

- COVID-19 Vaccines

ما يحتاج الكنديون الأكبر سنًا
إلى معرفته



أكتوبر 2023
(تم التحديث في يناير 2024)

National Institute on Ageing

الاقتباس المقترح:

Sinha, S. K., Arulnamby, A., Vohra-Miller, S.,
& Johnstone, J. (2024). COVID-19 Vaccines
National Institute on Ageing. ما يحتاج الكنديون الأكبر سنًا إلى معرفته.
Institute on Ageing.
Toronto, ON.

العنوان البريدي:

National Institute on Ageing
Ted Rogers School of
Management
350 Victoria St. Toronto,
Ontario
M5B 2K3
Canada

نبذة عن UHN Sinai Health's Healthy Ageing and Geriatrics Program

تم تخصيص برنامج Sinai Health و University Health Network's Healthy Ageing and Geriatrics Program لرعاية جميع كبار السن، وخاصة الأشخاص المعقدين والضعفاء. نحن نقدم الخبرة الشخصية، وإجراء البحوث، وتنفيذ نماذج مبتكرة للرعاية، وتثقيف أنفسنا والآخرين، والتعاون مع جميع الشركاء لتمكين الشيخوخة الصحية.

نبذة عن National Institute on Ageing

هو National Institute on Ageing (NIA) مركز للسياسة العامة والبحوث مقره في Toronto (Metropolitan University Ryerson University) سابقًا). إن NIA مكرس لتعزيز الشيخوخة الناجحة على مدار الحياة. وهو فريد من نوعه في ولايته للنظر في قضايا الشيخوخة من مجموعة واسعة من وجهات النظر، بما في ذلك تلك المتعلقة بالرعاية المالية والنفسية والاجتماعية.

يركز NIA على قيادة البحوث متعددة التخصصات والقائمة على الأدلة والقابلة للتنفيذ لتوفير مخطط لسياسة عامة أفضل والممارسات اللازمة لمواجهة التحديات والفرص المتعددة المتعلقة بشيخوخة السكان في كندا.

يلتزم NIA بتوفير القيادة الوطنية والتعليم العام للعمل بشكل منتج وتعاوني مع جميع مستويات الحكومة وشركاء القطاعين الخاص والعام والمؤسسات الأكاديمية والمنظمات ذات الصلة بالشيخوخة والكنديين.

المؤلفون

قام بإعداد هذه الوثيقة الإرشادية وكتابتها كلٌّ من:

Dr. Samir K. Sinha, MD, DPhil, FRCPC, FCAHS, AGSF

مدير Geriatrics

،Sinai Health و University Health Network

مدير ،Health Policy Research

،National Institute on Ageing

أستاذ مشارك، ،Departments of Medicine

،Family and Community Medicine, Health Policy

،Management and Evaluation

University of Toronto

Arushan Arulnamby, MPH

محلل السياسات، ،National Institute on Ageing

Toronto Metropolitan University

Ms. Sabina Vohra-Miller, MSc

مؤسس مركز Unambiguous Science

Jennie Johnstone، MD, PhD, FRCPC الدكتورة

المديرة الطبية Infection Prevention

،and Control, Sinai Health

مدير قسم ،Infectious Diseases Departmental Division

،University of Toronto

أستاذ مشارك، ،Departments of Medicine

،and Laboratory Medicine and Pathobiology

University of Toronto

جدول المحتويات

7	أسئلة عامة عن لقاحات COVID-19
13	أسئلة خاصة بكبار السن
18	أسئلة لمجموعات سكانية محددة
22	دحض الأساطير عن لقاحات COVID-19
24	أسئلة أخرى

مقدمة

منذ أواخر عام 2020، جرى تطوير العديد من لقاحات COVID-19 والموافقة عليها والتوصية بها في كندا بناءً على الأبحاث والتقارير الوبائية. وقد قوبلت أخبار لقاحات COVID-19 التي يجري تطويرها والموافقة عليها بالإثارة والأمل، ولكن أيضًا ببعض الشكوك، لا سيما بين كبار السن وبعض الأفراد الأكثر ضعفًا في مجتمعنا.

هناك العديد من الأسئلة المشروعة والمفاهيم الخاطئة بشأن لقاحات COVID-19، وكيف ظهرت وماذا تعني لصحتنا الشخصية. ومن المهم معالجة هذه المخاوف مع ابتعاد كندا عن مرحلة الأزمة والتقدم نحو الإدارة طويلة الأمد لفيروس COVID-19.

فيما يلي بعض الأسئلة الشائعة التي تُطرح بشأن لقاحات COVID-19 بين الكنديين الأكبر سنًا إلى جانب الإجابات المبنية عن الأدلة لمساعدتك في إبقائك على اطلاع بالحقائق.

أسئلة عامة بشأن لقاحات COVID-19

كيف تعمل اللقاحات؟

صادف جسمك مسببًا فعليًا تم تحصينك ضده، فيمكنه التعرف عليه بسرعة والاستجابة له على الفور، ومكافحته قبل أن يسبب مشاكل صحية خطيرة.

كيف تعمل لقاحات mRNA؟ وما اللقاحات المتوفرة؟

mRNA، أو الحمض النووي الريبي المرسال، هو جزيء طبيعي موجود في أجسامنا ويعطي تعليمات لأجسامنا لصنع البروتينات الضرورية، على غرار بطاقة الوصفة.

قبل جائحة COVID-19، كان الباحثون يدرسون ويعملون على العلاجات القائمة على mRNA لعقود. وبمجرد توفر المعلومات الضرورية بشأن الفيروس الذي يسبب لقاحات فيروس COVID-19، بدأ العلماء في تصميم mRNA الأولى لفيروس COVID-19.

في هذه اللقاحات، يتم استخدام mRNA الاصطناعي لإخبار الجسم بصنع قطعة غير ضارة من مستضد بروتين سبايك الموجود على سطح فيروس COVID-19 الفعلي. تعمل هذه اللقاحات من خلال تقديم تعليمات mRNA أو بطاقة الوصفة التي توجه الجسم لإنتاج كمية صغيرة من مستضد بروتين سبايك. يدرك جسمنا أن هذا المستضد لا ينتمي إليه ويعزز الاستجابة المناعية من خلال إنتاج أجسام مضادة واقية ضد

قد يصادف جسمنا العديد من البكتيريا أو الفيروسات أو الفطريات التي يمكن أن تسبب الأمراض. تُعرف هذه باسم مسببات الأمراض. لمحاربة هذه الكائنات الحية المسببة للأمراض، يطور جهاز المناعة في الجسم أجسامًا مضادة يتم إنتاجها استنادًا إلى جزء من مسببات الأمراض يسمى المستضد. وهذا المستضد يساعد على توفير الحماية ضد المرض، والذي يُعرف باسم المناعة. في أجسامنا، لدينا الآلاف من الأجسام المضادة المختلفة لمستضدات معينة مرتبطة بمسببات الأمراض.

