



# أمراض يمكن الوقاية منها باللقاحات (منها الدفتريا/الخباق، والجذري/الحماق، والنكاف، والحصبة الألمانية، والسعال الديكي/الشاهوق)

التحديث الأخير 22-07-2025

## الحقائق الرئيسية

### طريقة انتقال العدوى: المنقول في الهواء، المنقول بقطرات، أو عبر الاحتكاك المباشر

- عندما يسعل أشخاص مصابون أو يعطسون أو يبصقون، ينشرون قطرات صغيرة في الهواء يمكن أن يتنشقها الآخرون
- احتكاك مباشر (من خلال التقبيل أو مشاركة الأكواب أو أواني الأكل مثلًا) مع لعاب أو مخاط شخص مُصاب

### الأشخاص الأكثر عرضة لخطر العواقب شديدة الضرر

- النساء الحوامل و الأجنّة
- الأشخاص (خاصة الأطفال) الذين يعانون من سوء التغذية أو من ضعف جهاز المناعة
- الأشخاص الأكثر عرضة لخطر الإصابة بالمرض
- الأشخاص غير الملقّحين
- الأشخاص النازحون والذين يعيشون في أماكن مكتظة وضيقة

### الأعراض العامّة: (\*\*) تنتشر هذه الأمراض بسرعة بين السكّان غير الملقّحين. يجب التنبّه للأعراض

(التالية. (\*\*))

- الحمى (عادةً)
- الشعور بالتعب (عادةً)
- الشعور بتوتّعك (عادةً)

- فقدان الشهية (أحياناً)
- صداع (أحياناً)
- سيلان الأنف (أحياناً)

### الأعراض الخاصة بالمرض:

المرض	الأعراض
الدفتريا	<ul style="list-style-type: none"> <li>• التهاب الحلق</li> <li>• صعوبة/ألم عند البلع</li> <li>• تورم غدد الرقبة</li> <li>• صعوبة في التنفس (ح أحياناً)</li> </ul>
الحماق/الجذري	<ul style="list-style-type: none"> <li>• حبة، بثور صغيرة (في العادة تظهر أولاً على الصدر أو الظهر أو الوجه ثم تنتشر في الجسم)</li> </ul>
النكاف	<ul style="list-style-type: none"> <li>• ألم وتورم في الغدد عبر الفم والفك والوجنتين والحلق (على جهة واحدة أو على الجهتين)</li> <li>• حمى شديدة (أحياناً)</li> <li>• تيبس الرقبة والتهابها (أحياناً)</li> <li>• صداع شديد (أحياناً)</li> <li>• فقدان السمع (أحياناً)</li> <li>• ألم في البطن (أحياناً)</li> </ul>
الحصبة الألمانية	<ul style="list-style-type: none"> <li>• طفح جلدي</li> <li>• تورم غدد الرقبة والرأس (أحياناً)</li> <li>• التهاب الملتحمة (أحياناً)</li> <li>• ألم في المفاصل (أحياناً)</li> </ul>
السعال الديكي	<ul style="list-style-type: none"> <li>• سعال مصحوب بصوت "نعيق" مرتفع ويسوء السعال في الليل (من الممكن ألا يسعل الأطفال الصغار جداً)</li> <li>• صوت لهاث عند الشهيق</li> <li>• صعوبة في التنفس (أحياناً)</li> </ul>

## ماذا تستطيع أن تفعل للوقاية ومكافحة الأوبئة؟

### مراقبة المجتمع وتحديد الأشخاص المصابين

- تحديد الأشخاص المصابين وعزلهم قبل أن ينشروا المرض للآخرين

### علاج الحالات وإدارتها

- إحالة المصابين بالمرض إلى المرافق الصحية
- إدارة الوضع الغذائي وتحسينه، لا سيّما لدى الأطفال
- التشجيع على الرضاعة الطبيعية الحصرية للأشهر الستة الأولى من عمر الطفل، والرضاعة الطبيعية التكميلية حتى بلوغ الطفل سنّ العاقلين (خاصةً عندما يكون الطفل مريضاً)
- التحقّق من الحالة التغذويّة للأطفال دون سنّ الخامسة (فحص محيط منتصف العضد)
- إحالة حالات سوء التغذية المشتبه بها إلى الخدمات الصحية ودعم البرامج التغذوية
- توفير دعم نفسي واجتماعي للمصابين ولأفراد عائلاتهم

