للمحافظة على
صحة طبيب
الأسنان

Protect yourself, your family, and your patients by getting a flu vaccine this season

لقاح الانفلونزا

*يحمي لقاح الانفلونزا من الإصابة بهذا المرض الذي ينتشر في مواسم معسنة . و على الرغم من أن لقاح الانفلونزا لا يوفر دائماً الحماية الكاملة ، فإنه يوصي التطعيم به .

سوف يوفر لقاح الانفلونزا السنوي لهذا العام حماية ضد فيروس انفلونزا الخنازير H1N1 ، بالإضافة إلى اثنين من فيروسات الأنفلونزا الأخرى التي من المتوقع أن تنشر في موسم الانفلونزا . هناك لقاح جديد يحمي ضد أربعة سلالات من الفيروس سيكون متاحاً أيضا ، وكذلك لقاح انفلونزا خاص جرعة عالية للبالغين بعمر 65 وكبار السن .

الأنفلونزا خمج يصيب الجهاز التنفسي الذي قد يكون له مضاعفات خطيرة ، خاصة عند الأطفال الصغار و كبار السن. ويعتبر لقاح الانفلونزا السبيل الأكثر فعالية للوقاية من يصب الانفلونزا ومضاعفاتها . ويوصى مركز السيطرة على الأمراض والوقاية منها (CDC) بأن يأخذ كل فرد بدءً من 6 أشهر من العمر أو أكثر سنويا يجب عليه أخذ اللقاح ضد الأنفلونزا.

لماذا أخذ اللقاح ؟

- قد تتدهور صحة أي شخص نتيجة إصابته بالأنفلونزا بما في ذلك الأشخاص الذين يتمتعون بصحة جيدة.
- يمكن العدوى بالانفلونزا من المرضى ومن الزملاء في العمل المصابون بالمرض.
- كان الفرد مصاباً بالأنفلونزا، يمكن أن ينشره إلى الآخرين حتى لو كان لا يشعر بالمرض.
- يمكن للطبيب وطبيب الأسنان ومقدمي الرعاية حماية أنفسهم وأسرتهم في المنزل إذا ما أخذو اللقاح .

حقائق عن الأنفلونزا :

- يمكن أن تكون الأنفلونزا من الأمراض الخطيرة التي يمكن أن تؤدي إلى دخول المستشفى و أحيانا الوفاة . وقد يصاب أي شخص بالانفلونزا.
- يمكن أن ينشر مرضى انفلونزا المرض للآخرين . وتنتشر فيروسات الأنفلونزا بشكل رئيسي عن طريق الرذاذ المصاحب للسعال أو عند العطاس أو التحدث . ويمكن لهذه قطرات الهبوط في أفواه أو أنوف الناس الذين هم في موقع قد يصل إلى 6 أقدام بعيدا أو ربما يمكن استنشاقها إلى الرئتين . وبدرجة أقل قد يصاب الفرد بانفلونزا عن طريق لمس سطح أو الكائن الذي يحتوي على فيروس انفلونزا ثم لمس فمه أو أنفه .
- معظم البالغين الأصحاء ينشرون العدوى للآخرين بدءا من اليوم قبل ظهور الأعراض و حتى 5 إلى 7 أيام بعد إصابتهم . قد ينقل الأطفال الفيروس لفترة أعراض أطول تبدأ 1 – 4 يوماً بعد دخول الفيروس أجسامهم . هذا يعني أنك قد تكون قادراً على نقل الفيروس إلى شخص آخر قبل أن تعرف أنك مريض بالمرض كما الأمر عندما تكون مريضاً، قد يصاب بعض الأشخاص بعدوى فيروس الانفلونزا دون ظهور أعراض لديهم . خلال تلك الفترة يستمر هؤلاء بنشر الفيروس إلى الآخرين .
- يعتبر بعض الناس ، مثل كبار السن ، والنساء الحوامل ، والأطفال الصغار جدا، وكذلك الناس الذين يعانون من بعض الحالات الطبية المزمنة من ذوي المخاطر العالية للإصابة بمضاعفات خطيرة من الانفلونزا. وتشمل هذه الحالات أمراض الرئة المزمنة ، مثل الربو ومرض الانسداد الرئوي المزمن (COPD)، مرض السكري ، وأمراض القلب ، والحالات العصبية والحمل.
- نظراً لعمل العاملين في مجال الرعاية الصحية في رعاية أو العيش مع الناس الذين يتعرضون إلى خطورة عالية للإصابة بمضاعفات الإنفلونزا ، لذا من المهم بصفة وجوب تطعيمهم سنويا .
- التطعيم السنوي مهم جدا لأنه لا يمكن التنبؤ بالإصابة بالأنفلونزا ، تتغير فيروسات الانفلونزا باستمرار وينخفض التحصين من التطعيم بمرور الوقت .
- توصي CDC بالتطعيم بلقاح الانفلونزا السنوي باعتباره السبيل الأول والأفضل للحماية من الأنفلونزا. وتبقى هذه التوصية نفسها لسنوات إذا لم تتغير الفيروسات (الفيروسات التي تقي منها اللقاح) لم يتغير عن الموسم

