



# 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

□ 美编：赵秋红  
□ 编辑：徐秋良

# 流感=感冒?接种流感疫苗须知这几点

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,流感疫苗必须要能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。



德州疾控健康教育

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.皮肤长有疱、疖以及有破溃者;  
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)

## 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“逆剥”,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,因为宝宝经常吮吮手指污染伤口,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,也不要牙齿咬。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)