



身体周刊



扫码看更多内容
A12-13

齐鲁晚报
2021年4月25日
星期日

医学、健康、服务、科普

壹点问医

齐鲁晚报·齐鲁壹点
记者 陈晓丽

济南市莱芜区市中社区卫生服务中心宋文静介绍,接种疫苗是预防控制传染病最有效的手段。疫苗接种的普及,避免了无数儿童残疾和死亡。各国政府均将预防接种列为最优先的公共预防服务项目。

在哪里可以找到孩子接种疫苗的相关信息?

宋文静介绍,孩子出生后办理的预防接种证上都有需要接种疫苗的名称、接种时间等信息。同时,也可登录中国疾病预防控制中心免疫规划中心网站(<http://nipp.chinacdc.cn/>)、当地疾病预防控制中心网站获取相关信息,或到当地疾病预防控制中心或预防接种单位咨询。

为什么一定要按免疫程序进行预防接种?

济南市杆石桥办事处社区卫生服务中心苗智莹介绍,不同疫苗,有不同的免疫程序,这是根据抗体水平在人体内变化、疾病感染风险、临床试验和多年科学实践为依据而制定,确定开始接种年龄和接种间隔。

如乙肝疫苗、百白破联合疫苗、脊灰疫苗等,至少需要完成3剂接种,才能使儿童身体产生足够的免疫力。随着孩子长大,身体内原有通过接种疫苗获得的免疫力也会逐渐下降。因此,有些疫苗还要进行加强免疫。

为什么有些疫苗需要加强免疫?

苗智莹介绍,基础免疫所获得的特异性抗体,有些无需加强免疫;有些在体内只能维持一段时间,待身体内抗体浓度降低时,应再接种,通过再次接种刺激机体产生抗体,使抗体维持在足以抵抗病原体的水平。

如果孩子错过了疫苗接种,如何补种?苗智莹介绍,如果孩子由于发热或过敏等原因错过了接种疫苗时间,应当在症状消除、恢复健康后尽快去当地预防接种门诊或指定地点补种。家长可电话咨询接种点询问补种安排。

为什么有的疫苗接种1剂,有的要接种多剂?

省疾控中心专家介绍,不同的疫苗接种后,产生抗体水平不一样,为保证预防疾病的抗体水平和持久性,有些疫苗需要接种多剂次。

根据免疫程序,有的疫苗需要接种1剂,如卡介苗;有的疫苗需要接种2剂—4剂,如乙肝疫苗、甲肝疫苗、百白破联合疫苗、麻腮风联合疫苗等。在每种疫苗上市之前,都要经过科学、严格的临床试验,得出接种几剂、多大剂量、间隔多长时间可以达到最佳免疫效果的结论。

接种疫苗后有哪些注意事项?

错误1:蒙住孩子的眼睛

孩子害怕打针,有些家长就蒙住孩子的眼睛。对于晕针的孩子,不看针头也许有用,但对于小宝宝来说,蒙住眼睛更容易让他产生害怕心理。家长引导孩子打针时,可以让他转过头去,用别的东西吸引注意力,这样孩子就不会那么害怕了。

错误2:紧紧按住孩子上半身

孩子害怕打针时会挣扎,特别是大孩子,有些家长就会紧紧拽住孩子上半身,按住他的胳膊让医生打针。结果却忘了孩子下半身能动,两条腿甩起来不仅会踢到别人,还容易导致孩子被划伤。

