

又到一年流感季 疫苗接种正当时

秋冬季节是流行性感冒的高发季。2021年9月16日,中国疾病预防控制中心发布《中国流感疫苗接种预防指南(2021-2022)》(以下简称《指南》)。《指南》发布后,很多人就疫苗接种提出了许多疑问。

流感疫苗适宜哪些人群接种,是否有禁忌?流感疫苗接种最佳时间是什么时候?肺炎疫苗重点接种人群有哪些?流感疫苗与新冠疫苗会冲突吗?本文将对此进行——梳理。

关于流感与肺炎

流感是由流感病毒引起的,可造成大规模流行的急性呼吸道传染病。每年的冬、春两季是流感的高发季节,儿童、老人、高危人群普遍易感。

肺炎是由细菌、病毒、支原体、衣原体等多种病原体引起的感染性疾病,其中肺炎球菌性引起的肺炎最为常见高达83%。当人体免疫力下降时或者患慢性病时,更容易合并患肺炎

关于流感疫苗接种人群

原则上,接种单位应为≥6月龄所有愿意接种疫苗且无禁忌证的人提供免疫接种服务。但新冠疫情的全球大流行还未结束,结合今年新冠疫情形势,为尽可能降低流感的危害和对新冠疫情防控的影响,推荐按照优先顺序对重点和高风险人群进行接种。

具体建议如下:

医务人员,包括临床救治人员、公共卫生人员、卫生检疫人员等;大型活动参与人员和保障人员;养老机构、长期护理机构、福利院等人群聚集场所脆弱人群及员工;重点场所人群,包括托幼机构、中小学校的教师和学生、监所机构的在押人员及工作人员等;其他流感高风险人群,包括60岁及以上的居家老年人、6月龄-5岁儿童、特定慢性病患者、6月龄以下婴儿的家庭成员和看护人员、孕妇或准备在流感季



别注意。

值得一提的是,《指南》中明确指出,鸡蛋过敏不建议作为流感疫苗接种禁忌。

接种流感减毒活疫苗禁忌

《指南》指出,以下人群不建议接种流感减毒活疫苗(LAIV):

接种前48小时服用过流感抗病毒药物者;2-4岁患有哮喘的儿童;因使用药物、HIV感染等原因造成免疫功能低下者;需要与严重免疫功能低下者进行密切接触的人群;孕妇和使用阿司匹林或含有水杨酸成分药物治疗的儿童及青少年;有脑脊液渗透风险的人群;在接种前48小时使用过奥司他韦、扎那米韦,接种前5天使用过帕拉米韦,接种前17天使用过巴洛沙韦者。

由于我国各地流感活动高峰出现的时间和持续时间不同,为保证受种者在流感高发前获得免疫保护,建议最好在10月底之前完成免疫接种。对于10月底前未接种的对象,整个流行季节均可以进行接种。孕妇在孕期的任一阶段均可接种流感疫苗。

肺炎23价多糖疫苗重点接种人群

目前市场上适合老年人的肺炎疫苗只有肺炎23价多糖疫苗(PPV23),有国产和进口两种。

国内专家表示,>2岁感染肺炎链球菌风险增加的人群推荐接种

PPV23,尤其是以下重点人群但不局限于以下人群:

老年人群;患有慢性心血管疾病(包括充血性心力衰竭和心肌梗死)、慢性肺疾病(包括COPD和肺气肿)或糖尿病的个体;患酒精中毒、慢性肝脏疾病(包括肝硬化)及脑脊液漏的个体;功能性或解剖性无脾个体(包括SCD和脾切除);免疫功能受损人群(包括HIV感染者、白血病、淋巴瘤、何杰金病、多发性骨髓瘤、一般恶性肿瘤、慢性肾衰或肾病综合征患者)、进行免疫抑制性化疗(包括皮质激素类)的患者以及器官或骨髓移植患者。

具体按照疫苗说明书规定的使用对象进行接种。通常采用1剂次程序,如需复种,间隔时间应≥5年,一般

建议为免疫抑制的人群进行复种,或按照说明书建议进行复种。

流感疫苗与新冠疫苗会冲突吗?

