الإنفلونزا: ما تحتاج إلى معرفته

يجب على كل شخص يبلغ من العمر 6 أشهر أو أكثر تلقّي لقاح الإنفلونزا سنويًا قبل نهاية أكتوبر* للحصول على أفضل حماية.

تفضّل بزيارة bit.ly/FindCOVaxProvider للعثور على مقدّم لقاحات بالقرب منك!

لماذا يجب عليك تلقّي لقاح الإنفلونزا؟

تُعدّ الإنفلونزا من أكثر الأمراض تسببًا في الوفاة التي يمكن الوقاية منها باللقاحات في الولايات المتحدة. ويُعدّ تلقّي لقاح الإنفلونزا سنويًا أفضل وسيلة للحدّ من خطر الإصابة بها. وجد الخبراء أن اللقاحات تقلّل خطر وفاة الأطفال والمراهقين بسبب الإنفلونزا بنسبة 80%. ويقلّل اللقاح خطر الإصابة بأي مضاعفات شديدة للإنفلونزا. قد يُصاب بعض الأشخاص بالإنفلونزا رغم تلقّي لقاحها، لكن يقلّ احتمال إصابتهم باعتلال شديد أو احتياجهم إلى دخول المستشفى أو وفاتهم.

تشمل المجموعات المعرضة لخطر الإصابة بالأنفلونزا الشديدة البالغين الذين تزيد أعمارهم عن 65 عامًا، والحوامل، والرضع، وأولئك الذين يعانون من حالات طبية موجودة.

خلال موسم الإنفلونزا 2025-2026، تسببت الإنفلونزا في ما يقدر بنحو 31 مليون إلى 54 مليون مرض، و14 مليون إلى 24 مليون زيارة طبية، و380 ألف إلى 780 ألف حالة دخول إلى المستشفى، و23 ألف إلى 78 ألف حالة وفاة.

هل توجد توصيات محدّدة بحسب العمر؟

كبار السن: يُفضَّل، إن أمكن، أن يتلقّى البالغون الذين تبلغ أعمارهم 65 عامًا فأكثر لقاح الإنفلونزا عالي الجرعة أو المحتوي على مادة مساعدة. اعتبارًا من أغسطس 2026، وافقت إدارة الغذاء والدواء الأمريكية (FDA) على أول لقاح للإنفلونزا بتقنية الحمض النووي الريبي المرسال (mRNA)، ويُسمّى mFLUSIVA، للبالغين الذين تبلغ أعمارهم 50 عامًا فأكثر. ومن المرجّح ألا يتوفّر قبل موسم الإنفلونزا لعام 2027. وقد خضعت تقنية لقاحات الحمض النووي الريبي المرسال (mRNA) للدراسة على مدى عقود، وهي آمنة للغاية.

الأطفال من عمر 6 أشهر حتى 8 سنوات: يجب على الأطفال دون سن 9 سنوات الذين لم يسبق لهم تلقّي لقاح الإنفلونزا، أو تلقّوه مرة واحدة فقط في حياتهم، الحصول على جرعتين. ويجب إعطاء الجرعتين بفاصل لا يقلّ عن أربعة أسابيع.

*تلقّي لقاح الإنفلونزا في وقت متأخّر أفضل من عدم تلقّيه مطلقًا.

هل يمكن للأشخاص الذين خضعوا لزراعة الأعضاء تلقّي لقاح الإنفلونزا؟

نعم. يمكن للأشخاص الذين تتراوح أعمارهم بين 18 و64 عامًا، ممّن خضعوا لزراعة أعضاء صلبة ويتناولون أدوية مثبّطة للمناعة، تلقّي لقاح الإنفلونزا عالي الجرعة أو المحتوي على مادة مساعدة، والمعتمد للفئة العمرية من 65 عامًا فأكثر.

هل لقاح الإنفلونزا آمن للأشخاص المصابين بحساسية البيض؟

نعم. يمكن للأشخاص المصابين بحساسية البيض تلقّي أي لقاح للإنفلونزا بأمان، ما دام مناسبًا لأعمارهم وحالتهم الصحية من النواحي الأخرى. تحتوي اللقاحات على كمية صغيرة من بروتينات البيض، لكن الدراسات أظهرت أن احتمال حدوث تفاعلات تحسّسية شديدة تجاه هذه الكمية ضئيل.

من الأشخاص الذين يجب عدم تلقيهم لقاح الإنفلونزا؟

يجب عدم تطعيم الأشخاص الذين لديهم مانع من تلقّي لقاح الإنفلونزا، مثل وجود تاريخ سابق من التفاعلات التحسّسية الشديدة (كالتأق) تجاه أيّ من مكوّنات اللقاح (باستثناء البيض). توجد موانع إضافية لاستعمال لقاح فلوميست (FluMist). تحدّث مع مقدّم الرعاية الصحية إذا كنت ترغب في تلقّي لقاح فلوميست (FluMist).

ما المعلومات الأخرى التي أحتاج إلى معرفتها؟

يمكنك تلقّي لقاح الإنفلونزا ومعظم اللقاحات الأخرى، بما فيها لقاح كوفيد-19، في الوقت نفسه. جميع لقاحات الإنفلونزا لموسم 2026-2027 ثلاثية التكافؤ. وهذا يعني أنها مصمَّمة للحماية من ثلاث سلالات مختلفة من فيروس الإنفلونزا. يمتدّ موسم الإنفلونزا عادةً من أكتوبر إلى أبريل. رغم أن الأفضل هو تلقّي لقاح الإنفلونزا بحلول نهاية أكتوبر، فإن تلقّيه في أي وقت خلال موسم الإنفلونزا أفضل من

اسأل مقدّم الرعاية الصحية أيضًا عن لقاحَي كوفيد-19 والفيروس المخلوي التنفسي (RSV)!

المصادر

- https://vaccinateyourfamily.org/current-flu-season/
- https://www.cdc.gov/flu/about/keyfacts.htm
- https://www.cdc.gov/flu/season/2026-2027.html
- https://www.cdc.gov/flu/professionals/acip/summary/summary-recommendations.htm
- https://www.nytimes.com/2026/08/05/health/mrna-flu-vaccine-moderna.html
- https://publications.aap.org/pediatrics/article-abstract/158/2/e2026076453/208191/Influenza-Vaccine-Effectiveness-Against-Pediatric?redirectedFrom=fulltext