

**Mayor's Office
of Immigrant
Affairs**

مكتب العمدة لشؤون
المهاجرين

Fatima Shama
المفوض

**Health &
Hospitals
Corporation**

مؤسسة الصحة
والمستشفيات بمدينة
نيويورك

Alan. D. Aviles
الرئيس

**Department of
Health & Mental
Hygiene**

إدارة الصحة والصحة العقلية
بمدينة نيويورك

Thomas Farley, M.D., M.P.H.
المفوض

NYC

Michael R. Bloomberg
العمدة

رسالة مفتوحة لسكان نيويورك من المهاجرين حول أنفلونزا H1N1 والأنفلونزا الموسمية

عزيزي ساكن مدينة نيويورك:

جاء موسم الأنفلونزا إلى مدينة نيويورك مصحوباً بعودة لأنفلونزا H1N1 ("أنفلونزا الخنازير"). كما من المحتمل أن تتعرض المدينة للأنفلونزا الموسمية العادية أيضاً قبل انتهاء موسم الشتاء.

وقد أعد عمدة نيويورك السيد/ مايكل بلومبرغ خطة لمكافحة الأنفلونزا وتوفير الرعاية الصحية لجميع سكان المدينة بغض النظر عن حالة الهجرة أو تغطية التأمين الصحي. إليك بعض المعلومات التي من شأنها مساعدتك على حماية نفسك وحماية أسرته:

- تذكر أن الرعاية الصحية متوفرة للجميع في مدينة نيويورك. ينبغي ألا تخشى من زيارة الطبيب أو العيادة أو المستشفى. لن تكون حالة الهجرة حائلاً دون حصولك على لقاح الأنفلونزا أو العلاج من الأنفلونزا. الرعاية الطبية سرية بموجب القانون.
- للحماية من الأنفلونزا، سيحتاج بعض الأشخاص إلى تلقي نوعين من اللقاحات هذا العام: أحدهما لقاح الأنفلونزا الموسمية، والآخر لأنفلونزا H1N1. لمعرفة الأشخاص الذين يحتاجون هذين النوعين من اللقاحات وأماكن الحصول عليهما، يرجى الاتصال بالرقم 311 أو زيارة موقع الويب: nyc.gov/flu.
- توفر مدينة نيويورك لقاح H1N1 لطلاب المدارس الابتدائية خلال شهر ديسمبر/كانون الأول. فإذا كنتم ترغبون في أن يحصل أطفالكم على اللقاح في المدرسة، فيجب عليكم استيفاء استمارات التقصي والموافقة على لقاح الأنفلونزا عندما يحضرها أطفالكم إلى المنزل. يُسمح لمنسقي شؤون الآباء من وزارة التعليم مساعدة الوالدين في هذا الأمر.
- كما تقيم المدينة خلال شهر ديسمبر/كانون الأول عيادات تلقيح مجانية في عطلة نهاية الأسبوع في جميع أحياء المدينة الخمسة. لمعرفة مواعيد وأماكن التلقيح، يرجى الاتصال بالرقم 311 أو زيارة موقع الويب nyc.gov/flu. هذه العيادات مخصصة للفئات التالية:

- ✓ السيدات الحوامل
- ✓ أي شخص يتراوح عمره من 4 أعوام حتى 24 عاماً (يستثنى الأطفال الأقل من 4 أعوام)
- ✓ أي شخص يتراوح عمره من 25 عاماً حتى 64 عاماً يعاني من حالة صحية مزمنة تزيد من خطورة إصابته بالأنفلونزا
- ✓ أي شخص يعيش مع أطفال أو يعتني بهم ويكون عمرهم أقل من 6 أشهر
- ✓ إضافة إلى تلقي اللقاح، يمكنك القيام بإجراءات أخرى لحماية نفسك والآخرين من الإصابة بالأنفلونزا.
 - ✓ قم بتغطية الفم والأنف عند السعال أو العطس. استخدم الكم أو المنديل الورقي (وليس اليدين) عند السعال أو العطس.
 - ✓ اغسل اليدين دائماً بالماء والصابون، وخاصة بعد السعال أو العطس. أو استخدم منظفاً كحولياً لليدين.
 - ✓ لا تقرب بشدة من الأشخاص المرضى.
 - ✓ إذا أصبت بالأنفلونزا، فامكث في المنزل لحين زوال الحمى.

- يمتثل معظم الأشخاص من الأنفلونزا في وقت قصير من تلقاء أنفسهم، غير أن المرض قد يكون خطيراً لا سيما بالنسبة للسيدات الحوامل أو كبار السن أو الأشخاص الذين يعانون من متاعب صحية أخرى. إليك بعض الأشياء التي يجب عليك تذكرها في حالة إصابتك بالحمى المصحوبة بالسعال أو احتقان الحلق.
 - ✓ توجه إلى المستشفى على الفور إذا أصبت بأي حالة طارئة، مثل صعوبة التنفس. إذا كان المرض ليس حالة طارئة، فليست المستشفى هي أفضل مكان لتلقي العلاج. اتصل بالرقم 311 للحصول على بدائل أخرى.
 - ✓ اتصل بطبيبك إذا كنت حاملاً أو إذا كنت تعاني من حالة صحية مزمنة، مثل أمراض القلب، أو نقص المناعة، أو السكري، أو الربو الحاد.
 - ✓ إذا لم تكن تعرف بالتحديد ما يجب عليك القيام به وترغب في التحدث إلى ممرضة، فيرجى الاتصال بالرقم 311. تتوفر المعلومات والخدمات بجميع اللغات.

يرجى مشاركة هذه المعلومات دون تردد مع أي هيئة أو موقع ويب يمكن أن يتاح للأشخاص الذين ينبغي عليهم معرفة خدمات الأنفلونزا التي تقدمها مدينة نيويورك. شكراً جزيلاً.

Fatima Shama
المفوض
مكتب العمدة لشؤون المهاجرين

Thomas Farley, MD, MPH
المفوض
إدارة الصحة والصحة العقلية بمدينة نيويورك

Alan D. Aviles
الرئيس
مدينة نيويورك
مؤسسة الصحة والمستشفيات بمدينة نيويورك