عندما يواجه جسمنا مسببًا جديدًا، مثل فيروس COVID-19، سيستغرق الأمر بعض الوقت لإنتاج الأجسام المضادة المحددة. بحلول الوقت الذي يكون فيه جسمنا جاهزًا للرد، يمكن أن تكون العدوى قد تسببت بالفعل في الكثير من الضرر الذي قد يؤدي أحيانًا إلى مرض شديد والوفاة. ولكن بمجرد محاربة هذا الفيروس، يقوم الجسم أيضًا بإنشاء خلايا ذاكرة منتجة للأجسام المضادة تساعد على تذكر كيفية محاربة هذا الفيروس بعينه. لذلك، في المرة القادمة التي تتعرض فيها لنفس الفيروس، يتذكره جسمك ويكون قادرًا على تجميع نظامه الدفاعي بسرعة ضده.

هذا هو المكان الذي يمكن أن تكون فيه اللقاحات مفيدة. تحتوي اللقاحات على فيروس ضعيف أو مستضدات غير نشطة أو مخطط لإنتاج مستضدات تحفز استجابة الجهاز المناعي. إنها تسمح للجسم بتكثيف الاستجابة المناعية ضد مجموعة متنوعة من مسببات الأمراض. هذا يعني أنه في وقت لاحق، إذا

تحتوي هذه اللقاحات على بروتينات منقاة من الفيروس تم تطويرها من خلال عملية راسخة. أولاً، يتم إدخال جزء من المادة الوراثية للفيروس التي تحمل تعليمات لتطوير بروتين سبايك لفيروس COVID-19 في خلية أخرى، مما يسمح بإنتاج البروتين. يتم بعد ذلك تنقية البروتين وإدخاله في الجسم لتحفيز الاستجابة المناعية. لتعزيز الاستجابة المناعية لمستضد البروتين، يشتمل اللقاح أيضًا على المادة المساعدة ماتريكس-إم (Matrix-M). تم استخدام المواد المساعدة بأمان عبر اللقاحات المختلفة.

لقاحات الوحدات الفرعية البروتينية غير قادرة على التسبب في العدوى لأنها لا تحتوي على الفيروس.

لقاح COVID-19 Nuvaxovid™ (Novavax) هو لقاحات COVID-19 الوحيد المكون من البروتين الفرعي المتاح للبالغين في كندا. كما تمت الموافقة أيضًا على لقاحات Nuvaxovid™ XBB.1.5 (Novavax) COVID-19 للاستخدام في شهر ديسمبر عام 2023 لاستهداف إحدى سلالات الفيروس الأحدث.

ما الفرق بين السلسلة الأولية والجرعات الإضافية؟

السلسلة الأولية هي الجرعة (الجرعات) الأولية التي يتلقاها الفرد من لقاحات COVID-19. ويمكن أن يختلف ذلك من جرعة إلى جرعتين. والفترة الزمنية الموصى بها بين جرعتين من لقاح COVID-19 لسلسلة أولية هي ثمانية أسابيع.

مستضد البروتين الشائك لفيروس COVID-19، لذلك إذا لامس جسمنا لاحقًا فيروسًا فعليًا بسبب COVID-19، فإنه يعرف على الفور كيفية محاربتة. لا يدوم mRNA الموجود في اللقاح طويلًا في الجسم حيث يتحلل بسرعة. لا يمكن لحمض mRNA الموجود في اللقاح الوصول إلى الحمض النووي الخاص بك أو تغييره بأي شكل من الأشكال.

تعد لقاحات mRNA تقدمًا علميًا مثيرًا وستسمح لنا بتصميم لقاحات لفيروسات أخرى أيضًا، مثل الأنفلونزا، والفيروس المخلوي التنفسي (RSV)، وزيكاء، وداء الكلب، والفيروس المضخم للخلايا (المعروف باسم CMV). كما تتم دراسة لقاحات mRNA كطريقة جديدة لمحاربة السرطان.

يوجد العديد من mRNA لقاحات لفيروس COVID-19 المعتمدة في كندا للبالغين، وهي تستهدف أنواعًا مختلفة من فيروس كورونا المرتبط بـ SARS-COV-2. من بين لقاحات mRNA التي تمت الموافقة عليها على مدى السنوات الثلاث الماضية، لم تتم الموافقة إلا على لقاحين جديدين من نوع mRNA لاستخدامهما في خريف عام 2023 لاستهداف إحدى سلالات الفيروس الأحدث: Comirnaty® Omicron و Spikevax® XBB.1.5 (Pfizer-BioNTech) و XBB.1.5 (Moderna) متوفران حاليًا.

كيف تعمل لقاحات وحدة البروتين الفرعية؟ وما اللقاحات المتوفرة؟

تم استخدام لقاحات Protein subunit الفرعية لعدة عقود للحماية من الأمراض المختلفة بما في ذلك السعال الديكي والتهاب الكبد (ب).

ما أحدث التركيبات من لقاحات COVID-19؟

توجد حاليًا سلالات أوميكرون الأحدث الأكثر انتشارًا في كندا مقارنةً بما استهدفته لقاحات COVID-19 المتوفرة سابقًا. وسلالات أوميكرون الجديدة هذه قادرة على تجنب الأجسام المضادة من الجسم بشكل أفضل مقارنةً بسلالات أوميكرون السابقة.

منذ خريف عام 2023، أصبحت مجموعة جديدة من لقاحات COVID-19 متاحة في كندا والتي تستهدف على وجه التحديد إحدى سلالات أوميكرون الأحدث. ولا تشمل هذه اللقاحات السلالة الأصلية لفيروس كورونا المرتبط بفيروس SARS-CoV-2، وبدلاً من ذلك تشمل فقط واحدة من سلالات أوميكرون الأحدث. ونتيجة لذلك، فمن المتوقع أن توفر استجابة مناعية أفضل مقارنةً بلقاحات COVID-19 المتاحة سابقًا. ولهذا السبب، أوصت NACI بأن يتلقى الأفراد لقاح mRNA الخاص بـ COVID-19 المحتوي على XBB.1.5 (Moderna أو Pfizer-BioNTech)، بغض النظر عن عدد جرعات اللقاح التي تلقوها سابقًا. يعتمد الفاصل الزمني للتطعيم على لقاح COVID-19 السابق و/أو تاريخ العدوى (يرجى الاطلاع على الصفحة 13 لمعرفة التوصيات الخاصة بكبار السن).

تمت الموافقة على Comirnaty® Omicron و Spikevax® و XBB.1.5 (Pfizer-BioNTech) و XBB.1.5 (Moderna) للاستخدام من قبل Health Canada في سبتمبر 2023.

يوصى حاليًا باستخدام لقاحات mRNA في السلسلة الأولية. وإذا لم تكن هذه اللقاحات متوفرة، فيجب تقديم لقاح وحدة البروتين الفرعية للقاح COVID-19 Nuvaxovid™ (Novavax). ومن المهم ملاحظة أنه يمكن استخدام لقاحات مختلفة لإكمال السلسلة الأولية.