由于目前缺乏流感疫苗和新冠疫苗同时接种免疫原性和安全性影响的研究证据,因此,参照新冠疫苗接种指南,流感疫苗和新冠疫苗的接种间隔应大于14天。

另外,如正在或近期曾使用过任何其他疫苗或药物,包括非处方药,请接种前告知接种医生。

今年仍是全球新冠疫情持续流行的一年,变异毒株不断来袭,加之秋冬季流感高发,极可能出现新冠疫情与严重流感等呼吸道传染病叠加流行的情况。而且,为防控新冠肺炎疫情,

多数市民今年已接种新冠疫苗,市疾控中心提醒各位市民朋友:完成新冠疫苗全程接种需满14天,方能接种流感疫苗,同时要严格遵循疫情防控的各项措施,按照接种门诊安排的时间段前往接种,减少陪同人员数量,避免在人员聚集的场所停留。配合遵守“预约制、戴口罩、一米线、勤洗手”的防疫措施,共同维护流感疫苗接种的安全环境。

温馨提示:

接种疫苗后不要立刻走,最好在接种地点坐半小时,观察是否有急性过敏反应。在接种当天最好不要洗澡,这是为了避免因过度清洁针口而造成感染。

因个体差异,个别人在注射疫苗后会发生局部红肿、皮疹、发热等不良反应。有些人在接种后总感觉哪儿不舒服,建议多喝一些白开水。有些学龄前儿童接种后容易发烧,也建议多喝水。

一般来说,接种疫苗后24小时内可能会出现发热症状,多数会在24小时内消退。原则上,注射后超过72小时发生的发热,与疫苗相关的可能性变小。接种疫苗引起的发烧一般温度较低,很少超过38摄氏度,一旦体温超过38摄氏度,特别是使用退烧药后降温,停药后回升,建议到医院就诊。接种疫苗后,不要参加过于剧烈的活动。

■ 文字整理

记者 俞晓萌 通讯员 李群
摄影 通讯员 李群



球菌性疾病,如肺炎、中耳炎、脑膜炎、败血症等,同时加重自身性疾病。

依据《中国疾病预防控制中心关于秋冬季新冠肺炎疫情防控应对准备建议的报告》中指出流感、肺炎等呼吸道传染病秋冬季流行将增加新冠疫情防控的复杂性和防控难度,新冠肺炎叠加流感性疾病或者叠加球菌性肺炎性疾病会造成新冠肺炎的诊断难度和

节怀孕的女性。

《指南》还明确指出,以下几种人群接种流感疫苗需注意:

对疫苗中所含任何成分(包括辅料、甲醛裂解剂及抗生素)过敏者,禁止接种;患伴或不发热症状的轻中度急性疾病患者,建议症状消退后再接种;上次接种流感疫苗6周内出现吉兰-巴雷综合征,不是禁忌症,但应特

苏雨朦：我是你坚强的后盾

■ 记者 黄旭 通讯员 李骏

当一个女人选择成为一名军嫂的时候,意味着要承受别人难以想象的艰辛,这种选择是无怨无悔的默默付出和奉献。苏雨朦是市人民医院急救中心的一名普通护士,也是一名军嫂,独自抚养儿子的同时,在自己的工作岗位上默默奉献,用真情温暖着远方服役的丈夫。

今年30岁的苏雨朦,爱人吴明任陆军边防第367团保障处装备保障股股长。与吴明认识到结婚已有10年有余,在这10年的风风雨雨中,她全力支持丈夫工作。吴明在外地工作,常年累月不回家,她独自一人默默地承担着家中的一切,上班工作、操持家务、照顾双方父母、教育还上幼儿园的孩子,用柔弱的双肩默默地支撑着这个温暖的家。由于她的关爱和支持,爱人吴明全身心地投入到工作中,出色地完成了部队的各项任务,多次受到表彰,并在陆军组织的比武竞赛中

取得单科目第一,总评第七名的好成绩,被新疆军区表彰三等功一次,并被所在军分区评选为首届年度榜样。而苏雨朦克服重重困难,努力扮演好一个职业女性和贤妻良母的角色。在家里,她把所有问题都自己扛。孩子生病的时候,父母住院的时候,为了不影晌丈夫工作,她硬是用自己柔弱的双肩扛起了所有家庭重担,很少给丈夫打电话诉苦。记得孩子刚一岁的时候,有一次发高烧到42度,漆黑的夜里她一个人用棉衣裹着孩子去医院,这时候她多想给丈夫打个电话,但她没有,因为她知道,即使打了,丈夫也回不来,还要他担心,丈夫是属于军队这个大家庭的,自己不能因小家而误大家,作为一名军人的妻子,这些都是她应该承受的,她也对此由衷地感到自豪和欣慰。

