



## أنا حامل.

### هل ينبغي عليّ تلقي لقاح كوفيد\*؟

(I'm pregnant. Should I get a COVID\* vaccine?-Arabic)

\* المعلومات الواردة هنا تخص لقاحات شركتي فايزر ومودرنا ضد فيروس كوفيد-19 (المعروف أيضاً بفيروس كورونا). تُعرف هذه اللقاحات أيضاً بلقاحات "إم آر إن إيه" (mRNA).

للأكثريّة الساحقة من الأشخاص، الحصول على لقاح كوفيد في أسرع وقت ممكن هو الخيار الأكثر أماناً. لكن هذه اللقاحات لم يتم اختبارها بعد على الأشخاص الحوامل والمرضعين. إن المعلومات أدناه تمكّنك من اتخاذ القرار الواعي حول تلقي لقاح كوفيد-mRNA أم لا أثناء فترة حملك أو إذا كنت تحاول أن تصبح حاملاً.

### الخيارات المتاحة لك:



تلقي اللقاح كوفيد فور توفره



انتظار المزيد من المعلومات حول اللقاحات أثناء الحمل

### ما هي الفوائد المتوقعة من لقاح كوفيد-mRNA؟



1. مرض كوفيد طبعاً خطير. لكنه أكثر خطورة على الأشخاص الحوامل.
  - الأشخاص الحوامل المصابون بمرض كوفيد أكثر عرضة لأن ينتهي بهم الأمر في وحدة العناية المركزة (ICU) أو على جهاز تنفس اصطناعي بمعدل 5 أضعاف أكثر من المصابين بمرض كوفيد من غير الحوامل.<sup>1</sup>
  - قد تكون الولادات المبكرة أكثر شيوعاً عند الأشخاص الحوامل ذوات الإصابة الشديدة بمرض كوفيد.<sup>2</sup>
  - الأشخاص الحوامل أكثر عرضة للوفاة من مرض كوفيد مقارنةً بالأشخاص المصابين بمرض كوفيد من غير الحوامل ومن نفس الفئة العمرية.<sup>3،4</sup>
2. تمنع لقاحات كوفيد-mRNA حوالي 95% من الإصابات بفيروس كوفيد.
  - مع ارتفاع الإصابات بفيروس كوفيد في مجتمعاتنا، ترتفع أيضاً نسبة خطورة إصابتك أنت.
  - تلقي اللقاح سيحميك من الإصابة بفيروس كوفيد، وقد يساعدك على عدم نقل العدوى إلى الأشخاص حولك مثل أسرتك.
3. من غير الممكن للقاحات كوفيد-mRNA أن تصيبك بمرض كوفيد.
  - لا تحتوي هذه اللقاحات على فيروسات حيّة.<sup>5</sup>

- لا تحتوي هذه اللقاحات على مكونات معروفة بالتسبب بالضرر للأشخاص الحوامل أو للجنين.
- يتم تلقيح الحوامل بعدة لقاحات مختلفة وآمنة بصورة روتينية أثناء فترة الحمل (على سبيل المثال لقاحات الكزاز، الدفتريا، والإنفلونزا).
- يمكن الاطلاع على المزيد من المعلومات حول طريقة عمل هذه اللقاحات في الصفحة 5.