السبب في التوصية بجرعات إضافية بعد تلقي السلسلة الأولية هو زيادة حماية الناس من عدوى COVID-19 والأمراض العرضية والشديدة لـ COVID-19 التي من المحتمل أن تكون قد تضاءلت منذ آخر تطعيم أو عدوى. يوصى بإعطائه بعد ستة أشهر على الأقل من تاريخ آخر تطعيم أو إصابة بـ COVID-19. على الرغم من عدم إثبات أن الفاصل الزمني الأقصر (على سبيل المثال، من ثلاثة أشهر إلى أقل من ستة أشهر) يشكل خطرًا على السلامة، فإن الفاصل الزمني الأطول يضمن الوصول إلى مستوى أعلى من المناعة أو الحماية بمرور الوقت.

على غرار السلسلة الأولية، تعد mRNA لقاحات COVID-19 هي اللقاحات المفضلة التي يجب إعطاؤها كجرعات إضافية. وإذا لم تكن mRNA لقاحات COVID-19 متوفرة، فيجب تقديم لقاح وحدة البروتين الفرعية للقاح COVID-19 Nuvaxovid™ (Novavax).

يخضع اللقاح Nuvaxovid™ XBB.1.5 (Novavax) المعتمد في شهر ديسمبر 2023 للمراجعة حاليًا من جانب National Advisory Committee on Immunization (NACI) حتى يتمكنوا من تقديم مزيد من الإرشادات بشأن كيفية الاستخدام الأمثل لهذا اللقاح.

تعاونت البلدان والشركات في جميع أنحاء العالم معًا وتعاونت بطريقة لم نشهدها في الماضي للمساعدة في تطوير لقاحات COVID-19. أعطت الوكالات الصحية وباحثو اللقاحات والمصنعون الأولوية لتطوير لقاحات COVID-19 من خلال استثمار مبالغ ضخمة من المال وإعادة نشر الموظفين وتطوير العديد من أوجه التعاون للعمل على الجهود المتعلقة لقاحات COVID-19. لم يحدث أي من هذا على حساب السلامة، وتم بذل العناية الواجبة تمامًا في التجارب السريرية التي كانت مطلوبة لإثبات سلامتها وفعاليتها.

تشمل العوامل الأخرى التي عجلت إطلاق لقاحات COVID-19 المعتمدة ما يلي:

- استند تطوير لقاحاتنا الأولى لـ COVID-19 إلى عقود من الأبحاث التي أجريت على سلالات أخرى من فيروس كورونا قبل COVID-19، مثل Middle East Respiratory Syndrome (MERS) و SARS-CoV (SARS).

كما تمت الموافقة على تركيبة جديدة من لقاح COVID-19 من شركة Novavax لاستخدامها من قبل Health Canada في ديسمبر 2023. ويخضع هذا اللقاح الجديد حاليًا للمراجعة من جانب NACI حتى يتمكنوا من تقديم مزيد من الإرشادات بشأن أفضل طريقة لاستخدام هذا اللقاح.

وقد أظهرت البيانات المستمدة من التجارب على الحيوانات و/أو البشر بالفعل أن لقاحات Moderna و Novavax و Pfizer و BioNTech الجديدة طورت استجابات مناعية قوية ضد سلالات فيروس أو ميكرون SARS-CoV-2 XBB*.

**تم تطوير لقاحات COVID-19 بسرعة كبيرة.
هل تم تخطي خطوات مهمة في تطويرها؟**

وفقًا لموقع Health Canada، فإن جميع لقاحات COVID-19 المعتمدة في كندا قد:

- استوفت المتطلبات العادية للموافقة على اللقاح، بما في ذلك جميع متطلبات السلامة والجودة والفعالية المعتادة للقاحات، ولم يتم تجاهل أي متطلبات من أجل الموافقة على استخدام هذه اللقاحات.
- تمت مراقبة جودتها وسلامتها وفعاليتها بشكل مستمر.

لقد أصبت بالفعل بـ COVID-19. هل يتعين عليّ الحصول على اللقاح؟

حتى لو كنت قد أصبت بالفعل بـ COVID-19 في الماضي، فستظل تستفيد من التطعيم لأن المناعة التي يتطور بها المرء بعد الإصابة بالعدوى والتطعيم (المعروفة باسم المناعة الهجينة) قد أدت إلى انخفاض معدلات العدوى المستقبلية والأمراض الشديدة. هذا هو الحال بشكل خاص مع الأفراد الذين لديهم مناعة هجينة مع عدوى من سلالة أوميكرون الأحدث.

يوصى للأفراد الذين لم يبدأوا أو يكملوا جرعات السلسلة الأولية، بالانتظار ثمانية أسابيع من الاختبار الإيجابي أو ظهور الأعراض قبل التطعيم. بالنسبة للأفراد الذين أكملوا سلسلتهم الأولية، يوصى بالانتظار ستة أشهر من وقت الإصابة السابقة للحصول على جرعة اللقاح التالية.

لا توجد مخاوف تتعلق بالسلامة فيما يتعلق بتلقي التطعيم بعد الإصابة الأخيرة، والتي تبين أنها جيدة التحمل؛ ومع ذلك، فإن سبب الفترات الزمنية يرجع إلى فهم أن الاستجابة المناعية الناتجة للفرد تكون أعلى عندما يكون هناك وقت أطول بين العدوى والتطعيم.

■ جعلت التطورات الإضافية في العلوم والتكنولوجيا تطوير لقاحات جديدة أسهل؛ بمجرد تسلسل الفيروس وراثيًا، والذي حدث بعد وقت قصير من اكتشاف فيروس COVID-19، يمكن للعلماء العمل بسرعة لإنشاء مجموعة متنوعة من اللقاحات المرشحة وبدء التجارب السريرية.

■ تعاون دولي قوي بين العلماء والإحصائيين الصحيين والباحثين والصناعة والحكومات، بما في ذلك التمويل الكافي لتنفيذ التجارب السريرية الكبيرة اللازمة لاختبار سلامة وفعالية اللقاحات التي يتم تطويرها بسرعة أكبر.

هل يجب على الأشخاص تناول عقار acetaminophen (المعروف أيضًا باسم Tylenol) أو الأدوية المضادة للالتهابات غير الستيرويدية قبل التطعيم للوقاية من أعراض ما بعد التطعيم؟

على الرغم من إمكانية تناول هذه الأدوية لإدارة الأعراض بعد التطعيم، فلا يوصى باستخدام هذا الدواء بانتظام قبل التطعيم أو في أثنائه. ومع ذلك، ففي حالة تناول هذه الأدوية، يظل من الممكن إعطاء التطعيم.

إذا لزم الأمر لإدارة الأعراض بعد التطعيم، فيفضل استخدام acetaminophen من قبل كبار السن.