• CDC ، واللجنة الاستشارية لممارسات التحصين (ACIP) ، و ممارسات مكافحة العدوى الرعاية الصحية (HICPAC) نوصي جميع العاملين في مجال الرعاية الصحية في الولايات المتحدة الحصول على تطعيم ضد الانفلونزا سنويا .

• تشمل العاملين في مجال الرعاية الصحية ولكنها لا تقتصر على الأطباء والمرضين و مساعدي التمريض والمعالجين والفنيين و موظفي الخدمات الطبية الطارئة ، عناصر طب الأسنان والصيادلة و العاملين في المختبرات وأطباء التشريح الشرعي ، والطلاب والمتدربين والموظفين التعاقدية لا يعملون في الصحة مرفق الرعاية ، والأشخاص (على سبيل المثال ، رجال الدين ، الغذائية ، تنظيف الغرف ، مرافق غسيل الملابس ، والأمن والصيانة و الإدارية ، والفواتير ، والمتطوعين) لا تشارك مباشرة في رعاية المرضى ولكن يحتمل أن تكون عرضة لل عوامل المعدية التي يمكن أن تنتقل من وإلى العاملين في مجال الرعاية الصحية والمرضى.

السابق .

حقائق حول لقاح الانفلونزا :

يحمي لقاح الانفلونزا الموسمية الذي يدعى اللقاح الثلاثي الذي تم تصنيعه للحماية من ثلاثة قيروسات وهي: فيروسات انفلونزا A H1N1 وفيروس انفلونزا A H3N2 وفيروس انفلونزا B . بالإضافة إلى ذلك صنع لهذا الموسم لقاح ضد أربعة فيروسات ويسمى اللقاح الرباعي .

لا يمكن للقاح الانفلونزا أن يسبب الانفلونزا :

تضع لقاحات الانفلونزا التي تعطى بالحقن بالأبرة حالياً بطريقتين : فيروسات اللقاح المعطلة وبالتالي فهي ليست معدية و لا تضم فيروسات الانفلونزا على الإطلاق (كما هو الحال بالنسبة للقاح الأنفلونزا المؤتلف recombinant) . ويحتوي لقاح الانفلونزا رذاذ الأنف على فيروسات حية. ومع ذلك إضعاف هذه الفيروسات ، وبالتالي لا يمكن أن تسبب مرض الانفلونزا. وتتكيف الفيروسات المضعفة مع البرودة ، مما يعني أنها أعدت كي تسبب فقط عدوى عند انخفاض درجات الحرارة في داخل الأنف . و لا يمكن للفيروسات أن تخمج الرئتين أو غيرها من الأعضاء التي تكون فيها درجات الحرارة مرتفعة .

• لقاحات الانفلونزا آمنة:

من النادر جداً . أن يسبب لقاح الانفلونزا مشاكل خطيرة .ومن أثاره الجانبية الأكثر شيوعا الألم في منطقة حقن اللقاح، أو سيلان الأنف في حالة رذاذ الأنف . وتكونهذه الآثار الجانبية معتدلة عموما ، وعادة تزول بعد يوم أو يومين .

الفئة المستهدفة التي يوصى بإعطاءها لقاح الأنفلونزا :

يعطى اللقاح لكل من لا يقل عمره عن 6 أشهر يجب ان يعطى لقاح الانفلونزا في هذا الموسم . وقد تم وضع هذه التوصية منذ 24 فبراير شباط 2010 عندما صوتت اللجنة الاستشارية CDC على أعمال التحصين (ACIP). وقد وسعت في الولايات المتحدة نطاق الحماية ضد الانفلونزا لتغطي مزيد من الناس .

في حين يجب أن يحصل الجميع على لقاح الانفلونزا في هذا الموسم ، هناك فئات يجب تطعيمها بلقاح الانفلونزا وهي :

– الأفراد الذين هم في خطورة عالية للإصابة بمضاعفات خطيرة (مثل الالتهاب الرئوي) فيما إذا اصيبوا بالانفلونزا.

– الأفراد الذين لديهم بعض الحالات الطبية بما في ذلك الربو ، والسكري، و أمراض الرئة المزمنة .

– النساء الحوامل .

الأفراد الذين تقل أعمارهم عن 5 سنوات (و خاصة أولئك الذين تقل أعمارهم عن عامين) ، و الأفراد بعمر 65 سنة وما فوق .

