



تطعيمات السفر للبالغين

Travel immunizations for adults

اللقاح إذا كنت تخطط للبقاء لمدة 6 أشهر أو أكثر في بلد ينتشر فيه التهاب الكبد الوبائي B. عليك الحصول على اللقاح إذا كنت تتوقع إقامة علاقات جنسية أو اتصال دم مع السكان المحليين. سوف تتلقى هذا اللقاح على شكل سلسلة من جرعتين أو ثلاث جرعات. يتوفر لقاح مركب ضد التهاب الكبد الوبائي A و B. لمزيد من المعلومات، يرجى زيارة [ملف HealthLinkBC رقم 25 لقاح التهاب الكبد الوبائي B](#).

لقاح حمى التيفوئيد

حمى التيفوئيد هي عدوى خطيرة تهدد الحياة وتسببها بكتيريا التيفوئيد. ويصاب الناس به عن طريق تناول الطعام أو شرب الماء الملوث بالبراز.

هناك نوعان من لقاح التيفوئيد - الفموي (عن طريق الفم) والحقن (بالإبرة). اللقاح الفموي عبارة عن سلسلة من الكبسولات التي تتناولها في المنزل. اللقاح عن طريق الحقن هو جرعة واحدة فقط يعطيها مقدم الرعاية الصحية. لمزيد من المعلومات، يرجى زيارة [ملف HealthLinkBC رقم 41 لقاح التيفوئيد](#).

لقاح إسهال المسافرين والكويليرا

يحدث إسهال المسافرين والكويليرا بسبب نوعين مختلفين من البكتيريا. يصاب الناس بهذه الأمراض عن طريق تناول الطعام الملوث أو شرب الماء الملوث. يمكن أن تشكل عدوى الكويليرا تهديدًا للحياة إذا كانت شديدة ولم تُعالج. يأتي هذا اللقاح على شكل سائل. يمكنك تناوله في المنزل عن طريق الفم، على شكل جرعات متتالية بخلطه بالماء. لمزيد من المعلومات، يرجى زيارة [ملف HealthLinkBC رقم 41 لقاح إسهال المسافرين والكويليرا](#).

لقاح الإنفلونزا

الأنفلونزا، أو النزلة الوافدة، هي عدوى في الأنف والحلق والرئتين يسببها فيروس الأنفلونزا. تنتشر الأنفلونزا عن طريق السعال أو العطس أو التواصل وجهًا لوجه. يجب عليك الحصول على اللقاح إذا كنت تخطط للسفر خلال موسم الإنفلونزا. يستمر موسم الإنفلونزا عادة من نوفمبر/تشرين الثاني إلى أبريل/نيسان في نصف الكرة الشمالي، ومن أبريل/نيسان إلى أكتوبر/تشرين الأول في نصف الكرة الجنوبي. ويستمر طوال العام في المناطق الاستوائية. يتلقى البالغون عادة جرعة واحدة من اللقاح. يحتاج الأطفال من سن 2 إلى 8 سنوات ممن لم يسبق لهم تلقي لقاح الإنفلونزا إلى جرعتين يفصل بينهما 4 أسابيع. لمزيد من المعلومات، يرجى زيارة [ملف HealthLinkBC رقم 12 لقاح الإنفلونزا المعطل](#).

لقاح التهاب الدماغ الياباني

التهاب الدماغ الياباني هو عدوى خطيرة مهددة للحياة يسببها فيروس. ينتشر عن طريق لدغة البعوض المصاب. قد تحتاج إلى اللقاح إذا سافرت إلى المناطق الريفية في بعض الدول الآسيوية. سوف تتلقى هذا اللقاح على شكل سلسلة من جرعتين يفصل بينهما 7 إلى 28 يومًا. لمزيد

إذا كنت تنوي السفر، ناقش خطط سفرك مع وحدة للصحة العامة أو عيادة سفر أو مقدم الرعاية الصحية المتابع لك قبل 6 إلى 8 أسابيع على الأقل من رحلتك. قد تستغرق بعض اللقاحات عدة أسابيع حتى تصبح فعالة، وقد تحتاج لقاحات أخرى إلى أكثر من جرعة واحدة. وتزداد أهمية ذلك إذا كنت تعيش في منطقة ريفية حيث قد لا تتوفر بعض اللقاحات. توجد رسوم على معظم لقاحات السفر، وفي معظم الحالات، توجد رسوم إضافية للطبيب.

احضر سجلًا بجميع اللقاحات التي تلقيتها في الماضي إلى عيادة السفر. احتفظ بسجل للقاحات السفر التي تتلقاها واحمله معك في رحلتك.

ما هي التطعيمات التي يجب أن أحصل عليها إذا كنت أخطط للسفر؟

تعتمد التطعيمات التي تحتاجها على المكان الذي ستذهب إليه، ومدة إقامتك، وكيفية سفرك. احرص على تلقي التطعيمات الروتينية في وقتها من خلال مقدم الرعاية الصحية المتابع لك.

اللقاحات التالية هي التطعيمات الشائعة الموصى بها للمسافرين البالغين.

لقاح شلل الأطفال

شلل الأطفال هو مرض تسببه عدوى بفيروس. ويصاب الناس به عن طريق تناول الطعام أو شرب الماء الملوث بالبراز. قد تحتاج إلى جرعة من لقاح شلل الأطفال المعطل (IPV) إذا كنت ستذهب إلى مناطق يتواجد فيها شلل الأطفال، أو لم تتلق اللقاح من قبل أو لم تحصل على جرعة معززة لمرة واحدة ضد شلل الأطفال. لمزيد من المعلومات، يرجى زيارة [ملف HealthLinkBC رقم 13 لقاح شلل الأطفال \(IPV\)](#).