成为军人的妻子后,原来无忧无虑、无牵无挂的她挑起了家庭的重担,她不再是独立的自己,不再有那么多属于自己的时间和空间。在孩子尚未

出世时的那段非常时期里,丈夫远在千里之外,忙着部队的工作,她每天上下班来回奔波,克服了严重妊娠反应,骑车上下班劳累等种种困难,毅然坚持到临产的当天才请了产假,她把心血投入到她所挚爱的医护事业。每次院方有任务下达,她总是第一个报名,并很好地完成了下达给科室的各项任务。在与科室同事共同工作、共同学习的过程中,她始终奉行“以心换心”的处事为人原则,因此建立了良好的人际关系,无论是科室领导、平级同事还是实习学生等,都能与他们融洽地相处。当实习学生在工作 and 生活中遇到不懂不会的问题时,她会主动地给予建议;当其他同事承担任务时,她会主动帮忙,及时给予帮助,得到了同事们的一致好评。

作为一名军嫂,她勤俭持家,尊老爱幼,孝敬公婆,任劳任怨,努力维持家庭的和谐。家里的大事小事都和公婆商量,一家人非常和睦。为了减轻家里的负担,她两年来没有买一件像样的衣

服,大部分的钱用在接济父母、还房贷和儿子的教育上。由于丈夫常年工作在外,一年到头难得一起回几次家,独自一人照顾儿子和公婆对她来说已经习以为常了,由于常年劳累,自己的身体也日渐消瘦,她却总是不在乎,把自己的一腔热血都放在她所热爱的医护事业和她至爱的家人身上。

苏雨朦心地善良,团结邻里,乐于助人,不光孝敬自己的父母,还把小区里的大叔大妈当作自己的亲人,不管亲戚邻里,谁家有困难,她总是出主意、想办法,热心相助,千方百计地解决亲戚邻里的燃眉之急。闲暇时间,她也会陪小区里的大叔大妈聊聊天,给他们捶捶背。在她出现的地方,气氛总是那样活跃、融洽,关系总是那么亲近、平和。

“我守家、你卫国”苏雨朦多年来用实际行动诠释了新时代最美军嫂无私奉献的高尚品格,2021年,她获评淮北市“最美军嫂”称号,也无愧于光荣的称号。



秋冬季谨防诺如病毒

诺如病毒是引起腹泻的一种常见病毒,具有传播速度快、传播能力强、病毒变异快等特点。秋冬季是诺如病毒感染性腹泻的高发季节,淮北疾控在此提醒:公众应做好诺如病毒感染的预防工作,降低感染风险。

诺如病毒,又称诺瓦克病毒(Norwalk Viruses, NoV),是引起成人和儿童病毒性急性胃肠炎的重要病原体,也是婴幼儿散发性胃肠炎的常见病原。这一病毒主要通过人传人、经食物和经水传播。人传人指可通过粪-口途径、摄入粪便/呕吐物气溶胶、间接接触被排泄物污染的环境进行传播;经食物传播是通过食用被诺如病毒污染的食物进行传播;经水传播可通过被污染的桶装水、井水等进行传播。

诺如病毒感染潜伏期较短,通常24-48小时内发病。发病以轻症为主,最常见症状为腹泻和呕吐,部分患者伴有恶心、腹痛、头痛等。儿童以呕吐为主,成人以腹泻为主,腹泻多为水样便,无血便,严重时可引起腹泻脱水致死。目前对诺如病毒尚无疫苗和特效药物,但一般情况下无需特殊治疗,大部分患者在2-3天即可自愈。

一旦出现腹泻、呕吐等症状,要立即就医并隔离,隔离期为症状完全消失后72小时。特别是学龄儿童和食品从业者诺如病毒感染后,应做好居家隔离,以免引起更大范围内传播。如感染者为食品加工者、幼儿园保育员等从事食品加工及儿童服务人员,隔离措施与一般人员相同,但需连续2次检测阴性才可恢复工作。隔离期间,做好患者粪便、呕吐物的处理和清洁消毒。患者的呕吐物/粪便应用一次性吸水材料(如纱布、抹布等)沾取5000mg/L~10000mg/L的含氯消毒液完全覆盖污染物;对于污染的床单、衣物等,应先将固体污秽物移除后浸在有效氯为500mg/L的含氯消毒剂溶液内30分钟,然后戴手套清洗。

病毒来袭,预防为先。预防诺如病毒感染有哪些措施?其一,注意手卫生。饭前、便后、加工食物之前要用洗手液(肥皂)和流动水冲洗至少20秒。其二,养成良好的饮食卫生习惯。不喝生水,不食生食。食物要充分煮熟煮透,尤其生蚝、贝类等海鲜。同时,食品加工过程做到生熟分开,避免交叉污染。

来源:淮北疾控