错误3:哄骗或暴力

为孩子乖乖跟着去医院打

『宝』护健康一起苗苗苗

今天『全国儿童预防接种日』,你关心的问题都在这里



疫苗免疫程序

乙肝疫苗

接种3剂次,儿童出生时、1月龄、6月龄各接种1剂次,第1剂在出生后24小时内尽早接种。

卡介苗

接种1剂次,儿童出生时接种。

脊灰疫苗

口服4剂次,儿童2月龄、3月龄、4月龄各口服脊灰疫苗(液体)1剂次,4周岁口服脊灰疫苗(糖丸)1剂次。

无细胞百白破疫苗

接种4剂次,儿童3月龄、4月龄、5月龄和18—24月龄各接种1剂次。

白破疫苗

接种1剂次,儿童6周岁时接种。

麻疹疫苗

接种1剂次,儿童8月龄时接种。

麻腮风疫苗

接种1剂次,儿童18—24月龄时接种。

乙脑减毒活疫苗

接种2剂次,儿童8月龄和2周岁各接种1剂次。

A群流脑疫苗

接种2剂次,儿童6—18月龄时接种2剂次,接种间隔3个月。

A+C群流脑疫苗

接种2剂次,儿童3周岁和6周岁各接种1剂次。

甲肝疫苗

甲肝减毒活疫苗接种1剂次,儿童18月龄时接种。在部分试点地区使用甲肝灭活疫苗,甲肝灭活疫苗接种2剂次,儿童18月龄和24—30月龄时各接种1剂次。

(仅供参考)

4月25日是第35个全国“儿童预防接种日”,主题是“接种疫苗,预防疾病,守卫健康,守护一生”。每个孩子都是父母的宝贝,从孩子出生,接种第一针乙肝疫苗和卡介苗开始,疫苗就和孩子健康建立了紧密联系。安全接种疫苗,从全面了解开始。

省疾控中心专家介绍,接种疫苗后应用棉签按住针眼几分钟,不出血时方可拿开棉签,不可揉搓接种部位。接种完毕后,需要在接种门诊留观区休息30分钟,如果有明显的不良反应,可以及时找医生就诊。

接种后要让宝宝适当休息,多喝水,注意保暖,防止引发其他疾病。接种疫苗的当天不要给孩子洗澡,但要保证接种部位的清洁,防止局部感染。接种百白破疫苗后,若接种部位出现硬结,可在接种后第二天开始热敷以帮助硬结消退。

接种疫苗后,如果宝宝出现轻微发热、食欲不振、烦躁、哭闹

的现象,家长不必担心,这些反应一般几天内会自动消失。如果反应强烈且持续时间长,就应该立即带孩子到医院就诊。

如何保障疫苗的质量安全?

疫苗的质量安全管理有一系列的保障措施。在疫苗生产制造过程中,国家药品监管部门对企业的生产、制造标准都有明确要求,疫苗在获得注册前必须经过严格的动物实验和临床研究,并在疫苗上市使用前实施严格的批签发制度。此外,国家药品监管部门还会对已经上市的疫苗进行抽检。

抱孩子打疫苗 别犯这些错误

针,有些家长就会哄孩子说:“我们去找阿姨拿糖吃。”结果等孩子到了医院发现竟然是打针,他的对抗情绪就更重了。还有些家长在孩子不听话时就恐吓他,“不听话就带你去打针。”这种做法也会导致孩子越来越恐惧打针。

错误4:低估孩子的紧张

有些孩子打针时看着挺勇敢,不哭也不闹,家长就会放松警惕,没用力抓住孩子的胳膊,谁知针头还没下去,孩子就紧张地乱动,很容易被划伤。

错误5:穿太多衣服

孩子穿太多衣服,家长怕孩子着凉不肯脱掉,只露出一小点皮肤来让医生扎针。但露出部位太少不仅影响消毒效果,还会影响

医生找准位置。建议带孩子去打针,要穿宽松一点、容易穿脱的衣服,打完针后再把厚衣服裹上。

抱孩子打预防针的正确姿势

- 1.当需要在孩子左上臂打针时,家长可以坐下来,让孩子面对面坐在自己腿上,或让孩子站在面前。
- 2.在打针过程中,家长左手环抱孩子,让他的头靠在你的左肩上,孩子右胳膊伸到家长身后;然后用右手臂固定孩子双腿,右手握住孩子左手,防止他乱动。如果是站立位,家长可以用大腿夹住孩子双腿固定他的身体。
- 3.左上臂打针时,孩子的左手应该叉腰,以方便医生打针。