– الناس الذين يعيشون مع أخرين أو يقدمون الرعاية لهم معرضون لخطورة عالية للإصابة بالمضاعفات الخطيرة.

مقدمي الرعاية الذين يقدمون خدماتهم إلى الأفراد الذين يعانون من بعض الحالات الطبية بما في ذلك الربو ، والسكري، و أمراض الرئة المزمنة . و مقدمي الرعاية المنزلية للأطفال الرضع أقل من 6 أشهر من العمر.

– العاملون في مجال الرعاية الصحية.

اعتبارات خاصة فيما يتعلق بالحساسية للبيض:

ينصح الأفراد الذين لديهم في وقت ما حساسية شديدة للبيض بعدم تطعيمهم . والأفراد الذين لديهم رد فعل معتدل إلى البيض ، يمكن أن يتلقى لقاح الانفلونزا مع اتخاذ احتياطات إضافية .يجب التأكد من أن يكون مقدم الرعاية الصحية على دراسة بتدبير ارتكاسات حساسية ويجب التأكد من أن مزود الرعاية الصحية يتقن ذلك ، وتحتوي معظم أنواع لقاحات الانفلونزا على كمية صغيرة من البيض .

الذين لا ينبغي تطعيمهم بلقاح الانفلونزا ؟

لم تتم الموافقة على لقاح الإنفلونزا للأطفال الذين تقل أعمارهم عن 6 أشهر من العمر .

كما يجب أن لا يعطى الذين لديهم حساسية شديدة للقاح الأنفلونزا .

كما أن هناك بعض الأفراد الذين لا ينبغي تطعيمهم بلقاح الانفلونزا دون استشارة الطبيب أولاً وهم .

• الأشخاص المصابون بمرض معتدل إلى شديد مع أو بدون ارتفاع حرارة .

• الأشخاص الذين يعانون من متلازمة غيان باريه (وهي شلل شديد ، وتسمى أيضا GBS) التي تحدث بعد تلقي لقاح الإنفلونزا، و الأفراد الذين ليسوا في خطر للإصابة بمرض حاد من التلقيح بلقاح الانفلونزا ينبغي بصفة عامة ألا يتلقو اللقاح. كما يجب إخبار الطبيب إذا كان للفرد أي في وقت مضى مصاب بمتلازمة غيان باريه . لمساعدته في تقرير في وجوب التطعيم باللقاح أم لا .

ما هي أنواع لقاحات الانفلونزا الموسمية المتوفرة؟

هناك العديد من الخيارات للقاح الانفلونزا الموسمية لـ 2013–2014 .

يتوافر في الوقت الراهن لقاحات انفلونزا التقليدية المصنوعة لحماية ضد ثلاثة فيروسات الانفلونزا مختلفة (وتسمى اللقاحات " الثلاثية ") ، وبالإضافة إلى ذلك ، قدمت في هذا الموسم لقاحات انفلونزا لحماية ضد أربعة فيروسات انفلونزا مختلفة تسمى اللقاحات " الرباعية " وهي متوافرة أيضاً .

يحمي لقاح الانفلونزا الثلاثي ضد اثنين من الإنفلونزا وهي فيروس أنفلونزا A فيروس الأنفلونزا B . تتوفر لقاحات الانفلونزا الثلاثي التالية :

• جرعة معيارية ثلاثية التي يتم تصنيعها باستخدام فيروس جرى تنميته في البيض . تمت الموافقة على هذه اللقاحات لاستخدامها في الأشخاص اللذين تتراوح أعمارهم بين 6 أشهر وكبار السن . هناك ماركات مختلفة من هذا النوع من اللقاح ، وقد تم الموافقة على كل نوع لعمر مختلف . ومع ذلك ، هناك نوع تمت الموافقة عليه خاص بالأطفال اللذين بعمر 6 أشهر وما فوق.

• جرعة قياسية ثلاثية تضم فيروس جرت تنميته في مزرعة خلايا للأفراد بعمر 18 عاماً وكبار السن .

• جرعة قياسية ثلاثية خالية من البيض ، للأشخاص بعمر 18 حتى 49 عاماً.

• جرعة ثلاثية عالية ، خاصة بأعمار 65 وكبار السن .

• جرعة ثلاثية تحقن داخل الأدمة ، وهي تحقن في الجلد بدلا من العضلات و يستخدم في حقنها إبرة أصغر بكثير من أبر الانفلونزا العادية ، للأشخاص 18 حتى 64 عاماً.