حتى لو تم الحصول على المناعة الهجينة بالفعل من التطعيم المسبق والعدوى، فإن حماية الفرد من العدوى تتناقص في النهاية بمرور الوقت. هذا هو أحد أسباب التوصية بالجرعات إذا لم يتم تطعيم الأشخاص أو تعرضهم لعدوى COVID-19 مؤخرًا في الأشهر الستة الماضية.

هل يمكنني الحصول على لقاح
influenza ولقاح COVID-19
في الوقت نفسه؟

ليس فقط لقاح influenza، ولكن يمكن أيضًا إعطاء لقاحات COVID-19 في الوقت نفسه، أو في أي وقت قبل اللقاحات الأخرى أو بعدها (مثل فيروس الجهاز التنفسي المخلوي والمكورات الرئوية والقوباء المنطقية).

يرجى التحدث مع مقدم الرعاية الصحية الخاص بك فيما يتعلق باللقاحات الأخرى الموصى بها لك.

لمزيد من المعلومات عن اللقاحات الموصى بها لكبار السن، يرجى الاطلاع على الصفحة 19.



أسئلة خاصة بكبار السن

هل لقاحات COVID-19
فعّالة وآمنة لكبار السن؟

نعم، سجلت تجارب لقاحات Pfizer-
Moderna و BioNTech
و Novavax أعدادًا كبيرة من كبار
السن في تجارب اللقاح الأصلية لإثبات أن
لقاحات COVID-19 الخاصة بهم آمنة
وفعّالة.

على الرغم من اختلاف الفعالية الإجمالية للقاحات Pfizer-
BioNTech و Moderna و Novavax في درجة الوقاية
من مرض COVID-19 المؤكد مختبريًا لدى الأشخاص، فقد
وجد أن فعاليتها في منع دخول المستشفى والوفاة هي الأعلى
للأفراد الذين تم تطعيمهم بالكامل في التجارب السريرية.

من المتوقع أن تعمل لقاحات COVID-19 المحدثة المحتوية
على XBB.1.5 بشكل أفضل ضد السلالات الحالية مقارنةً
لقاحات COVID-19 المتوفرة سابقًا. وقد أظهرت البيانات
المستمدة من التجارب على الحيوانات و/أو البشر بالفعل أن
لقاحات Moderna و Novavax و Pfizer-BioNTech
الجديدة قد طورت استجابات مناعية قوية ضد سلالات فيروس
أوميكرون SARS-CoV-2 XBB*.

أنا شخص كبير في السن. هل يجب أن
أحصل على لقاح COVID-19؟

وُجد أن كبار السن يتأثرون بشكل كبير
بعدوى COVID-19، حيث يشكل البالغون
الذين تبلغ أعمارهم 60 عامًا أو أكثر 70
في المائة من حالات دخول COVID-19
إلى المستشفى و92 في المائة من حالات
COVID-19 المتوفاة في كندا.

وُجد أن لقاحات COVID-19 التي تمت الموافقة عليها في كندا
للاستخدام للكنديين الأكبر سنًا آمنة وفعّالة للغاية.

هناك العديد من الفوائد المرتبطة بتلقي لقاح COVID-19 - فهي
ستقلل من خطر الإصابة بالمرض إذا تعرضت للفيروس وتقلل من
مخاطر الآثار الشديدة (مثل دخول المستشفى والوفيات). إن تلقي
لقاحات COVID-19 سيحمي أيضًا الأشخاص من حولك الذين
قد يكونون أيضًا معرضين لخطر الإصابة بمرض خطير. توصي
Public Health Agency of Canada والجمعيات الطبية
والتمريضية الكندية بأن يتم تطعيم جميع الكنديين الأكبر سنًا عندما
يكونون قادرين على القيام بذلك.

تعتبر اللقاحات مهمة بشكل خاص مع كون المتغيرات الحالية
لفيروس كورونا المرتبط بـ SARS-CoV-2 أكثر قدرة على
تجنب الأجسام المضادة من اللقاحات والعدوى السابقة. منذ خريف
عام 2023، أصبحت تركيبات جديدة من لقاحات COVID-19
متاحة تستهدف هذه المتغيرات، ومن المتوقع أن توفر حماية أفضل
ضد هذه المتغيرات مقارنةً باللقاحات المتاحة حاليًا.

**ما لقاحات COVID-19
التي يجب على كبار السن تلقيها؟
وإلى أي مدى؟**

**يُنصح كبار السن بتلقي mRNA لقاحات
COVID-19 المحدثة المحتوية على
(Pfizer-BioNTech) XBB.1.5 و
(Moderna).**

ومن المتوقع أن توفر هذه اللقاحات استجابة مناعية أفضل ضد سلالات COVID-19 المنتشرة حاليًا مقارنةً بلقاحات COVID-19 السابقة، وستحسن أيضًا الحماية من العدوى والأعراض والأمراض الشديدة التي ربما تم تقليلها منذ آخر تطعيم أو عدوى للشخص.

تظل لقاحات mRNA (Pfizer-BioNTech و Moderna) هي اللقاحات المفضلة لـ COVID-19، مع التوصية باستخدام لقاح **Nuvaxovid™** الأصلي (Novavax) لأولئك الذين لا يرغبون أو لا يقدرّون على تلقي لقاحات mRNA. يخضع لقاح COVID-19 **Nuvaxovid™** XBB.1.5 (Novavax) المعتمد مؤخرًا للمراجعة حاليًا من جانب NACI حتى يتمكنوا من تقديم مزيد من الإرشادات بشأن أفضل طريقة لاستخدام هذا اللقاح.

لا يوصى بمقارنة معدلات الفعالية المختلفة بين تجارب اللقاح لأن كل تجربة لها نقاط نهاية فعالية مختلفة قليلاً - لذلك لا يمكن مقارنتها بالتساوي مع بعضها البعض. بالإضافة إلى ذلك، تم إجراء التجارب السريرية المتعلقة بلقاحات COVID-19 المختلفة في بلدان مختلفة في أوقات مختلفة أثناء الوباء، ويمكن أن تؤثر كمية COVID-19 بالإضافة إلى عدد ونوع المتغيرات التي كانت منتشرة خلال هذه التجارب على نتائج فعاليتها. من المهم أن نتذكر أن جميع اللقاحات المتاحة حاليًا فعالة جدًا في الوقاية من الأمراض الشديدة ودخول المستشفى وحصول وفاة مرتبطة بـ COVID-19.

ومع ذلك، بغض النظر عن التطعيم، وبسبب الشكوك المتعلقة بـ COVID-19 وطول الحماية من اللقاحات الموصى بها والعدوى السابقة، يجب ألا نوقف تدابير الصحة العامة المهمة الأخرى لمنع انتشار COVID-19. يظل ارتداء الكمامة في الأماكن العامة، والتباعد الجسدي، وغسل اليدين المتكرر وتجنب الأماكن المزدحمة من الاستراتيجيات المهمة.