◎医探007

涵涵今年刚满1岁,最近几天他总爱用手打自己的头,涵涵妈妈很担心。“经过检查,孩子身体没什么问题,打头只是孩子贪玩的一个习惯动作。”山东省妇幼保健院儿童保健科主治医师贾佳说,父母可以通过孩子的表情和举止,观察、分清宝宝的小动作是疾病还是贪玩。

齐鲁晚报·齐鲁壹点记者 王小蒙
实习生 杨文慧

宝宝习惯性打头要及时分散注意力

贾佳提醒父母,如果宝宝打头时边拍打边开心地笑,可能只是宝宝觉得好玩的一个习惯性动作,家长可以用玩具或其他活动分散宝宝注意力。如果随着宝宝月龄增加,症状持续加重,就应该带孩子及时去神经内科就医,排除行为障碍等问题。

“还有些宝宝爱打头是寻求刺激,开始时可能是偶然碰撞,发现很刺激,于是慢慢就形成打头的习惯。解决办法主要是让他的手有事干,注意力分散到其他方面,渐渐地就不做这个动作了。”

贾佳建议,如果宝宝出现频繁拍打自己头部的现象,应尽快排除是否疾病导致。如果是疾病导致的,要在医生指导下对症治疗。如果只是宝宝的一个试探性行为,可以尝试用其他方式来吸引宝宝注意力,不要强行制止,而是要在和宝宝互动中逐渐转移注意力。

宝宝身体不舒服爱打头 这些小细节要清楚

贾佳提醒,一定要注意宝宝的日常卫生,经常给宝宝洗头,因为头皮长疹子时,有些宝宝无法准确地抓痒,就会出现用手打头的行为。

“出牙期的宝宝牙龈会红肿、痛,有的宝宝就会通过打头来表达自己的不舒服。宝宝出牙可以隐约看到口腔局部牙龈发白或稍微充血红肿,触摸牙龈时有牙尖样硬物感。而牙龈肿痛和不舒服是出牙过程中不可避免的。引起宝宝肿痛的原因是牙床发炎,宝宝长第一颗牙及白齿时最不舒服,处于这个阶段的宝宝会烦躁哭闹。”贾佳说。

如何缓解宝宝的不适呢?贾佳建议,可以用纱布蘸冷开水擦拭宝宝肿胀的牙床,达到按摩和冷敷肿胀牙床的双重功效。也可适当给宝宝使用冷藏过的牙咬胶,也能缓解出牙的不适。

生病也会导致宝宝打头 及时诊治很重要

很多疾病带来的不适也会引起宝宝打头行为,这就要求父母多观察。

比如,头痛也能引起宝宝打头的行为。“小儿时期的头痛,最常见的就是高热。当体温升高时,代谢产物增加,血流加快,脑部血管充血,便引起头痛,孩子会烦躁不安、打击头部。”贾佳提醒,宝宝头痛时不要太过紧张,这种头痛通常在退烧之后会减轻或消失。如果孩子是因感冒发烧引起的头痛,应遵医嘱吃一些解热镇痛药物,设法将体温降下来,同时保持室内空气流通,凉爽但不寒冷,让孩子安静地睡一觉,有利于症状的缓解。

中耳炎也会引起宝宝打头的现象。中耳炎会导致宝宝出现耳痛症状,有时甚至可以见到耳朵流脓。月龄小的宝宝不会说话,可能就用打头的方式来表达。贾佳说,中耳炎在六个月到三岁的儿童中最常见,表现为易发怒、耳痛、发烧、耳朵流脓、睡眠不好和听力障碍等。这种原因导致的头痛,应立即去医院诊治,以免影响日后听力。

□美编:马秀霞
□策划:陈玮

□组版:颜莉
□编辑:于梅君