



# 流感=感冒?接种流感疫苗须知这几点

**健康专刊**



找记者 上壹点

B02

齐鲁晚报  
齐鲁壹点

2021年12月17日  
星期五

关注健康生活

齐鲁晚报·齐鲁壹点  
记者 徐良

冬季流感迎来暴发季，“邪恶”的流感病毒来势汹汹，但我们还有一项预防流感最有效的手段——流感疫苗。那么，流感和感冒到底有什么不同？打了流感疫苗就不会得流感或感冒了吗？今天疾控健康教育课堂为您一一解答。

## 1、普通感冒不等于流行性感冒

普通感冒与流行性感冒虽然都包含“感冒”二字，而且症状也很相似，但两者其实是不同的疾病。从病因方面讲，普通感冒可由多种病毒引起，流行性感冒由流感病毒引起。从症状上讲，普通感冒会出现流鼻涕、鼻塞、咽痛、咳嗽、打喷嚏等，一般不发烧或发低烧，少有并发症；流行性感冒会出现关节疼痛、高烧、畏寒、咳嗽、喉咙痛等，易引发肺炎、脑炎、心肌炎等并发症。在预防手段上讲，普通感冒通过勤洗手、多通风、酌情增减衣物即可预防；流行性感冒除普通感冒的预

防手段外，每年接种流感疫苗是预防流感及其并发症最有效的手段。另外，普通感冒没有季节性，以散发为主；流行性感冒以秋冬季为主，可致暴发、流行甚至大流行。

## 2、打了流感疫苗并不等于不得流感或感冒

很多家长不愿意给孩子打流感疫苗的一个原因是：打了流感疫苗，还是感冒了。这是因为流感疫苗只针对流感病毒有预防作用，并不能预防流感病毒以外其他细菌病毒等病原体引起的普通感冒。同时，也没有任何一种疫苗的保护力能达到100%。通常流感的潜伏期为1—4天，如果在疫苗产生抗体之前已感染病毒，就会出现接种疫苗后还是得了流感的情况。

## 3、流感疫苗需要每年接种

流感病毒易变异，每年流行的毒株可能与往年不同，流感疫苗必须能够应对当前流行季流行的毒株，因此每年的疫苗成分也有调整。这就意味着上一流行季的疫苗对下一流行季的流感病毒毒株可

能是无效的。由于流感疫苗通常在接种2周后才能发挥有效的保护作用，因此最好在10月底前完成接种，如10月底前未接种，可在整个流行季完成流感疫苗接种。接种流感疫苗后，产生免疫保护作用一般可持续6—8个月，且随时间推移疫苗保护效果会逐渐衰减，所以流感疫苗需要每年接种。

## 4、流感疫苗安全有效，但也可能出现不良反应

接种流感疫苗是安全且有效的，但和其他疫苗一样，接种流感疫苗也可能会出现不良反应，如低热、乏力、头痛等轻微症状及接种部位的红肿、疼痛等局部反应，一般都很轻微，无须特殊处理，1—2天会自然消失。

## 5、三价疫苗和四价疫苗对应人群有所不同

6—35月龄的婴幼儿适于三价流感病毒裂解疫苗（儿童剂型0.25毫升）。3岁以上的孩子及成人适于三价流感病毒裂解疫苗（成人剂型，0.5毫升）或四价流感病毒裂解

疫苗（成人剂型，0.5毫升），两种疫苗皆可。建议所有大于等于6月龄无禁忌人群每年接种流感疫苗。

## 6、流感疫苗和新冠疫苗接种建议

参照我国《新冠病毒疫苗接种技术指南（第一版）》的建议，流感疫苗与新冠病毒疫苗接种间隔应大于14天，具体情况分为：可在接种流感疫苗14天以后接种新冠病毒疫苗；或在完成新冠病毒疫苗全程接种程序14天后接种流感疫苗；或者在两剂新冠病毒疫苗之间接种流感疫苗，即在接种第1剂次新冠病毒疫苗14天后接种流感疫苗，再间隔14天后接种第2剂次新冠病毒疫苗。



## 宝宝手上长“倒刺” 千万别撕

近日，一位11月龄患儿因拔倒刺致甲周脓肿到德州市妇幼保健院儿外科就诊治疗，目睹宝宝遭受痛苦，宝妈对自己未能正确处理倒刺感到非常后悔。甲周的倒刺也叫“逆刺”，是一种常见的甲周皮肤问题，是角质层过于干燥而发生分离所致。甲周皮肤缺乏毛囊，没有皮纹和皮脂腺，比较脆弱，遭受损伤后容易发生感染、过敏反应等。

有些家长认为甲周的倒刺拔除后的伤口不需要处理，会自己长好。实际上，因为宝宝经常吸吮手指污染伤口，细菌会大量繁殖引起感染、溃烂。严重的可能会引起指端皮肤缺血坏死、骨髓炎，甚至危及生命。