بالنسبة للأفراد الذين أكملوا جرعات السلسلة الأولية الخاصة بهم (جرعتان على الأقل من لقاحات COVID-19 السابقة)، فيوصى بتلقي جرعة من XBB.1.5 المحتوي على لقاح mRNA COVID-19. ويمكن تلقي هذه الجرعة إذا مرّ ستة أشهر على الأقل منذ تلقي التطعيم أو العدوى السابقة لـ COVID-19.

تحديث: توصي NACI بدءًا من ربيع عام 2024 بأن يتلقى كبار السن الكنديون والأفراد الذين يعانون من ضعف المناعة والمقيمون بالبعثون في دور الرعاية طويلة الأجل وغيرها من أماكن المعيشة الجماعية لكبار السن جرعة إضافية من XBB.1.5 المحتوي على لقاح mRNA COVID-19. ويمكن تلقي هذه الجرعة الإضافية إذا مرّ ستة أشهر على الأقل منذ تلقي التطعيم أو العدوى السابقة لـ COVID-19.

بالنسبة للأفراد الذين لم يتلقوا أي جرعات من لقاحات COVID-19 (لم يبدأوا جرعات السلسلة الأولية)، فيوصى بتلقي جرعة واحدة من لقاح mRNA COVID-19 المحتوي على XBB.1.5. وإذا كانوا قد أصيبوا مؤخرًا بعدوى COVID-19، فقد يتم تأخير تلقي التطعيم لمدة ثمانية أسابيع.

بالنسبة للأفراد الذين بدأوا تلقي جرعات السلسلة الأولية الخاصة بهم، ولكنهم تلقوا جرعة واحدة فقط من لقاح COVID-19 سابقًا، فيوصى بإكمال السلسلة عن طريق تلقي جرعة واحدة من لقاحات mRNA المحتوية على XBB.1.5. ويمكن تلقي هذه الجرعة إذا مرّ ثمانية أسابيع على الأقل منذ تلقي التطعيم أو العدوى السابقة لـ COVID-19.

متى تتلقى الجرعة الموصى بها؟	كم جرعة (جرعات) موصى بها من لقاحات mRNA COVID-19 المحتوية على XBB.1.5؟	كم جرعة (جرعات) تلقيت من لقاحات COVID-19 غير المحتوية على XBB.1.5؟
يمكن الحصول عليها الآن ضع في اعتبارك الانتظار لمدة 8 أسابيع، إذا كنت قد عانيت مؤخرًا من عدوى COVID-19	1	0
8 أسابيع من التطعيم أو العدوى السابقة لـ COVID-19	1	1
6 أشهر من التطعيم أو العدوى السابقة لـ COVID-19**	1	جرعتان أو أكثر

* إما Comirnaty® Omicron XBB.1.5 (Pfizer-BioNTech) أو Spikevax® XBB.1.5 (Moderna).
** لم يثبت أن الفاصل الزمني الأقصر (على سبيل المثال: من ثلاثة أشهر إلى أقل من ستة أشهر) يشكل خطرًا على السلامة.

وفي الواقع، نظرًا لأن كبار السن لديهم أجهزة مناعية أضعف من الشباب، فيبدو أنهم يصابون بآثار جانبية بمعدل أقل، لكنهم يظلون يحققون نفس المستوى من المناعة أو الحماية الذي يحققه الشباب بهذه اللقاحات.

يمكن أن يكون لديك رد فعل تحسسي تجاه أي دواء أو طعام. من الممكن أن يكون لدى بعض الأشخاص حساسية تجاه أحد مكونات لقاحات COVID-19، ولكن من المهم أن نتذكر أن ردود الفعل التحسسية هذه نادرة نسبيًا. يوصى إذا كنت تعاني من الحساسية، بما في ذلك الحساسية الشديدة التي تتطلب منك حمل حاقن EpiPen الآلي، فيجب عليك مناقشة اللقاح مع طبيبك الذي يمكنه تقييم المخاطر التي قد تتعرض لها وتقديم المزيد من المعلومات حول كيفية التطعيم بأمان.

أنا أعني بشخص بالغ لا يريد الحصول على اللقاح، فكيف يمكنني إقناعه بأنه آمن؟

يمكنك الاطلاع على الأسئلة والأجوبة الخاصة بـ COVID-19 لكبار السن عبر هذا الرابط أو أي من الروابط التالية التي تجيب عن الأسئلة المتعلقة تحديدًا بكبار السن.

أكد أيضًا لكبار السن في حياتك أن COVID-19 مرض خطير وأن 92 في المائة من وفيات COVID-19 في كندا كانت بين الكنديين الأكبر سنًا الذين تبلغ أعمارهم 60 عامًا أو أكثر.

ما الآثار الجانبية للقاحات COVID-19 لدى كبار السن؟

تعني الآثار الجانبية للقاح أن جهاز المناعة في الجسم سيبدأ في العمل ويستعد للتعرف على الفيروس ومكافحته إذا واجهه في المستقبل.

عادةً ما تكون الآثار الجانبية المرتبطة لقاحات COVID-19 طفيفة ولا تختلف لدى كبار السن عن بقية السكان.

الأمر الأكثر طمأنة هو أنه لم يحدث نمط واضح من الأحداث السلبية الخطيرة أو غير المتوقعة بين مئات الملايين من كبار السن الذين تم تطعيمهم ضد COVID-19 حتى الآن.

على مستوى لقاحات COVID-19 التي تحتوي على XBB.1.5، قد تشمل الآثار الجانبية الشائعة الألم في مكان الحقن والتعب والصداع والغثيان وألم العضلات والحمى. يمكن أن تستمر هذه الآثار الجانبية لمدة يوم أو يومين، ونادرًا ما تكون أكثر من بضعة أيام.

عادةً ما تكون الآثار الجانبية للقاح علامة على أن جهاز المناعة لديك يقوم بالضبط بما يفترض أن يفعله: العمل وبناء مناعتك لحمايتك مما يتم تطعيمك ضده.

من المفهوم أن كبار السن قد يكونون حذرين من لقاح COVID-19، ولكن معرفة الحقائق التي تفيد بأن أي مخاطر محتملة للآثار الجانبية المتعلقة بالحصول على اللقاح من المحتمل أن تكون أفضل بكثير من خطر الوفاة بسبب COVID-19 يجب أن توفر لهم الطمأنينة، خاصة عندما تلقى مئات الملايين من كبار السن حول العالم لقاح COVID-19 بأمان حتى الآن.

أسئلة لمجموعات سكانية محددة

هل من الآمن الحصول على لقاح COVID-19 لدى كبار السن الذين يعانون من حالات صحية؟

بشكل عام، من الآمن للأفراد الذين يعانون من حالات صحية الحصول على لقاح COVID-19.