لقاح التهاب الكبد الوبائي A

التهاب الكبد الوبائي A هو مرض يحدث بسبب إصابة الكبد بفيروس التهاب الكبد الوبائي A. ويصاب الناس به عن طريق تناول الطعام الملوث أو شرب الماء الملوث. يمكن لجرعة واحدة من لقاح التهاب الكبد الوبائي A أن توفر حماية جيدة على المدى القصير. عليك الحصول على جرعة ثانية من اللقاح بعد 6-36 شهرًا للحصول على الحماية مدى الحياة. يتوفر أيضًا لقاح مركب ضد التهاب الكبد الوبائي A و B. لمزيد من المعلومات، يرجى زيارة [ملف HealthLinkBC رقم 33 لقاح التهاب الكبد الوبائي A](#).

لقاح التهاب الكبد الوبائي B

التهاب الكبد B هو مرض يحدث بسبب إصابة الكبد بفيروس التهاب الكبد الوبائي B. وينتشر عن طريق الاتصال الجنسي غير الآمن أو مشاركة الإبر. وفي حالات نادرة، يمكن أن ينتشر عن طريق منتجات الدم المصابة به.

يمكن أن يسبب التهاب الكبد الوبائي B تلفًا دائمًا في الكبد. وهو أيضًا السبب الرئيسي لسرطان الكبد، والذي يمكن أن يكون قاتلاً. احصل على

من المعلومات، يرجى زيارة [ملف HealthLinkBC رقم h41 لقاح التهاب الدماغ الياباني](#).

لقاح عدوى المكورات السحائية

عدوى المكورات السحائية هي عدوى خطيرة مهددة للحياة تسببها بكتيريا المكورات السحائية. وتنتشر عن طريق السعال أو العطس أو التواصل المباشر وجهًا لوجه مع شخص آخر. يمكن أن تنتشر أيضًا من خلال اللعاب أو البصاق عندما يشارك الأشخاص أشياء مثل الطعام والمشروبات.

يجب عليك الحصول على اللقاح إذا كان لديك اتصال وثيق مع السكان في المناطق التي تنتشر فيها الأوبئة. وتشمل هذه المناطق حاليًا، على سبيل المثال لا الحصر، أجزاء من أفريقيا والشرق الأوسط. يجب عليك تلقي اللقاح للسفر إلى مكة (للحج السنوي)، قبل 10 أيام على الأقل من دخول المملكة العربية السعودية.

لمزيد من المعلومات، يرجى زيارة [ملف HealthLinkBC رقم a23 اللقاح المقترن للمكورات السحائية C \(Men-C\) و ملف HealthLinkBC رقم b23 لقاحات المكورات السحائية رباعي التكافؤ](#).

لقاح داء الكلب

داء الكلب هو عدوى في الدماغ يسببها فيروس. ينتشر عن طريق العض أو الخدش من حيوان مصاب. عليك الحصول على اللقاح إذا كنت تخطط للبقاء لمدة شهر أو أكثر في مناطق يزداد فيها خطر الإصابة بداء الكلب. تشمل الأمثلة أجزاء من أمريكا اللاتينية وجنوب شرق آسيا والهند وأفريقيا. الأطفال المسافرون معرضون للخطر بشكل خاص بسبب ميلهم إلى لمس الحيوانات البرية أو الضالة أو اللعب معها. لمزيد من المعلومات، يرجى زيارة [ملف HealthLinkBC رقم a07 داء الكلب](#).

لقاح الحمى الصفراء

الحمى الصفراء هي عدوى خطيرة مهددة للحياة يسببها فيروس. تنتشر عن طريق لدغات البعوض المصاب. وتتواجد في المناطق الاستوائية في أفريقيا وأمريكا الوسطى والجنوبية.

يأتي اللقاح في جرعة واحدة. يجب عليك تلقيه قبل 10 أيام على الأقل من سفرك إلى منطقة استوائية. في عيادة السفر، سوف تتلقى وثيقة مختومة تسمى شهادة التطعيم الدولية ضد الحمى الصفراء. وهذا سجل رسمي ومتطلب قانوني لدخول بعض البلدان. لمزيد من المعلومات، يرجى زيارة [ملف HealthLinkBC رقم i41 لقاح الحمى الصفراء](#).

لقاح جدري القردة (إمبوكس)

جدري القردة هو فيروس يمكن أن ينتشر من خلال ملامسة الجلد للجلد، ورذاذ الجهاز التنفسي، ولامسة الأشياء التي يستخدمها شخص مصاب بجدري القردة. يُعطى لقاح إمبوكس على جرعتين بفاصل 28 يومًا. تقدم حكومة بريتش كولومبيا لقاح جدري القردة إلى [الأفراد المؤهلين](#) المعرضين للخطر، بغض النظر عن خطط السفر.

توصي وكالة الصحة العامة في كندا حاليًا بالحصول على لقاح جدري القردة قبل السفر إذا كنت تستوفي معايير المخاطر العالية. ويشمل ذلك المتخصصين في الرعاية الصحية الذين يسافرون لدعم الاستجابة لجدري القردة في بعض البلدان. إذا كنت تنوي السفر ولست متأكدًا من أهليتك، تواصل مع [وحدة الصحة العامة المحلية](#) لمناقشة حالتك. لمزيد من المعلومات، يرجى زيارة [HealthLinkBC Mpox](#).

لمزيد من المعلومات

- للاطلاع على قائمة لقاحات السفر التي يجب عليك أخذها في الاعتبار عند السفر إلى بلد معين، تفضل بزيارة وكالة الصحة العامة في كندا: <https://travel.gc.ca/travelling/health-safety/vaccines>
- [العافية في طريقك - دليل كندي للسفر الصحي إلى الخارج](#)