خانواده خود را کنترل کنند.**



سلامتی پیش شرط اساسی یک زندگی مستقل و فعال می باشد. واکسیناسیون ها راهی مطمئن برای ایمنی انسان در مقابل بیماری های عفونی در هرسنی است. با این روش هر کسی می تواند با مخارجی کم، برای سلامتی خود گامی بر دارد.

این دفترچه راهنمای بویژه مهاجرین را مخاطب قرار می دهد. مقصود از این راهنما آشنائی اولیه و تمرکز روی سئولات عملی مانند مخارج واکسیناسیون، ویژگی های زنان باردار و اینکه بطور کلی بعد از واکسیناسیون چگونه باید رفتار کرد می باشد.

خواننده می تواند به کمک برنامه واکسیناسیون شخصی و تقویم واکسیناسیون ۲۰۱۶ که در بخش داخل آمده است سریعاً تشخیص دهد که آیا

او و خانواده اش از ایمنی کافی واکسیناسیون برخوردار هستند یا نه. علاوه بر آن آدرس های تماس موسسه های مرکزی و تعریفی از مهمترین واژه های تخصصی را پیدا می کنید.

پزشک شما در رابطه با واکسیناسیون مهمترین طرف مخاطب شما هست و خواهد بود.

با حمایت دوستانه

با حمایت دوستانه شرکت زانفی پاسئیر ام.اس.دی (با مسئولیت محدود)