ومع ذلك، فقد لوحظ أن أولئك الذين يعانون من اضطرابات النزيف أو الذين يتلقون أدوية مخففة للدم يجب عليهم إبلاغ مقدمي الرعاية الصحية، وذلك لتجنب خطر النزيف أو الكدمات أو الإصابة بورم دموي (تجمع الدم تحت الجلد) بعد التطعيم. يُنصح أيضًا بالبالغين الذين يعانون من أي حالة صحية أو يتناولون الأدوية بإخطار مقدم الرعاية الصحية الخاص بهم لتجنب أي آثار جانبية وضمان الاستخدام السليم للقاحات.

هل يجب أن يحصل شخص مصاب بالحساسية على لقاح COVID-19؟

يجب على الأفراد الذين يعانون من الحساسية سواء كانت مرتبطة بلقاح COVID-19 أم لا أن يناقشوا مع مقدم الرعاية الصحية المتابع لحالتهم موضوع الحصول على لقاح COVID-19. بالنسبة للأفراد الذين يُنصح بتلقيهم لقاح COVID-19، قد تختلف مدة الملاحظة بعد التطعيم اعتمادًا على نوع الحساسية (15 إلى 30 دقيقة على الأقل).

هل يجب أن يحصل كبار السن الذين يعانون من ظروف صحية على لقاح COVID-19؟

أظهرت الدراسات أن البالغين الذين يعانون من حالات صحية لا يتعرضون فقط لخطر أعلى للنتائج الشديدة من COVID-19، ولكن الخطر يزداد مع عدد الحالات.

لهذه الأسباب، يعد التطعيم مهمًا بشكل خاص للحالات المدرجة أدناه. وإذا كنت تعاني من حالة واحدة على الأقل من الحالات الطبية التالية (كما لاحظت Public Health Agency of Canada)، فيرجى التحدث مع مقدم الرعاية الصحية الذي تتعامل معه فيما يتعلق بالتطعيم:

- السرطان
- أمراض الأوعية الدموية الدماغية
- مرض الكلى المزمن
- بعض أمراض الكبد المزمنة
- بعض أمراض الرئة المزمنة
- التليف الكيسي
- داء السكري، النوع 1 والنوع 2
- الإعاقات
- أمراض القلب
- عدوى فيروس نقص المناعة البشرية
- بعض اضطرابات الصحة العقلية
- السمنة
- أمراض نقص المناعة الأولية
- التدخين، حاليًا أو سابقًا
- زرع الأعضاء الصلبة أو الخلايا الجذعية الدموية
- مرض السل
- استخدام الكورتيكوستيرويدات أو غيرها من الأدوية المثبطة للمناعة

تم تسليط الضوء بوضوح على حاجة البالغين الذين يعانون من نقص المناعة للحصول على لقاحات COVID-19 إذ يوصى بتلقي جرعتين إلى ثلاث جرعات، بفارق أربعة إلى ثمانية أسابيع، للسلسلة الأولية الخاصة بهم. يُنصح البالغون الآخرون بتلقي جرعة واحدة إلى جرعتين فقط، بفارق ثمانية أسابيع عن تلقي السلسلة الأولية الخاصة بهم. يرجى الاطلاع على الجدول أدناه للحصول على ملخص لتوصيات NACI للأفراد الذين يعانون من نقص المناعة.

بشكل عام، بالنسبة للكنديين الأكبر سنًا الذين يعانون من اضطرابات مناعية يتم التحكم فيها جيدًا، يؤكد الخبراء الطبيون أن الفوائد الإيجابية لقاح COVID-19 تفوق دائمًا أي مخاطر، ويوصى بالتطعيم.

علاوة على ذلك، من الجيد دائمًا التحقق من أحدث المعلومات والنصائح حول سلامة وفعالية هذه اللقاحات مع طبيبك الذي يعرف حالتك الطبية العامة جيدًا.

حتى بالنسبة للأفراد الذين لديهم رد فعل تحسسي خفيف إلى متوسط لجرعة سابقة من لقاح COVID-19، يُنصح بمناقشة هذا الأمر بشكل أكبر مع مقدم الرعاية الصحية الخاص بهم، حيث قد يكونون قادرين على تلقي جرعة أخرى.

هل من الآمن الحصول على لقاح COVID-19 لدى كبار السن الذين يعانون من نقص المناعة؟

يميل المرضى الذين يعانون من نقص المناعة، أو الذين يعانون من ضعف في جهاز المناعة، إلى زيادة خطر الإصابة بأمراض خطيرة والوفاة من COVID-19.

يمكن أن يشمل ذلك كبار السن المصابين بالسرطان أو فيروس نقص المناعة البشرية أو أولئك الذين يتلقون عمليات الزرع أو يتناولون المنشطات أو الأدوية الأخرى لعلاج بعض الحالات الطبية، والتي تسمى مثبطات المناعة، والتي تقلل من قدرة الجسم على مكافحة بعض العدوى.

نظرًا لزيادة خطر الإصابة بمرض خطير والوفاة بسبب عدوى COVID-19، يجب أن يتلقى الأشخاص الذين يعانون من نقص المناعة لقاحات COVID-19 إذا لم تكن هناك موانع مطلقة. نظرًا لعدم احتواء أي من اللقاحات المعتمدة حاليًا على فيروس حي، فلا يوجد خطر الإصابة بالفيروس الفعلي عند التطعيم.

ملخص توصيات NACI للأفراد الذين يعانون من نقص المناعة

متى تتلقى الجرعة (الجرعات) الموصى بها؟	كم جرعة (جرعات) موصى بها من لقاحات mRNA COVID-19 المحتوية على XBB.1.5؟	كم جرعة (جرعات) تلقيت من لقاحات COVID-19 غير المحتوية على XBB.1.5؟
يمكن الحصول عليها الآن ضع في اعتبارك الانتظار لمدة 4 إلى 8 أسابيع، إذا كنت قد عانيت مؤخرًا من عدوى COVID-19 يتم تلقي الجرعة الثانية بعد 4 إلى 8 أسابيع من التطعيم أو العدوى السابقة بـ COVID-19	2	0
4 إلى 8 أسابيع من التطعيم أو العدوى السابقة بـ COVID-19	2	1
4 إلى 8 أسابيع من التطعيم أو العدوى السابقة بـ COVID-19	1	2
6 أشهر من التطعيم أو العدوى السابقة لـ COVID-19**	1	3 جرعات أو أكثر

* إما (Spikevax® XBB.1.5 (Moderna) أو Comirnaty® Omicron XBB.1.5 (Pfizer-BioNTech)).
** لم يثبت أن الفاصل الزمني الأقصر (على سبيل المثال: من ثلاثة أشهر إلى أقل من ستة أشهر) يشكل خطرًا على السلامة.

تحديث: توصي NACI بدءًا من ربيع عام 2024 بأن يتلقى الأفراد الذين يعانون من ضعف المناعة جرعة إضافية من لقاح mRNA COVID-19 الذي يحتوي على XBB.1.5. ويمكن تلقي هذه الجرعة الإضافية إذا مرّ ستة أشهر على الأقل منذ تلقي التطعيم أو العدوى السابقة لـ COVID-19.

