

儿童健康

儿童时期接种疫苗,控制传染病简单、有效、经济

儿童接种疫苗,这些问题需要早知道

中国妇女报全媒体记者 耿兴敏

世界上有一种方法,可以简单、有效、经济地控制传染病,那就是接种疫苗。4月25日是“全国儿童预防接种日”,国家儿童医学中心北京儿童医院保健中心专家特别指出:对免疫性疾病、心脏病等特殊健康状况儿童来说,因其基础疾病比健康儿童更易感染其他疾病,且一旦感染可能加重或诱发基础疾病,因此这类人群更应采取预防接种措施加以保护。北京儿童医院保健中心特殊健康状况儿童免疫规划团队同时提出,目前对于特殊健康状况儿童的疫苗接种问题,家长普遍存在一些模糊认知,需要做出明确指导。

非免疫规划疫苗并非完全没必要打

国家免疫规划的疫苗免费接种,如乙肝疫苗、卡介苗等,家长带孩子按时接种不会产生异议。而非免疫规划疫苗是自愿接种的疫苗,需自费接种。虽为自愿,但并非完全没必要打。建议家长根据儿童年龄及身体状况,选择接种肺炎疫苗、b型流感嗜血杆菌结合疫苗、五联疫苗、轮状病毒疫苗、肠道病毒71型疫苗(俗称手足口疫苗)、流感疫苗、水痘疫苗等。

接种疫苗后出现发热应分级处理

通常,孩子在接种疫苗后1~2天内出现发热,持续1~2天后可自行消退。是否需要用退热药,应该根据孩子发热的程度区别对待。

没有热性惊厥史的孩子,如果发热体温低于38.5℃,可先观察或物理方法降温,让孩子多休息、多喝水、清淡饮食、少剧烈运动。如果发热体温超过38.5℃,6个月以上的孩子可口服退热药布洛芬或对乙酰氨基酚,二者任选其一即可;如果是3个月以上且6个月以下的孩子,只能选择对乙酰氨基酚;如果是3个月以下的婴幼儿,发热后应及时就医。

既往有过高热惊厥的孩子如果出现发热,建议积极控制体温,控制高热。在物理降温的情况下,体温超过38℃,可以加上退烧药。

孩子接种疫苗后出现发热的时间通常不超过48小时,如果超过48小时,或有体温逐渐增高的趋势,可能偶合了其他感染,应及时带孩子到医院就诊,以免延误疾病救治的最佳时机。

流感疫苗真的有必要每年都打

接种流感疫苗是预防流感最有效的手段,可降低接种者罹患流感 and 发生严重并发症的风险。流感病毒的表面抗原容易发生变异,产生新的变异毒株。世界卫生组织每年都会根据全球监测结果判断第二年可能流行的病毒株,并有针对性地指导制备流感疫苗。通俗地说,每年的流感疫苗都可能不同。此外,接种流感疫苗产生的免疫力,会随着时间的推移逐渐减弱。孕妇、6月龄至5岁儿童以及6月龄以下儿童家庭成员和看护人员、慢性病患者、医护人员等,是流感疫苗接种的重点人群。他们要么自身免疫力相对薄弱,或者需要避免感染以此保护胎儿和所照顾的小婴儿,或者是接触流感病毒的高危人群,这些人群最好每年接种流感疫苗。

那么何时接种流感疫苗比较好?最好在自然感染流感之前完成接种。以北京为例,一般流感发生在10月至次年的3月,流感疫苗接种后2周左右产生抗体,所以大家可以提前一点时间完成疫苗接种。

孩子有过敏性疾病能否打疫苗要视情况而定

过敏性疾病儿童疫苗接种的绝对禁忌证是:已知接种者对该种疫苗成分过敏;既往接种该种疫苗出现过敏反应则禁止再次接种相关疫苗。

过敏性疾病患儿疫苗接种的总体原则:一是在过敏急性发作期不应接种,必须等到缓解期、相对稳定期或恢复期再接种。二是食物过敏患儿,非急性期可以正常接种;急性反应期(如并发急性荨麻疹、哮喘、便血)或接种部位皮肤异常(如湿疹、特应性皮炎等),应暂缓接种。对蛋类过敏,禁忌接种黄热病疫苗。三是湿疹患儿,避开湿疹部位可以接种;如避不开,应暂缓接种。

