

دليلك للقاح كوفيد-19 في نيوكاسل

اللغة: عربية

إن الحصول على اللقاح
هو أفضل طريقة
لحماية نفسك وجاليتك



من بإمكانه الحصول على لقاح

كوفيد 19 ؟

بإمكانك الحصول على لقاح كوفيد-19 إذا كان عمرك 18 سنة أو أكثر.

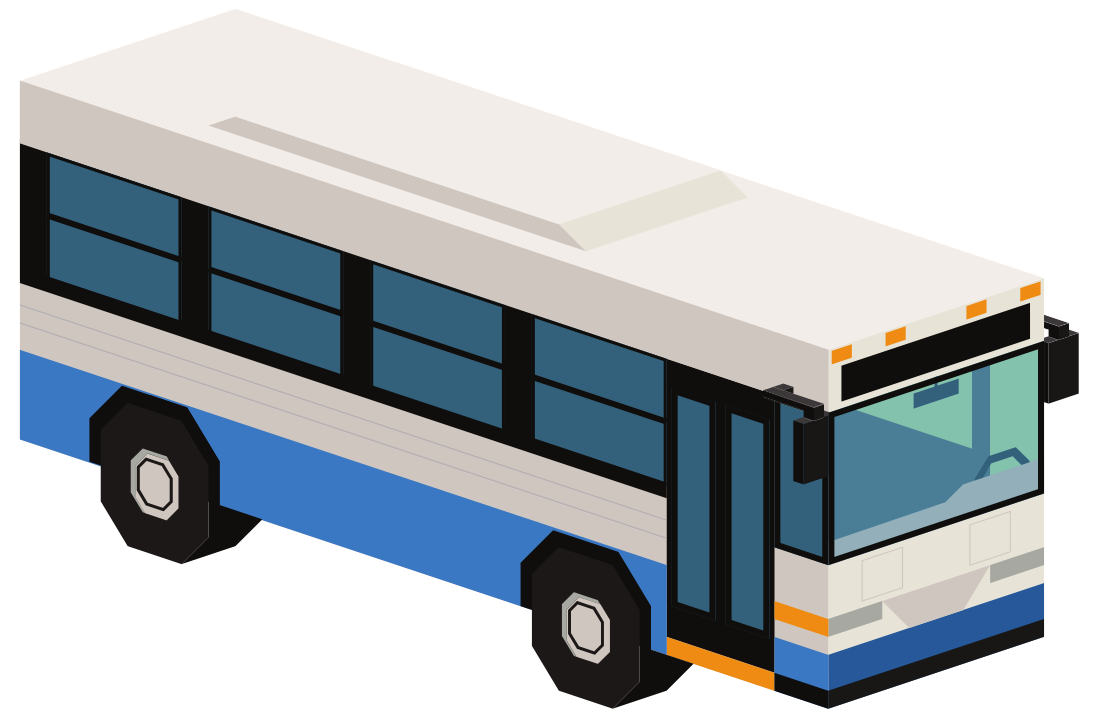
ستقوم منظمة NHS أو Newcastle City Council's Welfare and Wellbeing بالاتصال بك عندما يحين دورك للحصول على اللقاح مع تقديم تفاصيل لك بخصوص كيفية حجز موعد.

إذا لم يتم الاتصال بك وكنت في مجموعة يحق لها الحصول على اللقاح، فبإمكانك حجز مواعيدك على الانترنت عن طريق زيارة موقع www.nhs.uk/CovidVaccine أو الاتصال ب 119.

لمعرفة ما إذا كان يحق لك الحصول على اللقاح، يرجى زيارة www.nhs.uk/conditions/coronavirus-covid-19/coronavirus-vaccination/who-can-get-the-vaccine/

إذا كنت تحتاج للمساعدة من أجل الحجز للموعد فإن فريق الرفاه والصحة / Welfare and Wellbeing team بإمكانه مساعدتك، 0800 170 7001 (هذا الرقم مجاني)

كما قد يتصل بك ممثل مجتمعي محلي / Community Champion أو قد تتلقى رسالة نصية/مكالمة من فريق الرفاه والصحة من أجل أن تحصل على لقاحك من حافلة Vaccine Outreach كما قد تتمكن من الحصول على اللقاح بدون حجز موعد



كيف يمكنك الحجز لمواعيد

لقاح كوفيد-19 ؟

هناك ثلاثة طرق تتمكن من خلالها من الحجز للحصول على لقاح كوفيد-19 في نيوكاسل اذا كان يحق لك ذلك:

• قم بالحجز الآن على الانترنت في مركز تلقيح أو صيدلية أو اتصل ب 119

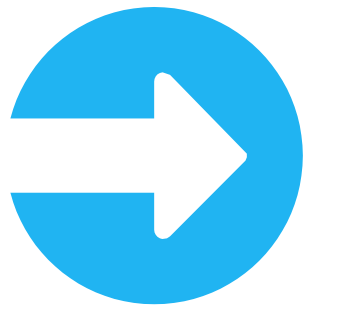
• إنتظر الى غاية أن يتم الاتصال بك أو يدعوك طبيبك العام و قم بحجز المواعيد لدى مركز التلقيح التابع لطبيبك العام

• إن حافلة Vaccine Outreach Bus مع العاملين لدى NHS تقوم بزيارة المناطق المحلية من أجل تقديم اللقاحات. قد تُعرض عليك مواعيد للحافلة لكن قد تتوفر لديك كذلك فرص الحصول على اللقاح بدون مواعيد.

إن اللقاحات الحالية المتوفرة تقدم من خلال جرعتين. في العادة تحصل على الجرعة الثانية بعد 8 الى 12 أسبوعا من حصولك على الجرعة الأولى. من المهم جدا الحصول على الجرعتين من أجل أن تكون ملقحا بالكامل. إذا قمت بحجز موعدك على الانترنت، فبإمكانك رؤية والغاء وإعادة حجز مواعيدك اذا احتجت لذلك.

إحجز موعد لقاح كوفيد-19 أو غيره على الانترنت: www.nhs.uk/CovidVaccine

أو اتصل ب 119



إذا قمت بالحجز على الانترنت، فستحتاج لحجز مواعدين لكلا الجرعتين في نفس الوقت والا فقد لن تتمكن من الحصول على الجرعة الأولى. بإمكانك رؤية مواعيد لقاح كوفيد-19 والغاءها وإعادة حجزها.

إذا حصلت على الجرعة الأولى عن طريق عيادة طبيبك العام، فسيتم الاتصال بك من أجل الحجز لجرعتك الثانية.

تذكر- إذا قمت بالحجز لموعد جرعتك الثانية عن طريق الانترنت فإمكانك تغيير الموعد بما يناسبك. من المهم أن تحجز لموعد الجرعة الأولى.

أنواع لقاحات كوفيد-19

حاليا في المملكة المتحدة تتمثل لقاحات كوفيد-19 المصرح بها في:

- لقاح Pfizer/BioNTech
- لقاح Oxford/AstraZeneca
- لقاح Moderna

هل يمكنني اختيار اللقاح الذي أريد الحصول عليه؟

في العادة ليس بإمكانك اختيار اللقاح الذي تود الحصول عليه. سيعرض عليك أفضل لقاح لك، بحسب سنك وتاريخك الطبي.

سيعرض عليك لقاح معين فقط اذا كنت:

- حامل
- دون 40 سنة ولا تعاني من أية أمراض صحية تزيد من احتمال اصابتك بالمرض الشديد من كوفيد-19

إذا كان ذلك ينطبق عليك، فستعرض عليك فقط المواعيد الخاصة بلقاح Pfizer/BioNTech أو Moderna عندما تحجز لموعد لقاح كوفيد-19.

إذا قمت بالحجز من خلال عيادة طبيبك العام، أخبرهم اذا كنت حاملا أو اذا كان سنك دون 40.

من المفترض أن تحصل على جرعتين من نفس اللقاح، الا في حال ظهرت لديك أعراض جانبية خطيرة (مثل حساسية شديدة) بعد الجرعة الأولى.

ما هو مقدار فعالية

لقاح كوفيد-19؟

إن أي شخص عرضة للمرض الشديد نتيجة إصابته بكوفيد-19 أو قد تستمر الأعراض لفترة زمنية طويلة (كوفيد الطويل المدى). إن لقاحات كوفيد-19 هي أفضل طريقة لكي تحمي نفسك والآخرين.