لقد تلقى الملايين من كبار السن حول العالم المصابين بالخرف الآن بأمان لقاح COVID-19 ويواصل الخبراء الطبيون التأكيد على أن الفوائد الإيجابية للقاحات COVID-19 تفوق دائمًا أي مخاطر، مع التوصية بالتحصين بشكل خاص للأشخاص المصابين بالخرف.

أنا عضو في مجتمع عنصري وأتردد في الحصول على لقاح COVID-19. كيف أعرف أنه آمن بالنسبة لي؟

من المفهوم للأفراد الذين يعانون من العنصرية، وخاصة الكنديين السود والسكان الأصليين، أن يترددوا في الحصول على اللقاح بسبب العنصرية النظامية وانعدام الثقة التاريخي في نظام الرعاية الصحية الكندي. ومع ذلك، فقد تأثر الكنديون ذوو البشرة الملونة بشكل غير متناسب بـ COVID-19 بسبب الفوارق الاجتماعية والاقتصادية والصحية، ويمكن أن يوفر لهم الحصول على اللقاح أعلى مستوى من الحماية من هذا الفيروس.

علاوة على ذلك، فقد أفادت شركتا Moderna Pfizer و BioNTech وبأن فعالية لقاحاتهما كانت ثابتة على مستوى العمر والعرق والإثنية والتركيبة السكانية بين الجنسين.

هل من الآمن والموصى به لكبار السن المصابين بالخرف الحصول على لقاح COVID-19؟

يشكل العمر أكبر عامل خطر للإصابة بالخرف. غالبًا ما يعيش الأشخاص المصابون بالخرف مع حالة مزمنة أخرى على الأقل وقد ثبت أنهم معرضون لخطر أكبر بكثير، مقارنة بالأشخاص غير المصابين بالخرف، للإصابة بالعدوى والمرض الخطير والموت بسبب COVID-19.

من المرجح أن يواجه الأشخاص المصابون بالخرف مشاكل في تذكر وفهم تدابير الصحة العامة الموصى بها، مثل التباعد الجسدي وارتداء الكمامة عند وجودهم مع الآخرين، مما يزيد بشكل كبير من خطر الإصابة بفيروس COVID-19. هذا هو السبب في أن Public Health Agency of Canada والجمعيات الطبية والتمريضية الكندية و Alzheimer Society of Canada توصي جميع الكنديين الأكبر سنًا، بما في ذلك أولئك الذين يعانون من الخرف، بالتطعيم عندما يكونون قادرين على القيام بذلك.

توجد بعض المخاوف من أن بعض الآثار الجانبية المحدودة المرتبطة بلقاحات COVID-19، مثل التهاب الذراع أو الصداع أو آلام العضلات أو التعب أو الحمى أو الإسهال التي يمكن أن تستمر لبضعة أيام قد تسبب بعض الارتباك المتزايد لدى الشخص المصاب بالخرف، ولكن يمكن عادةً إدارة هذه الآثار الجانبية بعد التطعيم بشكل جيد باستخدام عقار acetaminophen أو العلاجات الأخرى.

دحض الأساطير بشأن لقاح Covid-19

سمعت أن المواد الموجودة في اللقاح ضارة، فهل هذا صحيح؟

كما لوحظ سابقًا في هذا الكتيب، تحتوي لقاحات كل من Moderna و Pfizer-BioNTech على mRNA، بينما يحتوي لقاح Novavax على بروتين سبايك (spike protein) المؤتلف SARS-CoV-2 والمواد المساعدة ماتريكس-إم (Matrix-M). وتشكل المكونات الأخرى في COVID-19 لقاحات المعتمدة مكونات اللقاح العادية، مثل الدهون والأملاح وكمية صغيرة من السكر. لا تشمل اللقاحات الفيروسات الحية ولن تتفاعل مع DNA بنا.

لا تحتوي جميع لقاحات COVID-19 المعتمدة على أي جيلاتين أو مواد حيوانية. ولم يتم تطوير لقاحات Pfizer-BioNTech و Moderna و Novavax باستخدام خطوط الخلايا الجنينية. من المهم العلم أنه لا تحتوي أي من اللقاحات على أي أنسجة أو خلايا جنينية. لا تحتوي اللقاحات المعتمدة حاليًا على مسببات الحساسية الشائعة مثل اللاتكس والبروتينات الغذائية (مثل البيض والغلوتين ومنتجات الجوز أو المنتجات الثانوية). كما لا تحتوي اللقاحات على أي مواد مثل المعادن أو الغرسات أو الرفائق الدقيقة أو أجهزة التتبع.

هل الحصول على اللقاح يعني أنني سأصاب بـ COVID-19؟

لقاحات COVID-19 المتوفرة حاليًا للكنديين لا يمكنها ولن تجعلك تصاب بـ COVID-19. تحمل جميع اللقاحات أساسًا بطاقة وصفة يستخدمها جسمك بعد ذلك لصنع قطعة صغيرة من بروتين سبايك غير الضار الذي يشبه البروتين الموجود في فيروس COVID-19 الفعلي، والذي يساعد جسمك على التعرف على الفيروس ومكافحته.

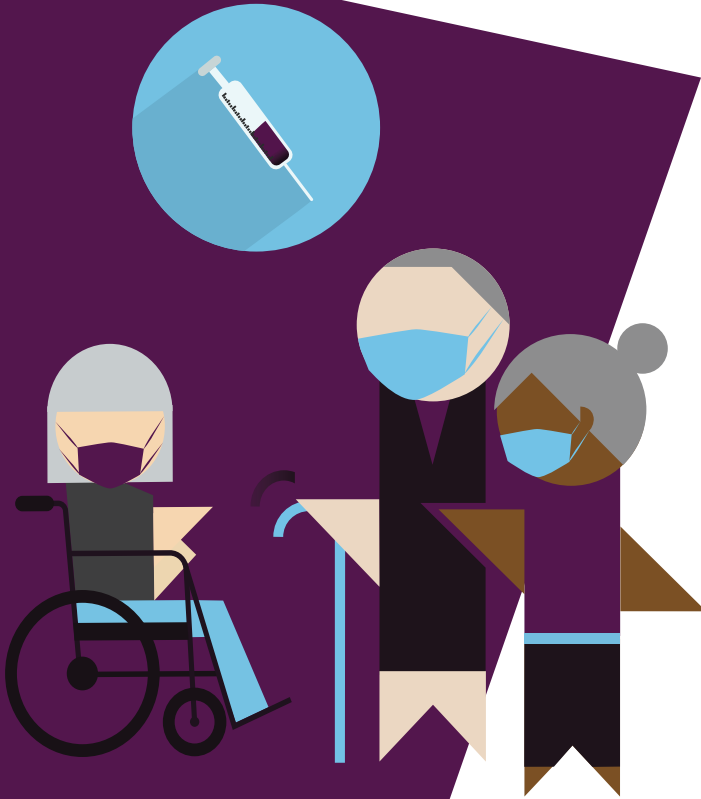
لا يحتوي لقاح COVID-19 فعليًا على فيروس COVID-19، لذلك لا يمكن الإصابة بـ COVID-19 من اللقاح. كما يتحلل الحمض النووي (DNA) و mRNA الاصطناعيان الأساسيان للقاحات COVID-19 بسرعة بمجرد دخولهما إلى جسمك.