يحمي لقاح الانفلونزا الرباعي ضد اثنين من فيروسات انفلونزا A وفيروسات انفلونزا B .. تتوفر لقاحات الانفلونزا الرباعية التالية :

• جرعة معيارية رباعية

• جرعة لقاح انفلونزا القياسية الرباعية ، تستخدم كرذاذ أنفي ، وذلك للأشخاص الأصحاء من 2 إلى 49 عاماً

كيف تعمل لقاحات الانفلونزا ؟

يعمل لقاح الانفلونزا على الحماية الموسمية ضد فيروسات الأنفلونزا. تشير البحوث بأن هذا اللقاح سيكون الأكثر شيوعا خلال موسم القادم . تتطور الأجسام المضادة في الجسم بعد حوالي أسبوعين من التطعيم. وتوفرهذه الأجسام المضادة الحماية ضد العدوى من الفيروسات التي هي نفسها أو مشابهة لتلك التي استخدمت لصنع لقاح .

The 2013–2014 influenza vaccine provides protection against the following viruses:

- an A/California/7/2009 (H1N1)pdm09-like virus;
- an A(H3N2) virus antigenically like the cell-propagated prototype virus A/Victoria/361/2011;
- a B/Massachusetts/2/2012-like (B/Yamagata lineage) virus.

إذا تلقى الفرد لقاح انفلونزا خلال موسم 2012– 2013 ، هل يحتاج إلى تطعيم هذا الموسم أيضاً؟

نعم. توصي CDC التطعيم السنوي للجميع اعتباراً من عمر 6 أشهر فما فوق. نظرا لتغير فيروسات الأنفلونزا باستمرار، ويختلف تكوين لقاح هذا الموسم عن تكوين لقاح الموسم الماضي .

يجب على الفرد الحصول على لقاح الانفلونزا حين توافره فوراً ، وتعطىاللقاحات بحلول اكتوبر تشرين الاول . ومع ذلك ، ينبغي أن يستمر التطعيم طوال موسم الانفلونزا، حتى في يناير كانون الثاني أو في وقت لاحق .

that are the same as or similar to those used to make the vaccine.

What viruses does the 2013-2014 vaccine provide protection against?

The 2013-2014 influenza vaccine provides protection against the following viruses:

- an A/California/7/2009 (H1N1) pdm09-like virus;
- an A(H3N2) virus antigenically like the cell-propagated prototype virus A/Victoria/361/2011;
- a B/Massachusetts/2/2012-like (B/Yamagata lineage) virus.

Compared to the 2012-2013 seasonal influenza vaccine, the H1N1 component is the same, the H3N2 component is the same*, and the B component is different.

Quadrivalent vaccine this year contains the three viruses listed in the bullets above, and also a B/Brisbane/60/2008-like (B/Victoria lineage) virus. See Quadrivalent Vaccine: Questions and Answers for more information.

If I got vaccinated during the 2012-2013 season, do I need to get vaccinated this season?

Yes. CDC recommends annual vaccination for everyone 6 months and older. Influenza viruses are constantly changing, and the composition of this season's vaccine is different from the composition of last season's vaccine.You should get your flu vaccine soon after it becomes available, and ideally by October. However, as long as flu viruses are circulating, vaccination should continue to be offered throughout the flu season, even in January or later. While seasonal influenza outbreaks can happen as early as October, most of the time influenza activity peaks in January or later. Since it takes about two weeks after vaccination for antibodies to develop in the body that protect against influenza virus infection, it is best that people get vaccinated so they are protected before influenza begins spreading in their community.

More Information لمزيد من المعلومات

Influenza Vaccination Coverage Among Health-Care Personnel — United States, 2012–13 Influenza Season. MMWR Morb Mortal Wkly Rep 2013;62(38);781-786

1 Ahmed F, Lindley M, Allred N, Weinbaum C, Grohskopf L. Effect of Influenza Vaccination of Health Care Personnel on Morbidity and Mortality Among Patients: Systematic Review and Grading of Evidence. Clin Infect Dis 2013; epublished ahead of print.

2 Griffin MR. Influenza Vaccination of Health Care Workers: Making the Grade for Action. Clin Infect Diseases 2013; epublished ahead of print.

Thomas RE, Jefferson T, Lasserson TJ. Influenza vaccination for healthcare workers who care for people aged 60 or older living in long-term care institutions . Cochrane Database of Systematic Reviews 2013, Issue 7. Art. No.: CD005187. DOI: 10.1002/14651858.CD005187.pub4.

CDC. Influenza Vaccination Coverage Among Health-Care Personnel – 2011-12 Influenza Season, United States. MMWR 2012:61:753-757.

CDC COCA Conference Call. Update on Influenza Vaccination for Health Care Personnel: Recent Coverage, Recommendations, Reporting, and Resources. November 15, 2011.

