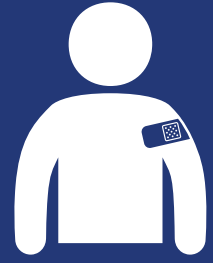


ما الذي يمكن توقعه بعد الحصول على لقاح كوفيد-١٩



سيساعد تلقيح كوفيد-١٩ على حمايتك من الإصابة بمرض كوفيد-١٩.

نصائح مفيدة

إذا شعرت بألم أو ضيق ، فتحدث إلى مقدم الرعاية الصحية الخاص بك بشأن تناول الأدوية التي لا تستلزم وصفة طبية ، مثل الأيبوبروفين أو الأسيتامينوفين.

لتقليل الألم والضيق في المكان الذي حصلت فيه على الحقنة:

- ضع قطعة قماش نظيفة وباردة ومبللة على المنطقة.
- استخدم ذراعك.

لتقليل الانزعاج الناتج عن الحمى:

- شرب الكثير من السوائل.
- ارتدي ملابس خفيفة.

متى تتصل بالطبيب

في معظم الحالات ، يكون الشعور بعدم الراحة من الحمى أو الألم أمرًا طبيعيًا. اتصل بطبيبك أو مقدم الرعاية الصحية الخاص بك:

- إذا زاد الاحمرار أو الألم حيث حصلت على الحقنة بعد ٢٤ ساعة
- إذا كانت الآثار الجانبية لديك تقلقك أو لا يبدو أنها تختفي بعد بضعة أيام

الآثار الجانبية الشائعة

قد يكون لديك بعض الآثار الجانبية ، وهي علامات طبيعية على أن جسمك يبني الحماية. قد تشمل الآثار الجانبية:

على الذراع حيث حصلت على الحقنة:

- ألم
- احمرار
- تورم

في جميع أنحاء جسمك:

- قشعريرة
- صداع الراس
- غثيان
- تعب
- ألم عضلي
- حمى

قد تشبه الآثار الجانبية الأنفلونزا وتؤثر حتى على قدرتك على القيام بالأنشطة اليومية ، ولكن يجب أن تختفي في غضون أيام قليلة.

تعتبر الآثار الجانبية علامة على أن اللقاح يعمل على المساعدة في تعليم جسمك كيفية محاربة كوفيد-١٩ إذا تعرضت له. إنها لا تعني أن لديك كوفيد-١٩. لا يمكنك الحصول على كوفيد-١٩ من اللقاح.

إذا كانت لديك أسئلة حول صحتك بعد التطعيم ، فاتصل بطبيبك أو مقدم الرعاية الصحية.



City and County
of San Francisco



[sf.gov/
CovidVaccine](https://sf.gov/CovidVaccine)

حماية نفسك وحماية الآخرين



الجدول الزمني للحماية

إذا أكملت اللقاحين (على سبيل المثال ، مرت ١٤ يومًا على الحقنة الأخيرة) ، يمكنك أن تشعر بأمان أكبر بشأن المخاطر الصحية الخاصة بك عند المشاركة في الأنشطة التي تسمح بها إدارتنا الصحية المحلية و الجهوية. ومع ذلك ، يرجى النظر في المخاطر المحتملة التي قد يتعرض لها من حولك ، وخاصة أولئك الذين تعيش معهم والذين لم يتم تلقيحهم ، عندما تشارك في أنشطة تشمل أشخاصًا من خارج أسرتك.

اعرف المزيد هنا
[sfcdcp.org/
lifeaftervaccine](https://sfcdcp.org/lifeaftervaccine)



مع بعض لقاحات كوفيد-١٩ ، ستحتاج إلى جرعتين حتى تعمل. احصل على الجرعة الثانية حتى لو كان لديك آثار جانبية بعد الأولى ، ما لم يخبرك مقدم اللقاح أو مقدم الرعاية الصحية الخاص بك بعدم الحصول على جرعة ثانية.

يستغرق جسمك وقتًا لبناء الحماية بعد أي لقاح:

قد لا تحميك لقاحات كوفيد-١٩ التي تتطلب جرعتين (لقاحا Pfizer و Moderna) إلا بعد حوالي أسبوعين من الجرعة الثانية.

يستغرق لقاح كوفيد-١٩ الذي يتطلب جرعة واحدة فقط (لقاح Janssen ، ويسمى أيضًا Johnson & Johnson أو J&J) حوالي أسبوعين بعد التطعيم لجسمك لبناء الحماية.

من المهم للجميع الاستمرار في استخدام جميع الأدوات المتاحة للمساعدة في وقف هذا الوباء لأننا ما زلنا نتعلم المزيد حول كيفية عمل لقاحات كوفيد-١٩ في ظروف العالم الحقيقي. تشمل هذه الأدوات:



تجنب التجمعات

الحفاظ على مسافة
جسدية



ارتداء قناع مناسب



البقاء في المنزل وإجراء
الفحوصات إذا شعرت بالمرض



اغسل يديك

