

## فريدة الحوسني: تناول المكملات الغذائية لا يغني عن تلقي لقاح الإنفلونزا الموسمية



أبوظبي: عماد الدين خليل

دعت الدكتورة فريدة الحوسني، المدير التنفيذي لقطاع الأمراض المعدية في مركز أبوظبي للصحة العامة، أفراد المجتمع ابتداء من عمر 6 أشهر، لضرورة تلقي لقاح الإنفلونزا الموسمية للوقاية من الإصابة، مؤكدة أن تناول واستخدام المكملات الغذائية والفيتامينات المختلفة لتعزيز المناعة، وغيرها، لا يغني عن أخذ اللقاحات، خاصة التي تم تحديدها ذات أولوية تعزيز الوقاية الصحية الفعالة والتصدي للأمراض المعدية.



وقالت إن التغذية الصحية وممارسة الرياضة تعد العوامل الرئيسية في تعزيز مناعة الجسم ومقاومة الأمراض بشكل

كبير، ثم تأتي بعدها المكملات الغذائية التي تساعد في رفع مناعة الجسم، لكن لا تمنع الإصابة بالإنفلونزا، حيث تساعد في تخفيف الأعراض في حالة الإصابة بالإنفلونزا، مؤكدة أهمية تطعيم الإنفلونزا، للوقاية من الإصابة، وتقصي الحالات المصابة، وتحليل النمط الفيروسي للمرض، ما يسهم في تحديد السلالات الرئيسية واتخاذ التدابير الوقائية المناسبة.

وأضافت الحوسني أن تطعيم الإنفلونزا الموسمية متوفر حالياً مجاناً في 111 منشأة ومركزاً صحياً، منها 15 صيدلية موزعة في أنحاء إمارة أبوظبي، ما يحسّن تجربة المرضى، ويعزّز تمتع أفراد المجتمع بأفضل الخدمات الصحية العلاجية والوقائية الممكنة.

وأوضحت أن جميع أفراد المجتمع من عمر 6 أشهر فما فوق، مؤهلون لتلقي تطعيم الإنفلونزا الموسمية، خاصة للفئات الأكثر عرضة للإصابة بالمرض ومضاعفاته، مثل العاملين في القطاع الصحي، والأطفال دون الخمس سنوات، وطلبة المدارس (15 - 18 عاماً)، والنساء الحوامل، والبالغين من العمر 65 عاماً، فما فوق وأصحاب الأمراض المزمنة، وكذلك الحجاج والمعتمرين، إضافة إلى المدخنين.

وأكدت أن التطعيم إحدى أكثر الطرق فاعلية للوقاية من الإنفلونزا الموسمية، ويحمي من سلالات الفيروسات الشائعة التي تسبب الإنفلونزا، ويُجدد سنوياً لضمان قدرته على منح الجسم المناعة اللازمة، وتصل فاعلية التطعيم إلى ذروتها بعد أسبوعين من تلقيه.

يشار إلى أن مركز أبوظبي للصحة العامة، أطلق مؤخراً حملته السنوية للتوعية بالإنفلونزا الموسمية، التي تعنى بتعزيز منظومة الصحة العامة والصحة الوقائية في الإمارة، وتأتي الحملة تحت مظلة برنامج «أوقف العدوى» الذي أطلقه المركز بهدف إلى رفع وعي المجتمع حول مجموعة من الأمراض المعدية وطرق الوقاية منها، والسيطرة عليها، وتندرج تحت مظلته ثلاثة برامج أخرى، وهي حملة التوعية بأهمية «التطعيمات»، ومواجهة «الأمراض المنقولة بالغذاء»، فضلاً عن حملة «مقاومة مضادات الميكروبات».