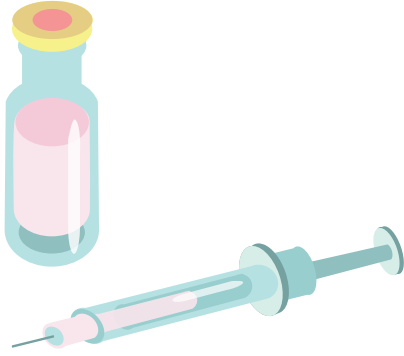


# احصل على اللقاحات المطلوبة

الحصول على اللقاحات الموصى بها هو جزء مهم من الرعاية الصحية الجيدة لمرضى السكري.



غالبًا ما يصعب السيطرة على مستويات السكر في الدم عند مرضك. تحتوي اللقاحات على مواد يمكن أن تساعدك على البقاء بصحة جيدة. إذا أصبت بالمرض، يمكن أن تساعدك اللقاحات على أن تصبح بصحة أفضل بشكل أسرع وقد تمنع حدوث مضاعفات للمرض.

يبين الجدول أدناه اللقاحات التي يجب أخذها لمرضى السكري

اللقاح	من يحتاج لهذا اللقاح؟	كم مرة يجب أن يؤخذ؟
الأنفلونزا (Flu)	جميع الأشخاص الذين تزيد أعمارهم عن 6 أشهر	سنويًا
الالتهاب الرئوي (Pneumonia)	جميع الأشخاص المصابين بالسكري فوق سن الستين	*مرة واحدة، إذا كنت أقل من 65 عام
التهاب الكبد الوبائي ب (Hepatitis B)	**الأشخاص البالغين من 19 إلى 59 عامًا	سلسلة واحدة من اللقاحات
الكزاز (Tetanus)	جميع البالغين	كل 7 إلى 10 سنوات

بعض الأشخاص يحتاجون للقاحات اضافة لحمايتهم من أمراض أخرى مثل التهاب الكبد الوبائي (Hepatitis A) أو الحزام الناري (shingles) \*يوصى به مرة أخرى إذا كان العمر 65 سنة أو أكثر أو عند وجود أمراض معينة \*\* بعض البالغين فوق سن 59 قد يحتاجون اليه

## لقاحات الأطفال

يتم إعطاء عدد من اللقاحات المهمة للجميع عندما يكونوا رضع. إذا كان لديك سجل يثبت حصولك على اللقاحات التالية، أعط نسخة منه لطبيبك.

إذا كنت لا تتذكر أخذ هذه اللقاحات أو ليس لديك سجل لإثبات ذلك، تأكد من طبيبك المختص

■ الحصبة / النكاف / الحصبة الألمانية (MMR)

■ الكزاز/الخناق/السعال الديكي

(Tetanus, Diphtheria, Whooping cough)

■ جدري الماء (varicella)

■ شلل الأطفال (Polio)

من المهم أن تحصل على اللقاحات التي تحتاجها:  
اتصل بطبيبك إذا كنت

■ تخطط للسفر إلى الخارج

■ لديك أي أسئلة حول ما تحتاجه من اللقاحات