CDC. Influenza Vaccination Coverage Among Health-Care Personnel—United States, 2010-11 Influenza Season. MMWR 2011;60:1073-1077.

CDC. Telebriefing on Influenza Vaccination Among Health Care Personnel and Pregnant Women. Thursday, August 18, 2011.

Vanhems P, Voirin N, Roche S, Escuret V, Regis C et al. Risk of influenza-like illness in an acute health care setting during community influenza epidemics in 2004-2005, 2005-2006, and 2006-2007: a prospective study . Arch Intern Med 2011; 171(2);151-17.

CDC. Prevention and control of influenza with vaccines. Recommendations of the Advisory Committee on Immunization Practices (ACIP), 2010. MMWR 2010;59(No. RR-8).

Apisarnthanarak A, Uyeki T, Puthavathana P, Kitphati R, Mundy L. Reduction of seasonal influenza transmission among healthcare workers in an intensive care unit: A 4-year intervention study in Thailand. Infect Control Hosp Epidemiol 2010; 31(10);996-1003.

Turnberg W, Daniell W, Duchin J. Influenza vaccination and sick leave practices and perceptions reported by health care workers in ambulatory care settings. Am J Infect Control 2010; 38(6):486-8.

CDC. Influenza vaccination of health-care personnel: recommendations of the Healthcare Infection Control Practices Advisory Committee (HICPAC) and the Advisory Committee on Immunization Practices (ACIP). MMWR 2006;55(No. RR-2).

Salgado CD, Giannetta ET, Hayden FG, Farr BM. Preventing nosocomial influenza by improving the vaccine acceptance rate of clinicians. Infect Control Hosp Epidemiol 2004;25:923--8.

Saito R, Suzuki H, Oshitani H, Sakai T, Seki N, Tanabe N. The effectiveness of influenza vaccine against influenza A (H3N2) virus infections in nursing homes in Niigata, Japan, during the 1998--1999 and 1999--2000 seasons. Infect Control Hosp Epidemiol 2002;23:82--6.

Cunney RJ, Bialachowski A, Thornley D, Smaill FM, Pennie RA. An outbreak of influenza A in a neonatal intensive care unit. Infect Control Hosp Epidemiol 2000;21:449--54.

WF, Elder AG, Wallace LA, et al. Effects of influenza vaccination of health-care workers on mortality of elderly people in long-term care: a randomised controlled trial. Lancet 2000;355(9198): 93--7.

Saxen H, Virtanen M. Randomized, placebo-controlled double blind study on the efficacy of influenza immunization on absenteeism of health care workers. Pediatr Infect Dis J 1999;18:779--83.

Wilde JA, McMillan JA, Serwint J, Butta J, O'Riordan MA, Steinhoff MC. Effectiveness of influenza vaccine in health care professionals: a randomized trial. JAMA 1999;281:908--13.

Potter J, Stott DJ, Roberts MA, et al. Influenza vaccination of health care workers in long-term-care hospitals reduces the mortality of elderly patients. J Infect Dis 1997;175:1--6.

People who have had a severe allergic reaction to influenza vaccine should generally not be vaccinated.

There are some people who should not get a flu vaccine without first consulting a physician.

These include:

• People who have a moderate-to-severe illness with or without a fever (they should wait until they recover to get vaccinated), and

• People with a history of Guillain–Barré Syndrome (a severe paralytic illness, also called GBS) that occurred after receiving influenza vaccine and who are not at risk for severe illness from influenza should generally not receive vaccine. Tell your doctor if you ever had Guillain-Barré Syndrome. Your doctor will help you decide whether the vaccine is recommended for you.

What kinds of seasonal flu vaccines are available?

There are several flu vaccine options for the 2013-2014 flu season.

Traditional flu vaccines made to protect against three different flu viruses (called "trivalent" vaccines) are available. In addition, this season flu vaccines made to protect against four different flu viruses (called "quadrivalent" vaccines) also are available.

The trivalent flu vaccine protects against two influenza A viruses and an influenza B virus. The following trivalent flu vaccines are available:

• Standard dose trivalent shots that are manufactured using virus grown in eggs. These are approved for people ages 6 months and older. There are different brands of this type of vaccine, and each is approved for different ages. However, there is a brand that is approved for children as young as 6 months old and up.

• A standard dose trivalent shot containing virus grown in cell culture, which is approved for people 18 and older.

• A standard dose trivalent shot that is egg-free, approved for people 18 through 49 years of age.

• A high-dose trivalent shot, approved for people 65 and older.

• A standard dose intradermal trivalent shot, which is injected into the skin instead of the muscle and uses a much smaller needle than the regular flu shot, approved for people 18 through 64 years of age.

