

老年人现在打疫苗晚不晚

患有基础病但病情稳定者可以接种

通常接种疫苗后1周—2周开始产生抗体,全程免疫后4周产生的抗体能够达到较高水平,意味着产生了较好的保护作用。如是加强免疫,因有免疫记忆,接种疫苗后产生的抗体会比基础免疫产生得更快。疫苗接种后产生抗体,尤其是高水平的抗体需要一定时间。

在目前新冠流行的情况下,建议没有完成接种的老年人尽快接种,尽快按照程序完成全程和加强免疫,使疫苗的保护作用得到更好发挥。



1 有基础病的老人是否一直不能接种?

既往接种疫苗时发生过严重过敏反应,如过敏性休克、喉头水肿,这类属于严重过敏反应,也是最明确的接种禁忌症,不能接种。

有基础性疾病评估后不能接种,大多数属于暂时缓种,不属于接种禁忌。后期病情稳定后或特殊的治疗结束后就可以考虑接种。

老年人和慢性基础性疾病的人,是新冠病毒感染后容易导致重症和死亡的高风险人群,一方面要做好自身防护,另一方面病情稳定后,要尽快完成疫苗接种。

2 接种新冠病毒疫苗后还可能感染是不是没有必要接种?

接种新冠病毒疫苗可以预防感染发病,也可以预防重症和死亡。接种新冠病毒疫苗预防重症和死亡的效果是显著的。

世界卫生组织以及各个国家和地区,都在推动新冠病毒疫苗接种。

大量的监测和研究显示,与接种新冠病毒疫苗的人相比,未接种疫苗的人患病风险、重症和死亡风险高出很多。这种风险通过疫苗接种可以大大降低。

3 独居老人是否还有接种疫苗的必要?

独居并不意味着与社会完全隔离。新冠流行早期因传染源不广泛,对大多数人来说感染的风险相对较低。但当前的奥密克戎变异株传染性强、传播速度快、传播过程隐匿,每个人感染病毒的风险都在增大,包括独居老人。

老年人一方面免疫力在衰退,另一方面大多有基础性疾病,感染病毒后重症风险较高。建议不管是独居还是与家人同住的老年朋友尽快接种疫苗,自己得到更好的保护,也使家人安心。

4 老人的不良反应比青壮年高还是低?

疫苗不良反应是因疫苗本身固有的特性,以及受种者个体的差异因素,接种疫苗之后可能会有少数人出现一些与预防接种目的无关或者意外的反应。疫苗不良反应包括一般反应和异常反应。

我国目前在持续进行新冠病毒疫苗疑似预防接种异常反应监测工作,60岁及以上老年人群新冠病毒疫苗不良反应总体报告发生率略低于60岁以下人群报告水平,绝大多数是一般反应,少数属于异常反应,严重异常反应的报告发生率低于百万分之一。 据新华网

感染高峰,老年人如何“躲着走”

老年人作为新冠病毒的易感染人群和较有可能诱发重症的人群,还应该有哪些特别的注意事项呢?

“空气的流通对病毒的稀释非常重要。”12月12日,中国科协生命科学学会联合体原秘书长、老年健康管理专家王小宁表示,老年人要安全平稳度过感染高峰,在生活上尤其要做好通风和保暖兼顾的措施。

“只有当病毒浓度足够高时才能经由呼吸道对人体造成感染,而通风是减低病毒浓度的最有效方法。”王小宁表示,当前,北方感染人数上升明显,与冬季有很大关系,南方温度适宜具备通风条件,而北方寒冷,需要保持室内温度,通风次数少,一旦有传染

源,病毒浓度易升高。因此,要做好保暖,积极通风。

躲着病毒“走”

“老年人人群多有基础性疾病,或者几种疾病共患的情况,新冠病毒的感染可能会加剧其原有疾病的病程,这是3年来新冠疫情数据的归总结论。”王小宁说,但还是要正确认识新冠病毒,老年人不要有太大心理压力。

