

# 最新新冠疫苗接种方案来了,阳过还用打吗

国务院联防联控机制10日发布了《应对近期新冠病毒感染疫情疫苗接种工作方案》及解读问答,对接种目标人群、时间间隔、疫苗选择等都有明确规定。

## 哪类人群仍需接种新冠疫苗

方案明确,现阶段疫苗接种的重点是针对不同目标人群补齐免疫水平差距,进一步降低重症和死亡风险。目标人群如下:

**1.未感染且未完成既定免疫程序的人群:**

3岁—17岁未感染且尚未完成基础免疫的人群;

18岁以上未感染且尚未完成第一剂次加强免疫的人群;

18岁以上未感染且尚未完成第二剂次加强免疫接种的人群(感染高风险人群、60岁以上老年人群、具有较严重

基础性疾病人群和免疫力低下人群)。

**2.已感染且未完成基础免疫的人群。**

## 接种新冠疫苗要间隔多久

未感染的目标人群按照既定免疫程序及其时间间隔要求完成后续剂次疫苗接种。其中,完成基础免疫的18岁以上人群,第一剂次加强免疫时间间隔调整为3个月以上。

已感染且未完成基础免疫的人群,可在感染3个月后进行1剂次疫苗。

## 疫苗怎么选

当前,神州细胞重组新冠病毒4价S三聚体蛋白疫苗、石药集团新冠病毒mRNA疫苗已纳入紧急使用,可用于18岁以上人群加强免疫接种。

## 目标人群、时间间隔和疫苗选择一览表

| 目标人群  | 时间间隔                     | 疫苗选择  |
|---|--------------------------|---|
| 未完成基础免疫人群   | 按现行规定执行                  | 新冠病毒灭活疫苗(国药中生北京公司、北京科兴公司、国药中生武汉公司、深圳康泰公司、医科院生物所);重组新冠病毒疫苗(智飞龙科马(CHO));腺病毒载体新冠病毒疫苗(康希诺肌注式)。  |
| 未感染   | 18岁以上未完成第一剂次加强免疫人群       | 完成基础免疫3个月后进行第一剂次加强免疫  |
| 18岁以上未完成第二剂次加强免疫接种的人群(感染高风险人群、60岁以上老年人群、具有较严重基础性疾病人群和免疫力低下人群) | 完成第一剂次加强免疫6个月后进行第二剂次加强免疫 | 神州细胞重组新冠病毒4价S三聚体蛋白疫苗、石药集团新冠病毒mRNA疫苗;重组新冠病毒疫苗(智飞龙科马(CHO细胞)、珠海丽珠(CHO细胞)、成都威斯克(s19细胞)、浙江三叶草(CHO细胞)、神州细胞2价S三聚体);腺病毒载体新冠病毒疫苗(康希诺吸入用);流感病毒载体新冠病毒疫苗(北京万泰)。 |
| 已感染   | 未完成基础免疫人群                | 感染3个月后进行  |

注:3岁—17岁人群仅可使用国药中生北京公司、北京科兴公司、国药中生武汉公司新冠病毒灭活疫苗和智飞龙科马重组新冠病毒疫苗(CHO细胞)。

据科技日报

如何预防,接种疫苗有何禁忌……

## 老年人该如何应对流感

### 1 为什么老年人更容易感染流感

来自密歇根大学和坦普尔大学的联合科研团队发现了一些线索——随着人的年龄增长,一种控制炎症的脂质会逐渐削弱肺部的免疫防御能力,从而导致肺泡巨噬细胞随着年龄的增长而受损。巨噬细胞是一种免疫细胞,分布在肺部小气囊或肺泡内,主要作用是攻击诸如甲型流感病毒(IAV)等外部“入侵者”;另外,老年人肺的顺应性下降、呼吸肌肌力减弱、咳嗽反射亦减弱,如果伴随多病共存及营养不良等因素存在,就容易导致老年人感染流感。

在肺部小气囊或肺泡内,主要作用是攻击诸如甲型流感病毒(IAV)等外部“入侵者”;另外,老年人肺的顺应性下降、呼吸肌肌力减弱、咳嗽反射亦减弱,如果伴随多病共存及营养不良等因素存在,就容易导致老年人感染流感。

### 2 老年人如何更好地预防流感

中国老年医学学会全科医学分会会长、山西白求恩医院全科医疗科学带头人冯政介绍,目前,接种疫苗是老年人预防流感最经济有效的手段,建议60岁及以上老年人在无疫苗禁忌症的前提下,积极接种流感疫苗,每年接种一剂次,无优先推荐,可自愿接种。接种流感疫苗2周—4周后,才可产生具有保护水平的抗体。建议在当地流感流行