The quadrivalent flu vaccine protects against two influenza A viruses and two influenza B viruses. The following quadrivalent flu vaccines are available:

• A standard dose quadrivalent shot

• A standard dose quadrivalent flu vaccine, given as a nasal spray, approved for healthy* people 2 through 49 years of age

(*"Healthy" indicates persons who do not have an underlying medical condition that predisposes them to influenza complications.)

CDC does not recommend one flu vaccine over the other. The important thing is to get a flu vaccine every year.Nearly all healthy, non-pregnant health care workers, may receive nasal spray vaccine if eligible, including those who come in contact with newborn infants (e.g., persons working in the neonatal intensive care unit, or NICU), pregnant women, persons with a solid organ transplant, persons receiving chemotherapy, and persons with HIV/AIDS.

However, health care providers should not get the nasal spray vaccine if they are providing medical care for patients who require special environments in the hospital because they are profoundly immunocompromised, for example if they work in bone marrow transplant units. This is intended as an extra precaution and is not based on reports of vaccine virus transmission in those settings. The flu shot is preferred for vaccinating health care workers who are in close contact with severely immunocompromised patients who are being cared for in a protective environment. These health care workers may still get nasal spray vaccine, but they must avoid contact with such patients for 7 days after getting vaccinated. See Persons Who Live With or Care for Persons at Higher Risk for Influenza-Related Complications for more information.

No special precautions (e.g., masks or gloves) are necessary for health care personnel who have been vaccinated with nasal spray vaccine and who do not work with patients undergoing bone marrow transplantation.

The role that you and other health care workers play in helping prevent influenza-related illness and death—especially in high-risk patients—is invaluable. By setting a good example and spreading flu facts (instead of the flu itself) among your colleagues and patients, you have the opportunity to save even more lives.

How do flu vaccines work?

The seasonal flu vaccine protects against the influenza viruses research indicates will be most common during the upcoming season. Antibodies develop in the body about two weeks after vaccination. These antibodies provide protection against infection from viruses

flu. These medical conditions include chronic lung diseases, such as asthma and chronic obstructive pulmonary disease (COPD), diabetes, heart disease, neurologic conditions and pregnancy.

•Since health care workers may care for or live with people at high risk for influenza-related complications, it is especially important for them to get vaccinated annually.

•Annual vaccination is important because influenza is unpredictable, flu viruses are constantly changing and immunity from vaccination declines over time.

•CDC recommends an annual flu vaccine as the first and best way to protect against influenza. This recommendation is the same even during years when the vaccine composition (the viruses the vaccine protects against) remains unchanged from the previous season.

Flu Vaccine Facts

• The seasonal flu vaccine protects against the influenza viruses that research indicates will be most common during the upcoming season. Traditional flu vaccines (called trivalent vaccines) are made to protect against three flu viruses; an influenza A (H1N1) virus, an influenza A (H3N2) virus, and an influenza B virus. In addition, this season, there are flu vaccines made to protect against four flu viruses (called "quadrivalent" vaccines). These vaccines protect against the same viruses as the trivalent vaccine as well as an additional B virus.

• Flu vaccines CANNOT cause the flu. Flu vaccines that are administered with a needle are currently made in two ways: the vaccine is made either with a) flu vaccine viruses that have been 'inactivated' and are therefore not infectious, or b) with no flu viruses at all (which is the case for recombinant influenza vaccine). The nasal spray flu vaccine does contain live viruses. However, the viruses are attenuated (weakened), and therefore cannot cause flu illness. The weakened viruses are cold-adapted, which means they are designed to only cause infection at the cooler temperatures found within the nose. The viruses cannot infect the lungs or other areas where warmer temperatures exist.

• Flu vaccines are safe. Serious problems from the flu vaccine are very rare. The most common side effect that a person is likely to experience is either soreness where the injection was given, or runny nose in the case of nasal spray. These side effects are generally mild and usually go away after a day or two. Visit Influenza Vaccine Safety for more information.

Who is recommended for vaccination?

Everyone who is at least 6 months of age should get a flu vaccine this season. This recommendation has been in place since February 24, 2010 when CDC's Advisory Committee on Immunization Practices (ACIP) voted for "universal" flu vaccination in the United States to expand protection against the flu to more people.

While everyone should get a flu vaccine this season, it's especially important for some people to get vaccinated.

Those people include the following:

•People who are at high risk of developing serious complications (like pneumonia) if they get sick with the flu.

•People who have certain medical conditions including asthma, diabetes, and chronic lung disease.

oPregnant women.

o People younger than 5 years (and especially those younger than 2), and people 65 years and older.

• A complete list is available at People Who Are at High Risk of Developing Flu-Related Complications.

• People who live with or care for others who are at high risk of developing serious complications (see list above).

• Household contacts and caregivers of people with certain medical conditions including asthma, diabetes, and chronic lung disease.