### ملاجئ وأماكن آمنة

- الحدّ من الاكتظاظ وتحسين التهوية في الملاجئ وأماكن العمل والمدارس إن أمكن

### نظافة اليدين وممارسات النظافة التنفسية

- تعزيز نظافة اليدين (غسل اليدين بالصابون)
- قبل: تحضير الطعام؛ أو الأكل؛ أو إطعام الأولاد؛ أو معالجة الجروح؛ أو رعاية المرضى
- بعد: استخدام المراض أو تنظيف الأطفال؛ أو لمس القمامة أو النفايات؛ أو لمس الحيوانات أو إطعامها؛ أو التمشّط تنظيف الأنف أو السعال أو العطس؛ أو معالجة الجروح؛ أو رعاية المرضى
- تعزيز ممارسات النظافة التنفسية وآداب السعال (تغطية الفم والأنف عند السعال أو العطس باستخدام الكمّ أو منديل، وغسل اليدين بعد السعال أو العطس، وعدم البصق على الأرض أو في الأماكن العامة)
- الحماية الشخصية (مثلًا استخدام كمامة)

### التعبئة الاجتماعية وتعزيز الصحة

- الاطلاع على النصائح المحدّدة التي تقدّمها السلطات الصحيّة أو السلطات الأخرى ذات الصلة
- تعزيز الممارسات الصحية الموصى بها (مثل برامج التلقيح الدورية، والتباعد الاجتماعي، وعزل الأشخاص السليمين عن المرضى، الخ.)
- الريادة في اتّباع النصيحة هذه وإعلام أعضاء المجتمع بنصائح الممارسات الصحيّة الحاليّة
- تقديم الدعم والتشجيع على اتّباع النصيحة

- محاولة فهم ما إذا كانت نصائح الممارسات الصحيّة تُطبّق أو لا وسبب ذلك
- بإرشاد المشرف عليكم والسلطات الصحيّة، العمل مع المجتمعات لتجاوز العوائق التي تحول دون تطبيق النصيحة الصحيّة والممارسات الموصى بها

## التحصين

- تعزيز برامج التلقيح الدوريّة للأطفال
- دعم حملات التلقيح الواسعة النطاق

## الخرائط وتقييم المجتمع

- وضع خريطة للمجتمع
- تحديد المعلومات التالية على الخريطة:
  - كم عدد الأشخاص الذين أصيبوا بأمراض يمكن الوقاية منها باللقاحات؟ وأين؟
  - كم عدد الأشخاص الذين قضوا بسبب إصابتهم؟ أين؟ متى؟
  - من هم الأشخاص الأكثر عرضة للإصابة؟ وأين هم؟
  - أين تقع المرافق والخدمات الصحيّة المحليّة؟ (بما في ذلك، المعالجون التقليديون)
- تسجيل المعلومات التالية على الجهة الخلفية من الخريطة:
  - متى بدأ الأشخاص يصابون بأمراض يمكن الوقاية منها باللقاحات؟
  - كم عدد الأشخاص الذين يعيشون في المجتمع المتضرر؟ كم عدد الأطفال منهم ما دون الخامسة من العمر؟
  - هل تلقى معظم الأطفال في المجتمع اللقاح ضدّ أمراض الطفولة؟
  - هل تمّ التخطيط لحملة تلقيح؟
  - هل يحظى الأشخاص بما يكفي من الغذاء عادةً؟
  - هل يعيش الأشخاص معًا في الأماكن المكتظة عادةً؟ هل تتوافر التهوية والهواء النقي في المنازل والمدارس وأماكن العمل؟
  - هل يتأثر الأطفال بشدّة بمرض (أو أمراض) يمكن الوقاية منه (أ) باللقاحات؟ هل من مجموعات أخرى (أشخاص بأعمار معيّنة، وممارسي مهن معيّنة، وسكان مناطق جغرافية معيّنة، وغيرها) تتأثر بشدّة؟
  - ما هي عادات المجتمع وممارساته ومعتقداته في ما يتعلّق باللقاحات؟ هل من معتقدات أو تصورات مجتمعية أو ثقافية أو دينية تمنع الناس من تلقي اللقاح؟
  - ما هي عادات المجتمع وممارساته ومعتقداته في ما يتعلّق برعاية الأشخاص المُصابين وإطعامهم؟ يجب الأخذ في الاعتبار الفرق في المسؤوليات والأدوار بين الرجال والنساء
  - عندما يمرض الأطفال والرضع، هل تستمرّ النساء في إرضاعهم؟
  - هل يُطبّق برنامج للتعبئة الاجتماعية أو تعزيز الصحة؟
  - ما هي المصادر التي يستخدمها الناس/يثقون بها أكثر للحصول على المعلومات؟
  - هل هناك شائعات أو معلومات خاطئة عن مرض (أو أمراض) يمكن الوقاية منه (أ) باللقاحات؟ هل هناك شائعات أو معلومات خاطئة عن اللقاحات؟ ما هي الشائعات