



احصل على تحصينك من الانفلونزا

مجاني للأشخاص من عمر 65 سنة فما فوق الذين يكونون مؤهلين للحصول على الخدمات الصحية الممولة من المال العام.

لقاح الانفلونزا لا يحميك من فيروس كورونا الجديد (COVID-19)

-  **1** العائلة المحلي او الصيدلي
احصل على التلقيح من طبيب المجتمعى المشارك اعتبارا من 18 مارس 2020
-  **2** السعال و العطس – غطي السعال و العطس بالمناديل او الالبسة و اغسل يديك بعد ذلك لمدة 20 ثانية (اغسل يديك بعد مسح انوف الاطفال)
-  **3** اغسل ايديك بصورة منتظمة - اغسل ايديك بصورة منتظمة بالصابون و الماء لمدة 20 ثانية او استخدم معقم اليد.
-  **4** لا تشارك أواني الطعام - إن وضع ملعقتك أو شوكتك أو عيدان تناول الطعام الخاص بك في طبق مشترك يؤدي الى نشر الجراثيم؟
-  **5** استخدم المناديل عند البصق - إذا كنت بحاجة إلى البصق ، ابصق في المناديل ، وارميها في سلة النفايات و اغسل يديك بعد ذلك.
-  **6** الشعور بالصحة المعتلة - هل لديك الحمى او الرعشة او آلام العضلات او سيلان الأنف اتصل ب **Healthline 0800 611 116** او السعال وآلام المعدة؟ اتصل قبل الوقت لتتحدث الى طبيب العائلة المحلي . المترجمون الفورويون متوفرون عند الطلب.

* إذا كنت غير مؤهلا للحصول على رعاية صحية ممولة من المال العام ، فيمكنك شراء لقاح الأنفلونزا من خلال طبيب العائلة المحلي الخاص بك او الصيدلي المحلي. للمزيد من المعلومات،

اذهب إلى www.healthpoint.co.nz

لقاح الانفلونزا هو وصفة طبية. تحدث إلى طبيب عائلتك، او الى ممرضة أو صيدلي محلي حول الفوائد والمخاطر المحتملة