لن يجعل لقاح COVID-19 اختبار تفاعل سلسلة البوليميراز (PCR) الأنفي البلعومي (nasal) أو اختبار المستضد السريع (RAT) إيجابيًا. وإذا كانت نتيجة اختبار COVID-19 إيجابية في RAT أو PCR، فهذا يعني أنك مصاب بعدوى COVID-19، ولا علاقة لها باللقاح.

سمعت أن الأفراد قد يصابون بالتهاب عضلة القلب/التهاب التأمور بعد الحصول على لقاحات COVID-19، فهل هذا صحيح؟

هناك خطر نادر جدًا لإصابة الأفراد بالتهاب عضلة القلب (التهاب أو تورم/احمرار عضلة القلب) و/أو التهاب التأمور (التهاب أو تورم/احمرار البطانة خارج القلب) من خلال لقاحات COVID-19 المتاحة. يتم حل الأعراض لدى معظم الأشخاص بسرعة من خلال الحصول على العلاج الموحد والراحة. كما تبين بالنسبة للقاحات كل من Pfizer- Moderna و BioNTech أن هذه الحالات قد حدثت بشكل خاص عند المراهقين والشباب. ومن المهم مراعاة أن التهاب عضلة القلب يمكن أن يكون نتيجة لعدوى COVID-19.

قد يستمر الأفراد الذين عانوا من التهاب عضلة القلب أو التهاب التأمور من لقاح سابق لـ COVID-19 في تلقي جرعة أخرى من اللقاح بعد مناقشة هذا الأمر أولاً مع مقدمي الرعاية الصحية.



أسئلة أخرى

كيف يمكنني الحصول على سجل لتاريخ التطعيم ضد فيروس COVID-19؟

توجد طرق مختلفة يمكنك من خلالها الحصول على سجل لتاريخ التطعيم ضد COVID-19. تتضمن الطريقة عبر الإنترنت الإرشادات التالية:

1. انقر على رابط موقع الويب التالي: <https://www.canada.ca/en/public-health/services/diseases/coronavirus-disease-covid-19/vaccines/vaccine-proof.html>
2. انقر فوق مربع المقاطعة/الإقليم.
3. انقر فوق المربع الأخضر لزيارة موقع الويب الخاص بالولاية القضائية.
4. قدم المعلومات المطلوبة للحصول على إثبات التطعيم ضد COVID-19.

تتضمن طريقة الهاتف التعليمات التالية:

1. اتصل بمقدم الرعاية الصحية الأولية الخاص بك حيث يجب أن يكون لديه سجل التطعيم ضد COVID-19 الخاص بك.
2. إذا لم تتمكن من تأكيد سجل التطعيم الخاص بك، فاطلب من مقدم الرعاية الصحية الخاص بك طرقًا أخرى لمحاولة تحديد ذلك.

كم عدد كبار السن الذين تم تطعيمهم في كندا؟

اعتبارًا من بداية ديسمبر 2023، تلقى 94 في المائة من الكنديين الذين تبلغ أعمارهم 60 عامًا فما فوق (باستثناء ولاية ألبرتا) جرعة واحدة على الأقل من لقاح COVID-19. ومع ذلك، فإن 38 في المائة فقط من الكنديين كبار السن قد تلقوا XBB.1.5 المحتوي على لقاح mRNA COVID-19. ويشير ذلك إلى أن معظم كبار السن في كندا من المحتمل أن يكونوا مؤهلين لتلقي XBB.1.5 التي تحتوي على لقاحات mRNA COVID-19. ومن المتوقع أن يوفر هذا اللقاح استجابة مناعية أفضل ضد سلالات COVID-19 المنتشرة حاليًا، وسيحسن أيضًا الحماية من العدوى والأعراض والأمراض الشديدة التي ربما تم تقليلها منذ آخر تطعيم أو عدوى للشخص.

هل توجد لقاحات أخرى يجب أن أحصل عليها؟

توجد خمسة لقاحات أخرى معتمدة و/أو موصى بها لكبار السن في كندا، بما في ذلك:

مدة جرعة (جرعات) اللقاح	الأمراض التي يمكن الوقاية منها باللقاحات
جرعة واحدة كل عام	الإنفلونزا (النزلة الوافدة)
جرعة واحدة	فيروس الجهاز التنفسي المخلوي (RSV)
جرعة واحدة	مرض المكورات الرئوية (الالتهاب الرئوي)
جرعتان	القوباء المنطقية
جرعة واحدة كل 10 سنوات	الكزاز والخناق

يمكن إعطاء معظم اللقاحات الموصى بها في نفس الوقت. تحدث مع مقدم الرعاية الصحية الخاص بك فيما يتعلق بالبقاء على اطلاع باللقاحات الموصى بها.

لمعرفة المزيد حول هذه الأمراض التي يمكن الوقاية منها باللقاحات، والتوصيات الوطنية المتعلقة باللقاحات، والتكاليف والتوافر، يرجى النقر على رابط الكتيب التالي:

■ [دليل اللقاحات لكبار السن الكنديين](#)

هل سيتعين علينا مواصلة الحصول على جرعة اللقاح كل ثلاثة إلى ستة أشهر؟

حاليًا، هناك عدم يقين يحيط بالنمط السنوي لعدوى COVID-19، ومدة الحماية المناعية من اللقاحات و/أو العدوى، وتأثير اللقاحات المستقبلية. مع إصدار مزيد من الأبحاث والبيانات بشأن هذه المواضيع، ستزود NACI الكنديين بتوصيات إضافية بشأن الفترة الفاصلة بين جرعات اللقاحات. ومع ذلك، فيجب على الأفراد ألا ينتظروا هذه القرارات وأن يتصرفوا الآن بشأن تلقي اللقاحات.

موارد إضافية مفيدة

- World Health Organization – لقاحات COVID-19 وسلامة اللقاحات
- [Public Health Agency of Canada - COVID-19](#): موارد لكبار السن ومقدمي الرعاية لهم
- [Unambiguous Science](#)
- Johns Hopkins Medicine - لقاحات COVID-19: الحُرَافَة مقابل الحقيقة

لمعرفة المزيد عن NIA، تفضل بزيارة موقعنا على
الإنترنت على الرابط www.NIAgeing.ca وتابعنا
على تويتر @NIAgeing