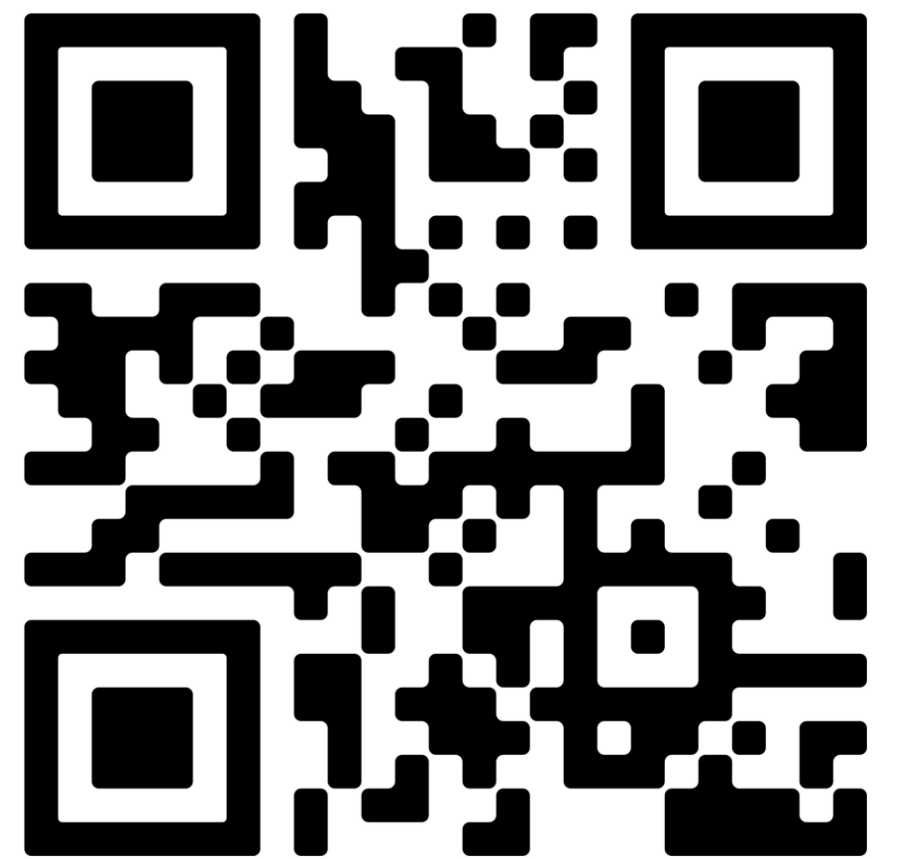
لقد أظهرت الأبحاث بأن اللقاحات:

- تنقص بشكل كبير من احتمال إصابتك بالمرض الشديد أو الوفاة من كوفيد-19
- تنقص من احتمال ظهور أعراض كوفيد-19 عليك
- ستساعدك على الانقاص من احتمال التقاط فيروس كوفيد-19 ونشره.

إن أول جرعة من شأنها أن تقدم لك حماية جيدة ابتداءً من 3 إلى 4 أسابيع من تلقيك لها. أنت تحتاج لجرعتين من أجل الحصول على حماية قوية وطويلة المدى.

إذا حصلت على اللقاح فإن احتمال إصابتك بالمرض الشديد ضئيل جداً كما أن الأعراض قد لا تظهر عليك أبداً. مما يعني بأنك محمي لكنك قد تنشر العدوى إلى فرد من العائلة أو صديق أو زميل.

قم بمسح رمز QR من
أجل مشاهدة فيديو
يوتيوب خاص بـ NHS
يشرح لك ماهية
لقاحات كوفيد-19
وكيف تعمل



سلامة لقاحات كوفيد-19

وتأثيراتها الجانبية ؟

إن لقاحات كوفيد-19 المصرح بها في المملكة المتحدة تطابق معايير سلامة ونوعية وفعالية صارمة.

هي قد تتسبب في بعض التأثيرات الجانبية، لكنها لا تظهر على جميع الناس.

إن أية أعراض جانبية هي في العادة خفيفة ولا تدوم لأكثر من أسبوع مثل:

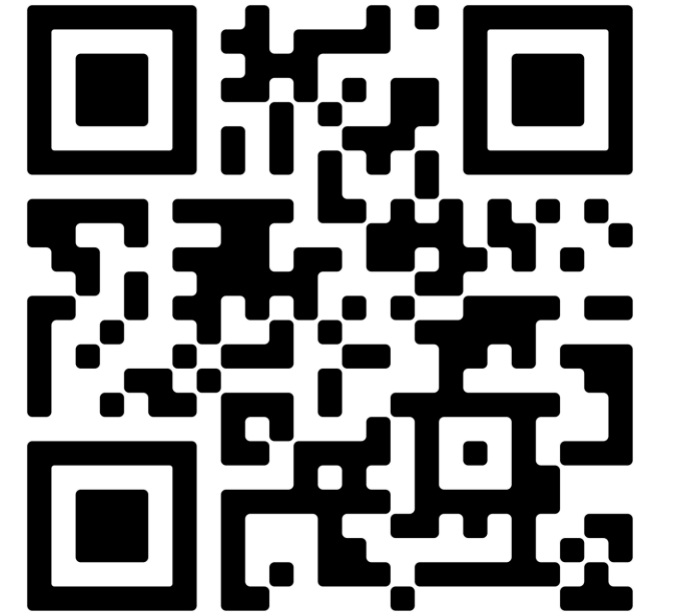
- ذراع مؤلمة بسبب الحقنة
- الشعور بالتعب
- صداع
- الشعور بالوجع
- الشعور بالغثيان أو التقيأ

إن الأعراض الجانبية الأكثر خطورة نادرة جدا

الحمل والارضاع والخصوبة

بإمكانك الحصول على لقاح كوفيد-19 اذا:

- كنت حاملا أو تعتقدين بأنك حامل
- كنت ترضعين
- تحاولين الحمل



قم بمسح رمز QR من أجل مشاهدة فيديو صحة عامة خاص بدليل لقاح كوفيد-19 للحمل والخصوبة

إن اللقاح لن يسبب لك أو لطفلك الإصابة بكوفيد-19.

ليست هناك أية ادلة تشير الى أن لقاحات كوفيد-19 قد تؤثر على فرص حملك. ليس هناك داع لتجنب الحمل بعد تلقي اللقاح.

ماذا يوجد في لقاحات

كوفيد-19؟

إن لقاحات كوفيد-19 لا تحتوي على البيض أو على منتوجات حيوانية.

إن لقاح Oxford/AstraZeneca يحتوي على كمية ضئيلة من الكحول، لكنها أقل من الكحول المتواجد في بعض المواد المستعملة يوميا مثل الخبز.

إن هذه اللقاحات مناسبة للناس من كل الأديان

قالت الكنيسة الكاثوليكية بأن اللقاحات مقبولة وهي مبررة لأسباب فعلية.

تدعم جالية السيك البريطانية اللقاح.

يشجع مجلس الهندوس بقوة أفراد جاليتهم على الحصول على اللقاح.

تقول كنيسة انجلترا بأن كل اللقاحات يمكن استعمالها بضمير مرتاح.

درست الجمعية الطبية الاسلامية البريطانية كل أنواع اللقاحات وهي توصي بأن يحصل عليها المسلمون. كما أكد المجلس الاسلامي لبريطانيا بأن كل أنواع اللقاحات حلال.

لقد أمضى الأطباء اليهود في المملكة المتحدة على رسالة تؤكد بأن اللقاحات لا تحتوي على مكونات ليست كوشري. كما شجعت المجموعات اليهودية الأورثوذكسية أفرادها على الحصول على اللقاح.

المحافظة على رفاهك

وعلى صحتك

إن فريق Newcastle City Council's Welfare and Wellbeing متوفر لك إذا كنت في حجر صحي أو كنت تعاني من مرض عضال أو تحتاج للنصائح أو تحتاج للمساعدة لحجز موعدك أو تعتقد بأنك ستستفيد من مساعدة إضافية.

بإمكان الفريق أن يشرح لك لكم من الوقت يجب عليك البقاء في حجر صحي وما الذي يمكنك ولا يمكنك القيام به إذا كنت مصاباً بمرض عضال. بإمكانكم وصلك بمتطوع يقوم بالتسوق بدلا عنك أو يخرج كلبك أو يتصل بك للتأكد بأنك على مايرام.

كما بإمكان الفريق أن يرشدك الى بنوك الطعام التي بإمكانها مساعدتك عن طريق تقديم أطعمة مجانية أو منخفضة التكلفة، وعند الحالات الاستعجالية، بإمكانهم تقديم رزمة طعام. كما بإمكانهم ارسال ملفك الى فرق المالية التابعة للبلدية والتي بإمكانها تقديم النصائح والدعم لك بخصوص الديون والاعداد للميزانية والمساعدات المالية الحكومية والمسائل المالية الأخرى.

إتصل بفريق الرفاه والصحة

من أجل تلقي الدعم، يرجى ملاً الاستمارة على الانترنت أو زيارة

www.newcastle.gov.uk/welfare

كما بإمكانك الاتصال ب 0800 170 7001 وسيقوم شخص آخر بملاً الاستمارة نيابة عنك.