## ما هي المخاطر المترتبة عن تلقي لقاح كوفيد-mRNA؟

1. لم يتم اختبار هذه اللقاحات بعد على الحوامل.
  - أُجريت اختبارات هذه اللقاحات على ما يزيد عن 40,000 شخصاً، ولم ينتج عنها أي آثار جانبية خطيرة ذات صلة باللقاح.
  - لا نعرف ما إذا كانت هذه اللقاحات تعمل عند الحوامل بنفس الفعالية التي أظهرتها عند الأشخاص غير الحوامل.
  - لا نعرف ما إذا كانت هنالك سلبيات فريدة خاصة بالحمل، مثل آثار جانبية مختلفة أو خطورة متزايدة للإجهاض التلقائي أو التشوهات في الجنين.
  - تم اختبار لقاح "مودرنا" على إناث الجرذان للنظر في آثاره على الحمل. لم تُلاحظ أي آثار سلبية ذات شأن على الخصوبة عند الإناث أو على نمو الجنين.
  - بعض النساء أصبحن حوامل أثناء مشاركتهم في دراسات اللقاحات البحثية، ثماني عشرة منهن في المجموعة التي تلقت اللقاح. لم تجهض أي منهن تلقائياً بعد مرور شهرين. بالمقابل، كانت هناك سبع عشرة امرأة في مجموعة اللقاح الوهمي ("بلاسيبو") اللواتي أصبحن حوامل أثناء الدراسة، وبعد شهرين، اثنتان منهن كن قد أجهضن تلقائياً. (بشكل عام، 10-20% من حالات الحمل تنتهي بالإجهاض التلقائي).
  - حيث إن هذه الدراسات البحثية ما زالت مستمرة، لا نعرف ماذا حدث في الفترة المتبقية من الحمل لتلك النساء.
2. من المحتمل أن الأشخاص الذين يتلقون اللقاح سيعانون من بعض الآثار الجانبية.
  - عدة أشخاص ظهرت عليهم أعراض سببها ردة فعل الجهاز المناعي الطبيعية للقاح، ومن هذه الآثار الجانبية:<sup>6</sup>
    - تفاعلات في موقع الحقنة مثل
    - ألم في العضلات (~38%)
    - ألم في الذراع (~84%)
    - تعب (~62%)
    - صداع (~55%)
    - قشعريرة أو رجفة برد (~32%)
    - ألم في المفاصل (~24%)
    - حمى (~14%)
  - من بين 100 شخص يتلقون التلقيح، يصاب واحد (1) بحمى عالية (فوق الـ 102 درجة فهرنهايت، أو 38,9 درجة مئوية). قد تزيد الحمى الشديدة المستمرة خلال الفصل الأول من الحمل من خطورة التشوهات الجنينية أو الإجهاض التلقائي. يوصي مركز مكافحة الأمراض (CDC) بتناول "تايلنول" (أسيتامينوفين) أثناء الحمل في حال الإصابة بحمى عالية. الخيار البديل هو تأجيل تلقي لقاح كوفيد إلى ما بعد الفصل الأول من الحمل.

## ماذا يوصي به الخبراء؟

مرض كوفيد خطير وينتقل بسهولة، لذا يوصي مركز مكافحة الأمراض (CDC) بتلقيح الأشخاص البالغين بلقاحات كوفيد-mRNA.<sup>7</sup>

ولكن لم يتم بعد إجراء دراسات على الأشخاص الحوامل، ولا توجد توصيات واضحة في الوقت الراهن بشأن تطعيم الأشخاص الحوامل. وهذا شيء عادي لكل دواء جديد، ولا يُعزى لأي مخاوف خاصة بهذا اللقاح.

**توصي بشدة "جمعية الطب الأمومي-الجنيني"** (Society for Maternal-Fetal Medicine) بتوفير اللقاح ضد فيروس كوفيد للأفراد الحوامل، وتوصي بأن يتكلم كل شخص معني إلى طبيبه أو القابلة الخاصة به بشأن قراره الشخصي الخاص.<sup>8</sup>

توصي الرابطة الأميركية لأطباء النساء والتوليد ( American College of Obstetricians and Gynecologists) **بعدم** حجب لقاح كوفيد عن الأشخاص الحوامل.<sup>9</sup>

## هل هناك أمور أخرى ينبغي عليّ النظر فيها قبل اتخاذ القرار؟

1 تأكد من فهم كل ما يمكنك فهمه حول مرض كوفيد وحول اللقاح. يمكنك توجيه الأسئلة إلى مصادر موثوقة كالقابلة أو الطبيب. راجع الصفحة 5 للمزيد من المعلومات حول اللقاح.

2 فكر بالخطورة الشخصية التي تترتب عليك. أنظر إلى الأعمدة أدناه وفكر بعناصر الخطورة الشخصية/الخاصة بك من الإصابة بمرض كوفيد (العمود الأيسر). فكر بسلامتك – هل بمقدورك الحفاظ على سلامتك (العمود الأيمن)؟

يكون مستوى خطورة الإصابة بمرض كوفيد  
عالياً إذا...

- كان لديك احتكاك مع أشخاص من خارج منزلك
- عمرك 35 سنة أو أكبر
- كان وزنك مفرط
- تعاني من مشاكل طبية أخرى مثل مرض السكري أو ارتفاع ضغط الدم أو أمراض القلب
- أنت من المدخنين
- تنتمي إلى أقلية عرقية أو إثنية، أو تسكن في مجتمع محلي يعاني من معدل مرتفع من الإصابات بمرض كوفيد
- تعمل في مجال الرعاية الصحية<sup>10</sup>

إذا كنت تواجه خطورة عالية للإصابة بمرض كوفيد، قد يكون من المنطقي لك تلقي اللقاح.