预防倒刺最有效的方法是保湿。建议家长给宝宝用幼儿专用洗手用品，洗手后及时涂抹润肤霜。平时洗手的时候最好不要用洗手液或肥皂，因为这些洗涤剂都是碱性的，会导致倒刺生长。长了倒刺怎么办呢？合理的方法是用指甲剪把倒刺剪掉，千万不要撕扯，也不要咬。如果倒刺已经破口出血，千万不要直接冲水或外敷药粉，可以用碘伏进行消毒，注意2—3天内尽量避免伤口碰水。一般情况下，只要规范消毒，保持伤口干燥，伤口会在2—3天后愈合。如果后期伤口没有长好，反而变得红肿，要及时到医院进行处理。

德州市妇幼保健院儿外科咨询电话：0534—2310273。  
(李红)

德州市第二人民医院胸外科

## 单孔胸腔镜精准清除4个肺结节

三个月前，40岁的胡老师参加了学校组织的体检，肺CT检查发现右肺上叶有4个肺结节，大者7mm，最小的3mm，都是磨玻璃结节。他辗转省级医院和市级医院检查，均建议3个月后随访观察。近期，复查肺CT结节仍然与原来一样，没有变化。

如果做手术就切右肺上叶，这样4个结节能够“一网打尽”。但是，胡老师又纠结切除的正常肺组织过多，影响他的生活和工作，没有同意进行手术治疗。他又到德州市第二人民医院胸外科肺结节中心找到首席专家、胸外科主任王春堂咨询。

王春堂仔细查看了胡老师肺结节的位置、形状、大小、密度和前后变化情况，建议他密

切观察随访，如果压力大，也可以选择采用3D重建规划加精准定位技术，在保留右肺上叶的基础上一次性分别切除4个肺结节，既保证肺结节切除彻底，又最大限度保留正常的肺组织和肺功能。

胡老师决定不再随访观察，也不去外地大医院手术，继续在德州市第二人民医院治疗。经过认真准备，王春堂带领团队采用单孔胸腔镜微创手术完整地把4个肺结节切除并送术中快速病理，结果回报有3个结节是早期微浸润腺癌，1个肺结节为良性。王春堂根据病理结果又继续为胡老师清扫区域淋巴结，即保留了右肺上叶，又做了肺结节的完全切除，手术非常成功。胡老师术后快速康复，仅6天就顺利出院了。

近年来，越来越多市民通过体检查出肺结节。肺结节要不要治？王春堂说，准确筛查和评估肺小结节的性质，对于肺癌的早期诊断和早期治疗有着重要的意义。肺结节需要专业医生的专业判断，有人认为发现肺结节之后，不管是好是坏，趁早一刀手术切除了事，以免以后它发展成肺癌。这种观点是不正确的，因为有的肺结节需要积极手术，有的需要保守治疗。胸外科医生会根据肺结节的术前CT表现、术中真实表现和术后病理表现，来判断肺结节的良恶性，同时知道什么时候切除最合适，如何切除才能保存更多的肺功能等，有时候暂时不切除对病人也是安全的。

(张月华)

德州市中医院

## “三九贴”开始预约啦

2021年冬病冬治三九贴时间已到，德州市中医院根据多年经验，研制独特贴敷秘方，治疗哮喘、风湿腰腿痛、慢性胃炎等疾病疗效显著，价格费用低，操作简便，不仅可以巩固三伏贴疗效，更对白领上班族亚健康调理及中老年人冬季养生有很大裨益。

### 贴敷时间：

今年冬季共贴敷3次，每9天贴敷一次。可以选择在一九、二九、三九的第一天进行贴敷，也可以根据自身情况选择时间。

贴敷时间：2021年12月21日—12月29日（一九）；2021年12月30日—2022年1月7日（二九）；2022年1月8日—1月16日（三九）。

### 贴敷地点：

东院区：德州市天衢东路1165号市中医院康复医学科（咨询电话0534-7905070）、治未病科（咨询电话：7905177）。

西院区：德州市东方红路461号市中医院门诊楼一楼针灸科（咨询电话：7905207）。

### 三九贴适应症：

1、呼吸系统疾病：易感冒者、咳嗽、慢性支气管炎、支气管哮喘、慢性阻塞性肺病、肺心病、过敏性鼻炎、慢性鼻炎、咽炎等。

2、消化系统疾病：虚寒性胃痛、慢性胃肠炎、腹泻、消化不良、厌食等。

3、骨关节疾病：颈椎病、肩周炎、颈肩腰腿痛、腰椎病、风湿病、类风湿关节炎、退行性骨关节病变等。

4、妇产科疾病：月经不调、痛经、产后头痛、坐月伤风、慢性盆腔炎等属寒症者。

5、小儿疾病：体虚易感、哮喘、支气管炎、消化不良（疳积）、慢性腹泻、厌食、遗尿、生长发育迟缓等。

### 三九贴禁忌症：

1.有严重心肺功能疾病、恶性肿瘤、严重糖尿病、合并有肝、肾、造血系统等疾病患者；

2.哮喘急性发作期、咳嗽剧烈、肺炎、急性发热等患者；

3.孕妇及2岁以下婴幼儿；

4.皮肤长有疮、疖以及有破损者；

5.对贴敷药物有明显皮肤过敏及接触性皮炎者；

6.阴虚火旺人群。

(刘珊珊)

□□美编：  
徐赵秋良