前完成免疫接种。

同时,采取日常防护措施也可以有效减少流感的感染和传播。建议老年人在日常生活中一方面通过均衡饮食、适当运动、充足睡眠等方式提高免疫力;另一方面需加强物理防御,如勤洗手、科学佩戴口罩、保持社交距离等,减少感染机会。

### 3 老年人接种流感疫苗的禁忌有哪些

1.对流感疫苗中的任何成分(包括辅料、甲醛、裂解剂及抗生素)过敏者或有过任何一种流感疫苗接种严重过敏史者。

2.患有急性疾病、严重慢性疾病或

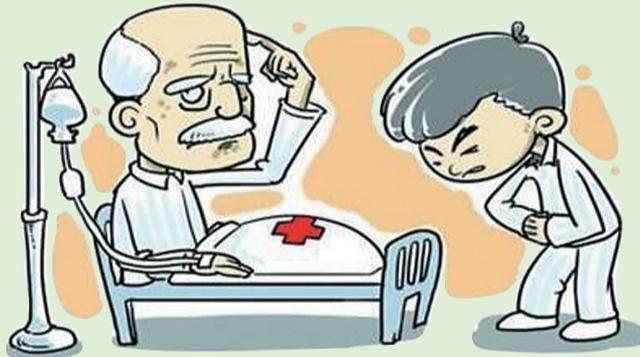
慢性疾病的急性发作期以及发热患者,建议痊愈或病情稳定后再接种。

3.上次接种流感疫苗6周内出现格林—巴利综合征者慎用。

### 4 老年人感染流感后的症状有哪些

中国老年医学学会全科医学分会总干事、山西白求恩医院全科医疗科副主任医师李晓京说,流感症状通常是高热、肌痛、寒战、头痛、咽痛、干咳和全身不适,潜伏期为1天—2天,持续约3天—7天。流感的全身症状较重,局部症状较轻。但老年人往往流感症状

不典型,可表现为乏力、低热、意识状态下降、精神错乱,也可出现不属于流感的症状,如跌倒、日常活动产生依赖性。另外,老年人易出现流感并发症,如细菌性肺炎,或潜在疾病的急性加重(如心力衰竭、慢性阻塞性肺疾病、急性心血管病)。



### 5 老年人感染流感后如何治疗更有效

老年人流感症状的不典型性、敏感性差的特点可能会带来严重的后果。对于老年人,一旦考虑流感,首先,应尽早到医院就诊,在发病48小时内进行经验性的抗流感病毒治疗,以减少并发症、降低病死率及缩短住院时间。其次就是

缓解发热、咳嗽等流感样症状。

同时,老年患者应尽量减少与他人的接触,以避免传染;室内保持房间通风;多喝水,充分休息,保证睡眠;饮食应当选择易于消化且富含营养的食物。

### 6 在饮食和生活上有哪些注意事项

对这个问题,中国老年医学学会全科医学分会副会长、浙江大学附属邵逸夫医院全科医学科主任医师方力争做了如下讲解——

#### 生活上

1.保持充足的休息 流感期间,老年人需要保持充足的休息,以帮助身体更好地恢复。避免过度劳累和参加剧烈运动。

2.保持室内空气流通 老年人感染流感后,应保持室内空气新鲜,避免空气污染,以减轻呼吸道的不适。

3.减少疾病传播 佩戴口罩,勤洗手,喷嚏或咳嗽时使用纸巾捂住口鼻,或用手肘遮住,避免手直接接触口鼻。

4.密切观察病情变化 出现这些变化时,应及时就医:持续高热;咳嗽加

重,痰量明显增加;呼吸困难或胸痛;口唇紫绀;严重呕吐、腹泻,出现脱水表现;神志改变,如反应迟钝、嗜睡等;原有基础疾病明显加重。

#### 饮食上

1.保持水分平衡 流感期间,老年人容易出现脱水症状。要多喝水,确保每天摄取足够的水分。也可适当喝一些淡盐水、淡茶等。

2.清淡饮食,营养均衡,避免油腻 老年人在流感期间应保持食物清淡,同时注意营养均衡,摄入种类丰富的蔬菜、水果、粗粮、瘦肉、鱼、豆类等富含蛋白质、维生素和矿物质的食物。避免吃油腻、辛辣、高盐、高糖和刺激性的食物。

据新华网