



الآثار الجانبية الشائعة للقاح

- التهاب أو احمرار الذراع
- الحمى والقشعريرة وآلام العضلات
- الصداع
- الشعور بالإرهاق

الآثار الجانبية الشائعة للقاح

- قد تصاب بآثار جانبية في أول يومين بعد تلقي اللقاح.
- قد تؤثر هذه الآثار الجانبية على قدرتك على القيام بالأنشطة اليومية، ولكن يجب أن تختفي في غضون يوم أو يومين.
- بالنسبة للقاحات ذات الجرعتين، تكون الآثار الجانبية أكثر شيوعًا بعد الجرعة الثانية. من المهم الحصول على الجرعة الثانية حتى لو ظهرت عليك آثار جانبية بعد الجرعة الأولى، ما لم يخبرك مقدم اللقاح أو طبيبك بعدم القيام بذلك.
- الآثار الجانبية للقاح طبيعية وتُظهر أن جسمك يتعلم بناء المناعة. لا يصاب الجميع بآثار جانبية. اتصل بطبيبك إذا كنت تعاني مما يلي:
 - آثار جانبية للقاح تدوم أكثر من يومين
 - الأعراض التي تبدأ بعد أكثر من يومين من تلقي اللقاح
 - أي من هذه الأعراض: السعال، أو ضيق في التنفس، أو سيلان الأنف، أو التهاب الحلق، أو فقدان جديد لحاستي التذوق أو الشم (لأن هذه ليست من الآثار الجانبية للقاح).
 - الأعراض التي تزداد سوءًا أو تقلقك.

نصائح للمساعدة في الآثار الجانبية للقاح

- ضع منشفة نظيفة وباردة ومبللة لتقليل الألم والانزعاج الموجود في ذراعك. قد يساعدك أيضًا استخدام أو تمرين ذراعك. لتقليل الانزعاج الناتج عن الحمى، اشرب الكثير من السوائل وارتد ملابس خفيفة.
- يمكن أن تساعد الأدوية التي لا تستلزم وصفة طبية مثل أسيتامينوفين (Tylenol®) أو إيبوبروفين (Motrin® أو Advil®) إذا شعرت بالألم أو خفض الحمى أو الصداع أو الانزعاج.

ردود الفعل التحسسية

كما هو الحال مع أي دواء، من النادر حدوث رد فعل خطير ولكن من الممكن حدوثه مثل عدم القدرة على التنفس ومن غير المرجح أن يحدث هذا. إذا حدث ذلك، فاتصل بالرقم 911 أو اذهب إلى أقرب غرفة طوارئ.

احتفظ ببطاقة اللقاح الخاصة بك في سجلاتك

لا يمنحك اللقاح حماية فورية

تعتبر قد تم تلقيحك بالكامل:

- بعد أسبوعين من تلقي جرعة واحدة من لقاح Johnson & Johnson (J&J)/Janssen
- بعد أسبوعين من تلقي الجرعة الثانية من سلسلة جرعتين من لقاح Moderna أو Pfizer.

استمر في حماية نفسك والآخرين من COVID-19

من المهم أن تستمر في اتخاذ خطوات لحماية نفسك والآخرين حتى بعد أن يتم تلقيحك بالكامل. ارتد كمامة مناسبة تغطي فمك وأنفك، واغسل يديك كثيرًا، وابق على بعد 6 أقدام على الأقل من الآخرين، وتجنب الازدحام والأماكن سيئة التهوية (الأماكن الخارجية أو جيدة التهوية أكثر أمانًا). هذا مهم بشكل خاص إذا كنت في مكان عام أو بالقرب من أشخاص غير ملقحين، خاصة أولئك المعرضين لخطر الإصابة بعدوى شديدة.

هناك بعض الأشياء التي يمكنك البدء في القيام بها بعد أن يتم تلقيحك بالكامل. تستطيع:

- القيام بزيارة الأماكن الداخلية مع أشخاص آخرين تم تلقيحهم بالكامل دون ارتداء كمامة أو تباعد جسدي.
 - القيام بزيارة الأماكن الداخلية مع أشخاص غير ملقحين من وحدة معيشية أخرى بدون ارتداء كمامة أو تباعد جسدي، ما لم يكن أي من هؤلاء الأشخاص أو أفراد أسرهم معرضين لخطر متزايد للإصابة بمرض شديد من COVID-19.
 - السفر، بشرط اتخاذ الاحتياطات الموضحة في إرشادات مقاطعة لوس أنجلوس للسفر.
- للحصول على المزيد من المعلومات، قم بزيارة صفحة الويب "[بعد حصولك على اللقاح](https://www.vaccinateLACounty.com)" (قم بمسح رمز QR أو انتقل إلى [VaccinateLACounty.com](https://www.vaccinateLACounty.com)).



اشترك في v-safe ، المدقق الصحي لمراكز السيطرة على الأمراض والوقاية منها

إذا كان لديك هاتف ذكي، يرجى التسجيل في vsafe.cdc.org لإبلاغ مركز السيطرة على الأمراض عن أي آثار جانبية.