في حال كان مستوى خطورة إصابتك بكوفيد  
ليس عالياً و...

- يمكنك دائماً ارتداء الكمامة
- بإمكانك أنت والأشخاص الذين تسكن معهم الحفاظ على التباعد الاجتماعي عن الآخرين طوال فترة الحمل
- لا يوجد عدد مرتفع أو متصاعد من حالات الإصابة بمرض كوفيد في مجتمعك المحلي
- تشعر بأن اللقاح نفسه سيجعلك متوتراً جداً (أنت قلق من مخاطر اللقاح المجهولة أكثر من الإصابة بمرض كوفيد نفسه)
- سبق لك أن عانيت من ردة فعل حساسية شديدة للقاح ما في الماضي

.... قد يكون إذاً من المنطقي لك أن تنتظر المزيد من المعلومات قبل اتخاذ القرار.

## ماذا عن الرضاعة؟

تفيد جمعية الطب الأمومي-الجنيني (Society for Maternal-Fetal Medicine) وأكاديمية طب الرضاعة (Academy of Breastfeeding Medicine) بعدم وجود أي سبب للاشتباه بأن اللقاح له أثر سلبي على سلامة حليب الثدي.<sup>11،8</sup> لا يحتوي اللقاح على الفيروس، ولذا ليس هناك خطر بإصابة طفلك بالعدوى. وبما أن الحمض النووي الريبي المرسال (mRNA) هش وقابل للتحلل بسرعة، من غير المحتمل أن ينتقل أي من مكونات اللقاح إلى حليب الثدي. عند إصابتنا بالعدوى أو تلقينا اللقاح، يباشر جسدنا بإنتاج أجسام مضادة لمحاربة العدوى. يمكن للأجسام المضادة أن تنتقل إلى حليب الثدي ومنه إلى الطفل، وبذلك قد تساهم في درء العدوى.



## ملخص

1. يبدو أن الإصابة بكوفيد تتسبب بالضرر للأشخاص الحوامل أكثر من الأشخاص غير الحوامل من نفس الفئة العمرية.
2. يُعتقد أن المخاطر التي تترتب عن تلقي لقاح كوفيد-mRNA أثناء الحمل هي صغيرة، ولكنها ليست معروفة تماماً.
3. يجب تقدير المخاطر الشخصية الخاصة بك المترتبة عن تلقي لقاح كوفيد. إذا كانت نسبة هذه المخاطر عالية، أو إذا تواجد في المجتمع المحيط بك حالات عديدة من الإصابات بفيروس كوفيد، قد يكون منطقياً تلقي اللقاح أثناء حملك.
4. تلقي لقاح كوفيد أم لا أثناء الحمل هو قرارك الشخصي.

## ماذا تقول الطبيبات الحوامل؟

نعلم أن الإصابة بمرض كوفيد أثناء الحمل هو أمر مرعب، ونعلم أن اللقاح لا يحتوي على الفيروس الحي. إنني أدخل في الفصل الثالث من الحمل وأعمل في الخطوط الأمامية في الحرب ضد هذا المرض. إذا، القرار بالنسبة لي واضح: أنوي أن أتصدّر الطابور فور توفر اللقاح لي. (طبيبة حامل في قسم الطوارئ)

إنني قلقة بعض الشيء حول حقني بشيء لم يتم اختباره على المرضى الحوامل. الفترة المبكرة من الحمل هي مرحلة للأعصاب، حتى بدون لقاح جديد مجهول المفعول. لذا، وبصفتي عاملة في الخطوط الأمامية، استعرضت - مع نفسي ومع شريكي وأطبائي - المخاطر والفوائد التي تترتب عن تلقي اللقاح أم لا، واتخذنا القرار بأن أتلقى اللقاح. (طبيبة حامل في قسم الطوارئ)

إنني في الأسبوع 34 من الحمل وسأحاول الحصول على اللقاح بعد ولادة طفلي وليس قبلها. تم استبعاد الأشخاص الحوامل من الدراسات البحثية، وفي الوقت الراهن لا أرى مرضى كوفيد في عملي، لذا أشعر بأن نسبة تعرضي للمرض في هذه الموجة الثانية ضئيل. (طبيبة حامل)

ما زلت أضع طفلي، وأعتقد أن خطر تعريض طفلي وأطفالي الآخرين وشريكي لفيروس كوفيد هو أكبر بكثير من أي خطر نظري قد يشكله هذه اللقاح. لقد قررت أن أتلقى اللقاح حين يصبح متاحاً. (طبيبة أمراض النساء والتوليد مرضعة).

