

# الرعاية بعد التحصين: الأطفال والشباب في سن المدرسة

تعلم ما يمكن توقعه في غضون الأيام القليلة التالية وكيفية العناية بطفلك

الآثار الجانبية التي قد تظهر على طفلك بعد الحصول على بعض اللقاحات



ألم في العضلات  
والمفاصل



حمى، قشعريرة وارتعاش



غثيان، قيء، إسهال



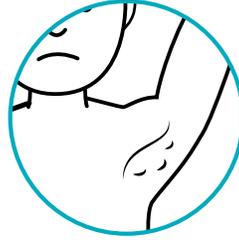
إرهاق وصداع



بعد لقاح الحصبة والنكاف  
والحصبة الألمانية والجديري:  
حمى، طفح جلدي، وقد  
تظهر آثار جانبية أخرى  
بعد مرور حوالي أسبوع إلى  
أسبوعين من أخذ اللقاح



بعد أخذ رذاذ الأنف  
لللقاح الإنفلونزا: احتقان  
الأنف وسيلان الأنف



بعد أخذ لقاحات كوفيد-19:  
تورم الغدد الليمفاوية  
تحت الإبط



ألم، احمرار، وتورم في  
مكان إعطاء اللقاح  
لللقاحات كوفيد-19:  
يمكن أن تحدث لغاية 7 أيام  
بعد أخذ اللقاح

تكون معظم الآثار الجانبية خفيفة وتلاشي بعد مرور يوم واحد أو يومين

لمعرفة الآثار الجانبية للقاحات معينة، بادر بمطالعة ملفات هيلث لينك بي سي على

[immunizebc.ca/immunization-schedules/school-age](https://immunizebc.ca/immunization-schedules/school-age)

متى تطلب الرعاية الطبية

الأدوية التي يمكنها المساعدة

كيف يمكنني مساعدة طفلي  
لكي يشعر بتحسن؟

طالع الصفحة  
التالية لإيجاد:

متوفرة باللغات: 简体中文 (الصينية المبسطة)،  
繁體中文 (الصينية التقليدية)،  
فارسي (الفارسية)، 한국어 (الكورية)،  
ଝାଞ୍ଜି (البنجابية) ولغات أخرى



## الرعاية بعد التحصين: الأطفال والشباب في سن المدرسة

### كيف يمكنني مساعدة طفلي لكي يشعر بتحسن؟

#### للألم والورم في مكان إعطاء اللقاح:

- ✓ ضع قطعة قماش رطبة أو كيس ثلج ملفوف على مكان اللقاح.
- ✓ إجعل طفلك يحرك ذراعه عدة مرات في اليوم.
- ✓ حاول أخذ الأدوية التي يمكن شراؤه بدون وصفة للمساعدة في تقليل الشعور بعدم الراحة (أنظر في أدناه).



#### للحمى:

- ✓ دع طفلك يحصل على قسط كبير من الراحة.
- ✓ شجّع طفلك على تناول الكثير من السوائل.
- ✓ اجعل طفلك يرتدي ملابس خفيفة.
- ✓ حاول استخدام الادوية التي يمكن شراؤها بدون وصفة طبية لتخفيف حدة الحمى وتقليل الشعور بعدم الراحة (أنظر في أدناه).



ملاحظة: قد تكون القياسات من مقاييس حرارة الجبهة غير دقيقة.

موقع الجسم	المعدل الطبيعي	الحمى
الإبط	36.5-37.5 درجة مئوية	$\leq 37.6$ درجة مئوية
الفرم*	35.5-37.5 درجة مئوية	$\leq 37.6$ درجة مئوية
الأذن	35.8-38 درجة مئوية	$\leq 38.1$ درجة مئوية
الشرح (المؤخرة)**	36.6-38 درجة مئوية	$\leq 38.1$ درجة مئوية

- \* لا تستخدمها للأطفال الذين تقل أعمارهم عن 5 أعوام.
- \*\* فقط استخدم مقياس حرارة المستقيم إذا كنت تشعر بالراحة في القيام بذلك وقد شرح لك مقدم الرعاية الصحية كيفية القيام بذلك بشكل آمن.

### أدوية يمكنها المساعدة في تخفيف الحمى والألم

ليست هناك دائماً حاجة إلى الأدوية لتخفيف الحمى. يمكن استخدامها لتخفيف الآلام والأوجاع ولجعل طفلك يشعل براحة أكثر.

#### يمكنك إعطاء الأدوية التالية والتي يمكن شراؤها بدون وصفة طبية:

- ✓ أسيتامينوفين، مثل تايلنول®.
- ✓ إيبوبروفين، مثل أدفيل®.

#### إرشادات السلامة عند استخدام الأدوية التي يمكن شراؤها بدون وصفة طبية:

- ✓ قم دائماً بقراءة وإتباع جميع الإرشادات الموجودة على الملصق بتمعن. لا تناول أكثر من الكمية الموصي بها.
- ✓ لا تقم بإعطاء ASA (الاسبرين) إلى أي شخص دون سن الـ 18 من العمر.

### متى تطلب الرعاية الطبية

الآثار الجانبية الخطيرة نادرة جداً. ولكن إن حدثت بالفعل، من المهم أن تتصرف.

#### أطلب الرعاية الطبية فوراً إذا ظهرت على طفلك ما يلي:

- ✓ علامات أو أعراض رد فعل تحسسي شديد (على سبيل المثال: تآليل، صعوبة في التنفس، أو تورم في الحلق، اللسان أو الشفتين). إذا حدث ذلك بعد مغادرتك العيادة، اتصل على الرقم 911 أو رقم قسم الطوارئ المحلي.
- ✓ نوبة صرع. اتصل على الرقم 911 إذا استغرقت نوبة الصرع لأكثر من 3 دقائق.
- ✓ حمى تستغرق أكثر من 3 أيام. في بعض الأحيان، قد يكون الحمى علامة مبكرة لمرض ليس له صلة باللقاح.
- ✓ حصل على لقاح كوفيد-19 ويشعر بألم في الصدر، ضيق في التنفس، أو أن قلبه يخفق أو يرفرف أو ينبض بسرعة.
- ✓ أي علامات أو أعراض أخرى مثيرة للقلق (على سبيل المثال: يعاني من الجفاف، يجد صعوبة في الاستيقاظ، لونه شاحب، ضعيف جداً، أو حالة قيء أو إسهال شديدة).

بادر بالإبلاغ عن جميع الآثار الجانبية الخطيرة و/أو الآثار الجانبية غير المتوقعة بعد التحصين إلى الجهة التي تقدم لك التحصين أو العيادة أو مقدم الرعاية الصحية.

قم بإيجاد سجل لقاحات طفلك على  
[healthgateway.gov.bc.ca](https://healthgateway.gov.bc.ca)