有专家认为因现在的新冠病毒变异株很少会引发肺炎。王小宁表示认同,他说,这也提示老年人要“与时俱进”地认识新冠病毒,保持轻松的心态,不要因有基础性疾病莫名紧张甚至排队囤药、甚至乱服药,反而增加了感染或其他

风险。老年人这段时间内不要去跳广场舞、搓麻将、聚集聊天。

“现在老年人最紧要的就是‘躲着病毒走’!逛商场、去市场的次数都要减少,尤其不要去人群密集、还不通风的地方活动。”王小宁也提醒,老年人有条件的话还是要坚持在空旷的户外多运动、多走动,在不聚集的状态下保持恰当的运动量。总而言之,“躲着病毒走”是要放松、多遛弯、少聊天。

对病毒“设防”

接种新冠疫苗可以有效降低老年人感染新冠病毒后发生重症、危重症和死亡的风

险。对病毒“设防”,老年人不光应该接种新冠疫苗和加强针,接种流感疫苗也非常重要。

为什么要接种流感疫苗呢?王小宁解释,冬季是呼吸道疾病高发季节,其中就包括季节性流感。作为健康的第一责任人,老年人要将身体作为一个整体来实施对病毒的“设防”,流感疫苗和新冠疫苗一样对于帮助老年人避免轻转重起着重要的作用,能够有效地预防流感病毒带来的对身体器官的负面影响。

“钟南山院士特别指出,目前有新冠和流感病毒混合感染的风险,防新冠也要防流感,不能只盯着暴露在‘明处’的病毒,忘了没有被媒体

关注报道的病毒。”王小宁说。

王小宁特别提醒老年人,对病毒“设防”的另一个关键内容是要保证体内足够的营养。“如果被感染了,就是一‘熬’得住就为免疫系统赢得了时间。”王小宁说,老年人只有营养充足且均衡,才能“熬”得住。

当今生活好了,人们很少饥饿,但世界卫生组织认为“隐性饥饿”长期存在,即营养素摄入不足和营养失衡。“老年人每天吃的食物变少,消化吸收功能变差,关注营养格外重要。”王小宁表示,如感染新冠病毒,老年人在重视对症治疗的同时,还要重视营养的摄入和补充,为“自限性”疾病的自愈打好基础。

据《科技日报》

沧州市万盛老年公寓 (沧州市民政事业服务中心)

- ★ 居住环境优美
- ★ 护理服务细心
- ★ 饮食科学营养
- ★ 文化活动丰富

招收自理、不自理老人
常年招聘护理人员

咨询电话:
总部:3599799 18230174857
社区分院:8986089 18232718543

沧州市银鹤老年公寓 (运河区中心敬老院)

河北省“敬老文明号”单位
河北省“爱心护理”示范单位
花园式四合院,平房结构,交通便利,服务一流,集居住、医疗、康复、护理、休闲文化娱乐于一体。

招收自理、半自理、全护理老人。常年招聘护理员
乘车路线:市内乘10路、29路,银鹤老年公寓(恒大城站)
咨询电话:0317-2157899
13903178393

推拿店欲转让

现有营业中推拿店欲转让,运河区,位置极佳,精装修,因老板没时间照料所以转让,具体面谈。
电话:15100878888

厂房出租

车间面积:12000平方米,车间高度:12米(配有5吨航吊),水电齐全,配备变压器。可整租,可分租。
地址:沧州经济开发区兴业路与经七路交汇处(306/307公交终点站往东两个红绿灯) 联系人:张经理 19718662060

河北天成药业股份有限公司

由于公司扩大生产
急需招聘:包装工人
地址:沧州经济开发区金光大街18号
电话:0317-7883001
13623176180(微信同号)
15030770312(微信同号)
有意者请电话咨询

出售九成新二手木地板

15元每平米起价
联系电话:13011425499