هل لديك مزيداً من الأسئلة؟ اتصل بطبيبك أو بالقبلة الخاصة بك للبحث في قرارك الشخصي الخاص بك.

## هل لديك ملاحظات حول هذه الأداة المساعدة؟

هل كانت هذه الأداة المساعدة على اتخاذ القرار مفيدة لك؟ نرجو منك تقديم الملاحظات لنا حول هذه الأداة المساعدة على اتخاذ القرار، وذلك إما على الموقع <https://is.gd/COVIDVac> أو بمسح رمز الاستجابة السريع (QR code) أدناه. نشكرك على حسن تعاونك معنا!



## أخبر مركز مكافحة الأمراض (CDC) عن تجربتك مع اللقاح

إذا قرّرت الحصول على اللقاح، ستصلك "ورقة معلومات لسلامة اللقاح" (V-safe information sheet) مرفقة بتعليمات حول موقع V-safe على الإنترنت والتطبيق الإلكتروني ذات الصلة. نرجو منك التسجيل لأن مساهمتك ستمكّننا من تقديم المشورة للأشخاص في المستقبل.

## معلومات إضافية حول لقاحات كوفيد-mRNA

### كيف تعمل لقاحات كوفيد-mRNA؟

- تُعرف لقاحات شركتي فايزر (Pfizer) و مودرنا (Moderna) بـ "لقاحات mRNA" (ويعني مصطلح mRNA الحمض النووي الريبي المرسل أو messenger RNA).
- الحمض النووي الريبي المرسل mRNA ليس بأمر جديد – أجسامنا مليئة منه، وهو موضوع الدراسات والبحوث على مدى العقدين الماضيين.
- إن اللقاحات القائمة على mRNA تقلد طريقة عمل الفيروسات. فالـ mRNA هو كناية عن وصفة تحتوي على تعليمات لإنتاج جزء صغير من الفيروس يُعرف بـ "بروتين السنبلة" (spike protein). عند تلقي اللقاح، تدخل الوصفة أو الـ mRNA الجسم حيث تبقى لفترة وجيزة من الزمن. خلال هذه الفترة الوجيزة، يقوم الجسم بقراءة الوصفة وإنتاج بروتين السنبلة الخاص بالفيروس.
- عندما تفرز بروتين السنبلة من خلايا الجسم، يراها هذا الأخير ككائنات غريبة فيتحرّك جهاز المناعة لمكافحتها. ردة فعل الجهاز المناعي هي التي تتسبب بأعراض الآثار الجانبية (آلم وحمى)، ولكنها بالوقت ذاته تعزز المناعة ضد الفيروس.
- الحمض النووي الريبي المرسل mRNA يدوم في الجسم لفترة وجيزة فقط، فهو هش ويتحلل بسرعة.
- هذه هي الطريقة التي تعمل بها الفيروسات الأخرى كالفيروس الذي يتسبب بالزكام. يدخل الفيروس الجسم ويستغله لصنع بروتيناته والتكاثر. فيقوم الجسم بتعبئة جهاز المناعة لمهاجمة هذه البروتينات ومنع الفيروسات من التكاثر، محافظاً بالتالي على صحتنا.
- من المستحيل للقاح أن يعطي مرض كوفيد للناس.<sup>5</sup>

### ماذا أظهرت البحوث؟

- شملت كل من التجارب السريرية التي أجرتها شركتي فايزر ومودرنا ما يزيد عن 30,000 شخصاً (بمن فيهم الأشخاص الذين تم حقنهم باللقاح الوهمي أو "بلاسيبو")، وأظهرت نتائج هذه التجارب أن اللقاح يخفّض من احتمال العدوى بفيروس كوفيد، وفي حال العدوى فهو يخفّض من شدتها. في كل من التجارب، تلقى ما يزيد عن 15,000 شخصاً اللقاح الفعلي ضد فيروس كوفيد-19، فيما تلقى ما يزيد عن 15,000 شخصاً آخرين حقنة محلول ملحي هو لقاح وهمي ("بلاسيبو").
- بعد جرعة واحدة، تبين أن فعالية اللقاح هي 50%، وبعد جرعتين، أصبحت نسبة الفعالية 95%.
  - يعني ذلك أن مقابل 100 شخص أصابتهم عدوى كوفيد في مجموعة اللقاح الوهمي، أصيب 5 أشخاص فقط بعدوى كوفيد في مجموعة لقاح كوفيد-mRNA الحقيقي.
  - كما وانخفضت نسبة الحالات الحادة من مرض كوفيد في المجموعات التي تم تلقيحها بلقاح كوفيد-mRNA.
  - لم تكن هناك أي أوجه قلق بالغ على السلامة.

