

الوقاية من الحصبة

قبل السفر وبعده

يمكنك حماية صحتك
وصحة أطفالك ضد
مرض الحصبة بأخذ لقاح
الحصبة والنكاف والحصبة
الألمانية (MMR).



يمكن أن تشكل الحصبة خطرًا
صحيًا، خاصة على الأطفال الرضع
والصغار. وقد تؤدي الحصبة
الشديدة إلى دخول المستشفى
وتسبب الوفاة أحيانًا.



لا تزال الحصبة منتشرة في مناطق كثيرة من العالم. وبالتالي يوجد خطر
على الأشخاص غير الحاصلين على اللقاح الكامل ضد الحصبة عند السفر
إلى وجهات يتفشى فيها المرض.

ماذا تفعل بعد عودتك من السفر أو من مكان تفشى فيه مرض الحصبة

1. راقب أعراض الحصبة لمدة ثلاثة أسابيع بعد عودتك.
فالحصبة مُعدية جدًا ويمكن أن تنتقل بسرعة إلى الآخرين.
2. اتصل بالطبيب أو العيادة على الفور إذا:
 - كنت تعتقد أنك تعرضت أو طفلك إلى مرض الحصبة.
 - أصبت أنت أو طفلك بطفح جلدي وحمى. ويجب أن تخبر
طبيبك عن أماكن سفرك، وفيما إذا كنت أو طفلك أخذتما
لقاح MMR.
3. إذا أصبت أنت أو طفلك بطفح جلدي وحمى، يجب
البقاء في المنزل حتى تتحدث إلى الطبيب أو العيادة.

ما الذي يجب فعله قبل السفر:

1. تحدث إلى طبيبك أو ممرضتك أو العيادة التي تزورها عادة،
للتأكد من حماية جميع أفراد العائلة من الحصبة.
2. خذ اللقاح قبل أسبوعين على الأقل من موعد السفر.
 - الأطفال من عمر 6 إلى 11 شهرًا يجب أن يأخذوا جرعة واحدة
من لقاح MMR.
 - يجب الحصول على جرعتين قبل السفر لجميع أفراد العائلة
بعمر 12 شهرًا أو أكبر (بما في ذلك البالغون).
 - إذا لم تأخذ اللقاح في السابق، يجب أن تحصل على الجرعة
الأولى فورًا. وبإمكانك الحصول على الجرعة الثانية بعد 28
يومًا.
 - إذا كنت قد حصلت على جرعة واحدة في السابق، يجب أن
تأخذ الجرعة الثانية قبل السفر.
3. حتى لو كانت مدة رحلتك أقل من أسبوعين، يمكنك
الحصول على جرعة واحدة من لقاح MMR.

إذا كنت تخطط للسفر إلى منطقة في الولايات
المتحدة تفشى بها مرض الحصبة، يجب التحدث
إلى طبيبك أو ممرضتك أو العيادة التي تزورها
عادة للتأكد من وقاية الجميع من هذا المرض.

