

流感疫苗开打，别错过

专家建议10月底前完成接种，可显著降低患流感和严重并发症风险



□文/图 本报记者 龚鹏

“每年这个时候，我都会带家人来接种流感疫苗，这已成为我们家一项极其重要的健康计划。”9月2日上午，在隐珠街道凤河南路社区卫生服务中心，市民张红艳一边在接种门诊外排队，一边对记者说道。秋意渐浓、天气渐凉，有一件重要的事情被很多人提上日程——接种流感疫苗。流感有什么症状？接种流感疫苗需注意什么？带着这些问题，记者采访了凤河南路社区卫生服务中心副主任、副主任医师徐兴强，请他谈谈关于流感那些事儿。

接种疫苗是预防流感最经济最有效手段

“流行性感冒简称流感，是流感病毒引起的对人类健康危害较重的呼吸道传染病。流感病毒易发生变异且传播迅速，每年可引起季节性流行。人群对流感病毒普遍易感，其中孕妇、婴幼儿、老年人和慢性病患者等高危人群感染流感后危害更为严重。”采访中，徐兴强告诉记者，流感症状比一般感冒重，主要表现为发热、头痛、肌痛和全身不适，体温可达39℃至40℃，可有畏寒、寒战，多伴全身肌肉关节酸痛、乏力、食欲减退等症状，部分患者因出现肺炎等并发症可发展至重症流感，不容忽视。

据徐兴强介绍，预防流感要养成良好的个人卫生习惯，勤洗手、常通风、规律作息。“在此基础上，接种流感疫苗是预防流感最经济最有效的手段，可显著降低接种者患流感和发生严重并发症的风险。”徐兴强表示，目前我国批准上市的流感疫苗包括流感病毒灭活疫苗和流感病毒减毒活疫苗，“我们推荐大于6月龄且无接种禁忌的人群每年接种流感疫苗。”

最好10月底前接种 保护力可持续至明年年初

那么，我们最好在什么时间接种流感疫苗呢？徐兴强给出了他的看法。



市民在凤河南路社区卫生服务中心接种流感疫苗。

“一般而言，在流感高峰到来前的1至2个月接种疫苗最合适。我们国家一般推荐在9月至11月接种流感疫苗，最好10月底前完成流感疫苗接种。”徐兴强表示，即使错过最佳接种时间，依然建议及时接种，毕竟打了疫苗就能获得针对性的保护力。

徐兴强告诉记者，疫苗产生的保护性抗体水平会随时间逐渐降低，通常可维持6-8个月。考虑到从全程接种到完全发挥保护力需要至少2周的时间，徐兴强认为现在接种，疫苗产生的保护力可持续至明年年初。

“我是去年10月份接种的流感疫苗，距离现在还不到一年，可以再打吗？”现场，前来接种的市民张锋提出了疑问。“当然可以。”徐兴强回答道，流感疫苗中包含的毒株每年会有调整，所以推荐每年接种。但这里的“年”指的是“流感流行季节（跨自然年）”，在一个流感流行季节里，均可以接种“当年”的流感疫苗。

疫苗非百分百有效 接种后也有可能得流感

徐兴强强调，由于没有任何一种疫苗的保护力可达到100%，因此无法保证接种疫苗后一定不得流感。其次，流感的潜伏期通常为1至4天，如果在疫苗产生抗体前就感染了病毒，那么可能会出现“打了疫苗还得流感”的情况。最后，很多疾病都有发热、流涕、咳嗽等症状，而流感疫苗不能预防这些疾病，因此不能因为出现这些症状就认定接种流感疫苗无效。

值得一提的是，为持续提升全区预防接种服务质量和水平，近期，区卫健局全面开展“9S”管理工作。“‘9S’管理聚焦整理、整顿、清洁、规范、素养、安全、节约、学习、服务等9个方面，是一种精确化和规范化的管理。”区卫健局疾病预防控制科负责人井夫华介绍，预防接种单位实行“9S”管理，可进一步改善预防接种服务体验、提高预防接种工作效率，提高群众预防接种获得感。