الاستعمال المقصود: هذه الأداة المساعدة على اتخاذ القرار مصممة للاستخدام من قبل الأشخاص الحوامل (والأشخاص الذين يرغبون في الحمل) والذين يفكرون في تلقي لقاح كوفيد-19، وأيضاً من قبل مقدمي الرعاية الطبية لهم وأصدقائهم وأفراد عائلاتهم. صممت هذه الأداة مجموعة العمل "اتخاذ القرارات التشاركية: التلقيح ضد كوفيد أثناء الحمل" (Shared Decision-Making: COVID Vaccination in Pregnancy) التابعة لكلية الطب في جامعة ماساشوستس-باي ستيت. تتألف هذه المجموعة من خبراء في مجالات طب النساء والتوليد، الطب الأمومي-الجنيني، المشاركة في اتخاذ القرارات والإبلاغ عن المخاطر، طب الطوارئ، وباحثين في وباء كوفيد-19. يرجى توجيه الأسئلة إلى الدكتورة أليزابيث شونفيلد (Elizabeth Schoenfeld) على عنوان البريد الإلكتروني [Elizabeth.Schoenfeld@bhs.org](mailto:Elizabeth.Schoenfeld@bhs.org). يرجى توجيه أي ملاحظات حول منفعة هذه الأداة المساعدة على اتخاذ القرار من خلال الاستطلاع (أنظر الرابط في الصفحة 5).



يمكن نسخ وتوزيع هذه الأداة المساعدة على اتخاذ القرار دون الحصول على موافقة إضافية. النسخة باللغة الإسبانية واللغة الروسية متاحة على الموقع <http://foamcast.org/COVIDvacPregnancy> تحديث 28 ديسمبر - كانون الأول 2020

المراجع المستشهد بها:

1. DeBolt CA, et al. Pregnant women with severe or critical COVID-19 have increased composite morbidity compared to non-pregnant matched controls. Am J Obstet 2020 Nov doi: [10.1016/j.ajog.2020.11.022](https://doi.org/10.1016/j.ajog.2020.11.022)
2. Adhikari EH, et al. Pregnancy outcomes among women with and without severe acute respiratory syndrome coronavirus 2 infection. JAMA Network Open 2020 Nov 3(11):e2029256
3. DiMascio D, WAPM working group on COVID-19. Maternal and Perinatal Outcomes of Pregnancy Women with SARS-coV-2 infection. Ultrasound Obstet Gynecol. 2020 Sept. doi: [10.1002/uog.23107](https://doi.org/10.1002/uog.23107).
4. Centers for Disease Control and Prevention. Update: Characteristics of Symptomatic Women of Reproductive Age with Laboratory-Confirmed SARS-CoV-2 Infection by Pregnancy Status — United States, January 22–October 3, 2020. November 2020:1-7.
5. Abbasi J. COVID-19 and mRNA Vaccines—First Large Test for a New Approach. JAMA. 2020;324(12):1125–1127. doi:10.1001/jama.2020.16866
6. <https://www.fda.gov/media/144245/download>
7. <https://www.cdc.gov/vaccines/acip/recs/grade/covid-19-pfizer-biontech-etr.html> (Accessed Dec 14, 2020)
8. SMFM statement on COVID vaccination in pregnancy: <https://www.smfm.org/publications/339-society-for-maternal-fetal-medicine-smfm-statement-sars-cov-2-vaccination-in-pregnancy>
9. <https://www.acog.org/en/clinical/clinical-guidance/practice-advisory/articles/2020/12/vaccinating-Pregnant-and-Lactating-Patients-Against-COVID-19> (Accessed December 14, 2020)
10. Mutambudzi M, Niedwiedz C, Macdonald EB, et al. Occupation and risk of severe COVID-19: prospective cohort study of 120 075 UK Biobank participants. Occupational and Environmental Medicine Published Online First: 09 December 2020. doi: [10.1136/oemed-2020-106731](https://doi.org/10.1136/oemed-2020-106731)
11. <https://abm.memberclicks.net/abm-statement-considerations-for-covid-19-vaccination-in-lactation>