• Household contacts and caregivers of infants less than 6 months old.

• Health care personnel.

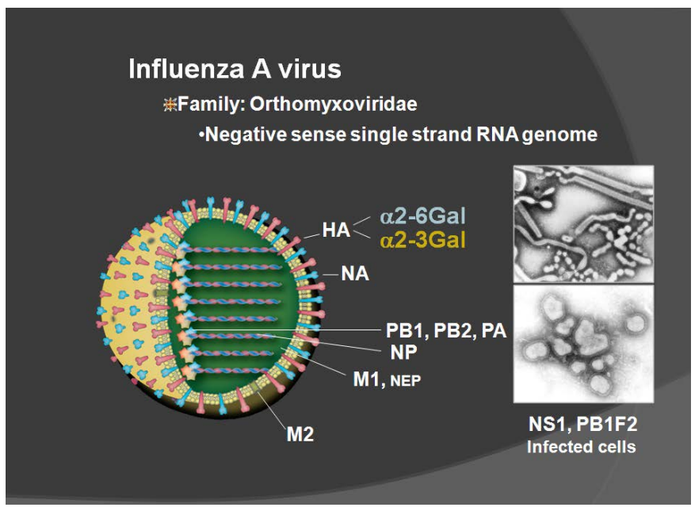
More information is available at Who Should Get Vaccinated Against Influenza.

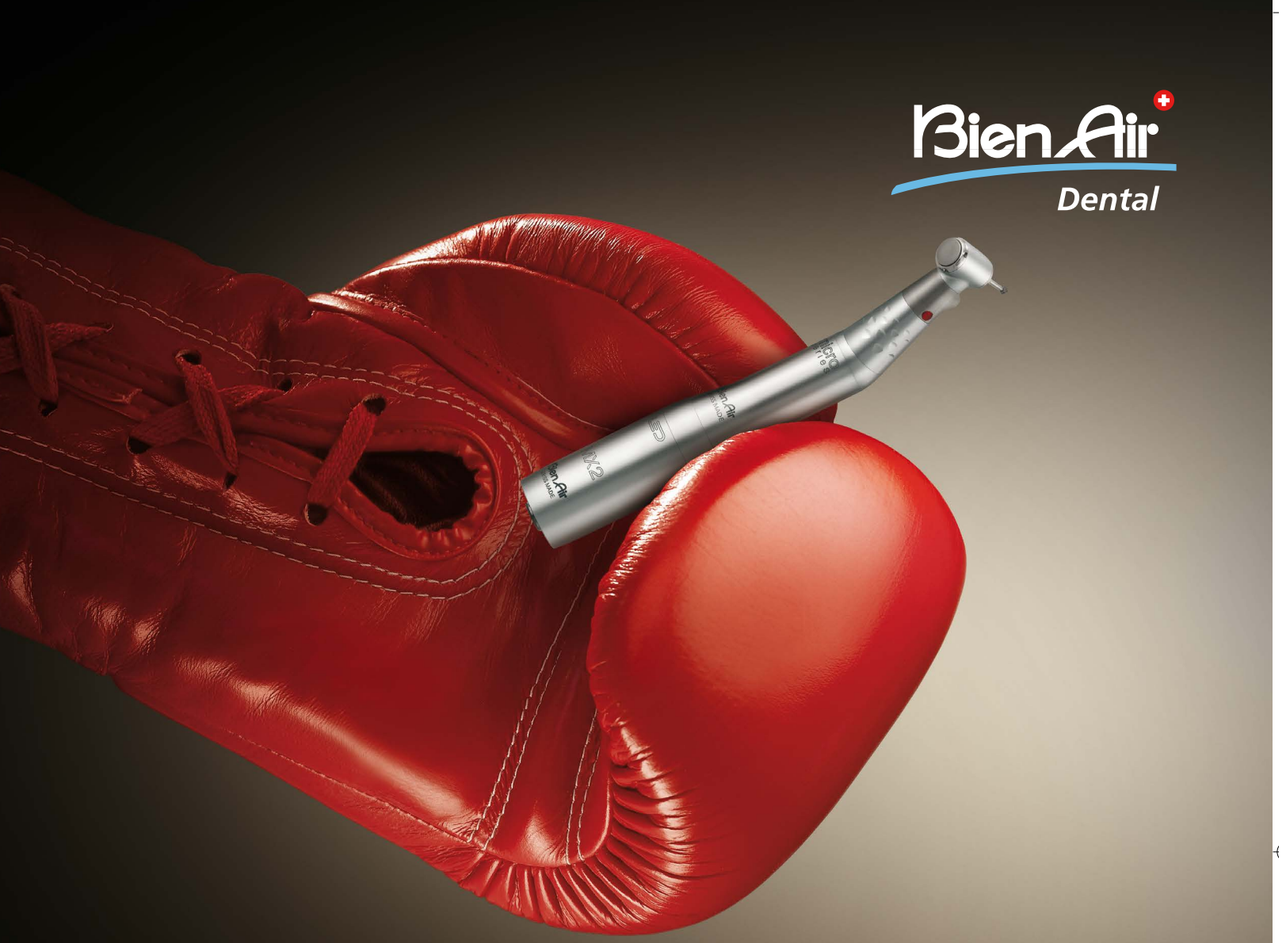
Special Consideration Regarding Egg Allergy:

People who have ever had a severe allergic reaction to eggs may be advised not to get vaccinated. People who have had a mild reaction to egg—that is, one which only involved hives—may receive a flu shot with additional precautions. Make sure your health care provider knows about any allergic reactions. Most, but not all, types of flu vaccine contain small amount of egg.

Who shouldn't be vaccinated?

Influenza vaccine is not approved for children younger than 6 months of age.





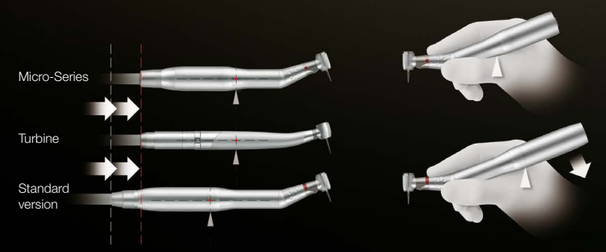
MICRO-SERIES
COMPACT & POWERFUL

micro SERIES LED READY

Micro-Series: welcome to a new dimension.
30% shorter and 23% lighter, Micro-Series offers perfect balance, exceptional power and versatility.

The new Bien-Air Micro-Series offers ultra-short contra-angles and straight handpieces combined with the new state-of-the-art MX2 LED micromotor. With its ultra-compact size, the MX2 offers the same performance as our world leading MX micromotor. This includes power, versatility, and perfect speed control, as well as auto-reverse and torque limitation capabilities ideal for endo.

Micro-Series: welcome to a new dimension.



BIEN-AIR SWISS MADE

Bien-Air Dental SA
Länggasse 60 Case postale 2500 Bienne 6, Switzerland Phone +41 (0)32 344 64 64 Fax +41 (0)32 344 64 91 dental@bienair.com www.bienair.com

Care Of Dentist's Health

Influenza Vaccination Information

for Health Care Workers[1]

Protect yourself, your family, and your patients by getting a flu vaccine this season.

Why Get Vaccinated?

•Influenza (the flu) can be a serious disease that can lead to hospitalization and sometimes even death. Anyone can get very sick from the flu, including people who are otherwise healthy.

•You can get the flu from patients and coworkers who are sick with the flu.

•If you get the flu, you can spread it to others even if you don't feel sick.

•By getting vaccinated, you help protect yourself, your family at home, and your patients.

Influenza (Flu) Facts

•Influenza (the flu) can be a serious disease that can lead to hospitalization and sometimes even death. Anyone can get sick from the flu.

•People with flu can spread it to others. Influenza viruses are spread mainly by droplets made when people with flu cough, sneeze or talk. These droplets can land in the mouths or noses of people who are up to about 6 feet away or possibly be inhaled into the lungs. Less often, a person might get flu by touching a surface or object that has flu virus on it and then touching their own mouth or nose.

•Most healthy adults may be able to infect others beginning 1 day before symptoms develop and up to 5 to 7 days after becoming sick. Children may pass the virus for longer Symptoms start 1 to 4 days after the virus enters the body.

That means that you may be able to pass on the flu to someone else before you know you are sick, as well as while you are sick. Some persons can be infected with the flu virus but have no symptoms. During this time, those persons may still spread the virus to others.

•Some people, such as older adults, pregnant women, and very young children as well as people with certain long-term medical conditions are at high risk of serious complications from the

[1]CDC, the Advisory Committee on Immunization Practices (ACIP), and the Healthcare Infection Control Practices Advisory Committee (HICPAC) recommend that all U.S. health care workers get vaccinated annually against influenza.

•Health care workers include (but are not limited to) physicians, nurses, nursing assistants, therapists, technicians, emergency medical service personnel, dental personnel, pharmacists, laboratory personnel, autopsy personnel, students and trainees, contractual staff not employed by the health-care facility, and persons (e.g., clerical, dietary, housekeeping, laundry, security, maintenance, administrative, billing, and volunteers) not directly involved in patient care but potentially exposed to infectious agents that can be transmitted to and from health care workers and patients.

CDC Department of Health and Human Services Centers for Disease Control and Prevention