每个孩子的过敏情况不同,建议在征求专科医生(过敏反应科医生及儿童免疫规划医生)建议后,再安排疫苗接种。



癫痫发作期的孩子要暂缓接种疫苗

接种疫苗有助于预防发生传染性/感染性疾病,对避免加重癫痫患儿脑损伤有一定益处。一般来说,癫痫急性发作期,反复发作无法控制,神

经系统进行性病变或有较多并发症的癫痫患儿,应暂缓接种。

经治疗后,哪怕病情得到良好控制,考虑到癫痫发作病因多样、病程较长、临床表现复杂等,能否接种、如何接种都需要慎重对待,需要在专科医生(神经科医生及儿童免疫规划医生)详细评估后,再做决定。

先天性心脏病患儿能否打疫苗要评估而定

一般来说,如果先天性心脏病只是单纯的心脏及大血管结构异常,不合并有免疫系统相关问题时,在儿童生长发育良好、无明显临床症状、心功能正常的情况下,是不影响疫苗接种的。

相反,先天性心脏病儿童出现伴有心功能不全、严重肺动脉高压等并发症,需要多次住院手术,伴有免疫缺陷、严重营养不良等情况时,一般建议暂缓接种。具体能否接种,需要专科医生(心脏专科医生及儿童免疫规划医生)评估后再决定。

健康的早产宝宝可以按实际月龄接种疫苗

胎龄小于37周的早产儿,如医学评估稳定并且处于持续恢复状态(没有需持续治疗的严重感染、代谢性疾病、急性肾脏疾病、肝脏疾病、心血管疾病、神经和呼吸道疾病等),按照出生后实际月龄接种疫苗。对于患有严重疾病的早产儿,需要推迟接种疫苗,待原发疾病好转,经医学评估后,视实际情况尽早恢复预防接种。

不吃早餐等不良习惯与阿尔茨海默病相关

阿尔茨海默病的发生与人体的衰老有关,日本一项历时6年的研究发现,早餐习惯和该病相关。

这项研究的参与者包括525名65岁以上的老年人。研究人员发现,不吃早餐的参与者,患阿尔茨海默病的概率是其他参与者的4倍。究其原因,在于人体摄入的营养满足不了大脑所需,继而导致大脑过早衰老,出现功能退化。

此外,该研究还显示了其他3个与阿尔茨海默病关联的因素:①习惯吃零食的参与者患病概率是其他人的2.7倍;②不注意盐摄入量的参与者患病概率是其他人的2.5倍;③不注意营养平衡的参与者患病概率是其他人的2.7倍。

零食可导致脂肪摄入过高,而血液胆固醇含量比较高,可能会加快大脑中β淀粉样蛋白积聚的进程,大大增加阿尔茨海默病的发病率;过量的盐可能导致脑血管内皮细胞受到的干扰增加,引发脑内高血压,诱发大脑皮质萎缩。

(国家儿童医学中心北京儿童医院保健中心特殊健康状况儿童免疫规划团队)

(夏普)

(方草)

(欣闻)

(欣闻)

(欣闻)

(欣闻)

(欣闻)

(欣闻)

(欣闻)

(欣闻)

(欣闻)

(欣闻)

(欣闻)

(欣闻)

(欣闻)

(欣闻)

(欣闻)

(欣闻)

(欣闻)

(欣闻)

(欣闻)

(欣闻)

(欣闻)

(欣闻)

(欣闻)

(欣闻)

(欣闻)

(欣闻)

(欣闻)

(欣闻)

(欣闻)

(欣闻)

(欣闻)

(欣闻)

(欣闻)

(欣闻)

(欣闻)