医讯速递

加强消毒产品监管 保障群众健康权益

□记者 龚鹏 报道

本报讯 为进一步规范全区消毒产品生产经营行为，日前，西海岸新区卫生健康综合行政执法大队组织开展消毒产品专项整治行动。

执法人员根据相关法律法规要求，对消毒产品生产企业及零售药店、网络平台等经营单位进行督查。行动共出动人员150余人次，检查消毒产品生产企业26家，随机抽检经营单位111家，巡查网络平台4家，发现问题12家，下达监督意见书94份。

下一步，区卫生健康综合行政执法大队将结合本次行动发现的问题，持续督促相关单位进行整改，适时开展“回头看”行动，同时继续督促指导企业做好分级分类评价工作，打造诚实守信的消毒市场环境，确保广大群众用上安全、放心的消毒产品。

爱心义剪进病房 关爱患者暖人心

□记者 陈蔚 通讯员 陈英 报道

本报讯 近日，在西海岸新区第二中医医院内，由部分护工组成的“义剪天使”团队，为住院患者送去了特别关怀——免费理发服务。

理发过程中，志愿者耐心询问患者的需求，并根据需求进行精心修剪，确保患者都能得到满意的发型。“我们希望通过这种方式，让患者感受到来自医院和社会的关爱与温暖，帮助他们树立战胜疾病的信心。”区第二中医医院护理部主任戴蓉表示，此次活动进一步彰显了医院对患者的人文关怀。接下来，区第二中医医院将持续关注患者的需求，开展形式多样的志愿服务，为患者提供更好的服务和关怀。同时，医院将继续提供更便捷、更高质量的就医服务，提高患者的就医体验感、满意度。

家医撑起“健康伞” 暖心守护“夕阳红”

□记者 龚鹏 报道

本报讯 近日，兰东路社区卫生服务中心在西海岸新区社会福利中心举办家庭医生签约活动，推进养老机构家庭医生签约服务，为老年人提供更全面、更个性化的医疗保健服务。

活动中，家庭医生为老年人提供了包括血常规、尿常规、肝功能、肾功能、血糖、血脂、心电图、腹部B超等项目在内的免费查体服务，并耐心解答他们咨询的健康问题。同时，还向老年人宣传健康常识，倡导“限盐控油、合理膳食、戒烟限酒、适量运动”的健康生活方式。

下一步，家庭医生将根据体检报告对老年人进行健康跟进指导，提供个性化健康建议。对于体检异常者，兰东路社区卫生服务中心会及时通知家属或本人，并组织复查，确保每一位老人的健康得到及时有效关注和治疗。

线上预约下单，优质护理上门

□本报记者 龚鹏

为全面贯彻落实健康中国战略，促进区域“互联网+医疗健康”快速发展，今年以来，西海岸新区人民医院泊里院区积极推进“互联网+护理服务”工作，为出院患者、居家行动不便老年人等提供专业、便捷的上门护理服务，精准匹配群众多层次、多样化、个性化的健康服务需求，用实际行动解决群众“急难愁盼”问题。

近日，家住泊里镇祥和苑小区的王先生因留置PICC导管，需要定期维护。由于其体能虚弱、行动不便，家人

便通过“康鸿医护”平台预约了区人民医院泊里院区的护士上门护理。

接到订单后，区人民医院泊里院区“互联网+护理服务”团队根据预约需求，进行精准派单。团队成员、护士郝少菲第一时间联系王先生，约定好上门服务时间，并准时上门为患者进行了PICC导管评估和专业维护，详细交代了相关注意事项。

“以前去医院，稍微一耽搁就是半天时间。现在，足不出户就可以享受同样质量的医疗服务，节省了很多时间。”王先生的家人说道。

区人民医院泊里院区护理部主任

封志彩介绍：“‘互联网+护理服务’主要是指医疗机构利用本机构注册护士，以‘线上申请、线下服务’模式为主，为出院患者或行动不便的特殊人群提供护理服务。该模式整合线上线下资源，打破时间和空间限制，让专业护理触手可及，专业、便捷、高效是它的三大特点。”

据了解，目前区人民医院泊里院区“互联网+护理服务”已开展PICC维护、留置导尿、留置胃管、黄疸检测等8项护理服务。采用“线上预约下单、线下上门服务”的方式，上门服务人员均有院内5年以上临床护理工作经验且有护师以上职称，有力保障了医疗服务质量。