(欣闻)

(欣闻)

(欣闻)

(欣闻)

(欣闻)

(欣闻)

(欣闻)

(欣闻)

(欣闻)

(欣闻)

(欣闻)

(欣闻)

(欣闻)

(欣闻)

(欣闻)

(欣闻)

(欣闻)

(欣闻)

(欣闻)

(欣闻)

(欣闻)

(欣闻)

(欣闻)

(欣闻)

(欣闻)

(欣闻)

(欣闻)

(欣闻)

(欣闻)

(欣闻)

(欣闻)

(欣闻)

(欣闻)

(欣闻)

(欣闻)

(欣闻)

(欣闻)

(欣闻)

(欣闻)

(欣闻)

(欣闻)

(欣闻)

(欣闻)

(欣闻)

(欣闻)

(欣闻)

(欣闻)

(欣闻)

(欣闻)

(欣闻)

(欣闻)

(欣闻)

(欣闻)

(欣闻)

(欣闻)

(欣闻)

(欣闻)

(欣闻)

(欣闻)

(欣闻)

(欣闻)

(欣闻)

(欣闻)

(欣闻)

(欣闻)

(欣闻)

(欣闻)

(欣闻)

(欣闻)

(欣闻)

(欣闻)

(欣闻)

(欣闻)

(欣闻)

(欣闻)

(欣闻)

(欣闻)

(欣闻)

(欣闻)

(欣闻)

(欣闻)

(欣闻)

(欣闻)

(欣闻)

(欣闻)

(欣闻)

(欣闻)

(欣闻)

(欣闻)

(欣闻)

(欣闻)

(欣闻)

(欣闻)

(欣闻)

(欣闻)

(欣闻)

(欣闻)

(欣闻)

(欣闻)

(欣闻)

(欣闻)

(欣闻)

(欣闻)

(欣闻)

(欣闻)

(欣闻)

(欣闻)

(欣闻)

(欣闻)

(欣闻)

(欣闻)

(欣闻)

(欣闻)

(欣闻)

(欣闻)

(欣闻)

(欣闻)

(欣闻)

(欣闻)

(欣闻)

(欣闻)

(欣闻)

(欣闻)

(欣闻)

(欣闻)

(欣闻)

(欣闻)

(欣闻)

(欣闻)

(欣闻)

(欣闻)

(欣闻)

(欣闻)

(欣闻)

(欣闻)

(欣闻)

(欣闻)

(欣闻)

(欣闻)

(欣闻)

(欣闻)

(欣闻)

(欣闻)

(欣闻)

(欣闻)

(欣闻)

(欣闻)

(欣闻)

(欣闻)

(欣闻)

(欣闻)

(欣闻)

(欣闻)

(欣闻)

(欣闻)

(欣闻)

(欣闻)

(欣闻)

(欣闻)

(欣闻)

(欣闻)

(欣闻)

(欣闻)

(欣闻)

(欣闻)

(欣闻)

(欣闻)

(欣闻)

(欣闻)

(欣闻)

(欣闻)

(欣闻)

(欣闻)

(欣闻)

(欣闻)

(欣闻)

(欣闻)

(欣闻)

(欣闻)

(欣闻)

(欣闻)

(欣闻)

(欣闻)

(欣闻)

(欣闻)

(欣闻)

(欣闻)

(欣闻)

(欣闻)

(欣闻)

(欣闻)

(欣闻)

(欣闻)

(欣闻)

(欣闻)

(欣闻)

(欣闻)

(欣闻)

(欣闻)

(欣闻)

(欣闻)

(欣闻)

(欣闻)

(欣闻)

(欣闻)

(欣闻)

(欣闻)

(欣闻)

(欣闻)

(欣闻)

(欣闻)

(欣闻)

(欣闻)

(欣闻)

(欣闻)

(欣闻)

(欣闻)

(欣闻)

(欣闻)

(欣闻)

(欣闻)

(欣闻)

(欣闻)

(欣闻)

(欣闻)

(欣闻)