

# 关于新冠疫苗接种的问题看这里

现在很多人对新冠疫苗接种很关心,接种时要注意什么?哪些人不适合接种?我们一起来看看。

## 对于新冠疫苗接种,北京疾控中心有四点提示:

1. 不适合接种的人群包括孕妇、哺乳期妇女,正处在发热、感染等疾病急性期、患免疫缺陷或免疫紊乱的人群以及严重的肝肾疾病、药物不可控制的高血压、糖尿病并发症、恶性肿瘤患者等人员。所有接种人员在接种前要仔细阅读知情同意书,身体不适可暂缓接种。不在18~59岁接种年龄段范围的人员,需要等待进一步临床试验数据披露,明确是否后续能够接种。

2. 接种新冠病毒疫苗前要了解北京市疾病预防控制中心等权威媒体发布的新冠病毒疫苗的禁忌症知识;了解自己的身体状况,如果自己不清楚是否属于禁用人群,接种时主动提供健康状况,接种点的医生会判断是否可以接种;好好休息,让身体保持在一个较好的生理状态,最好不要空腹接种;新冠病毒疫苗接种部位为上臂三角肌,建议穿方便穿脱的宽松衣服;按组织接种人员通知携带身份证、手机等物品,佩戴好口罩前往。

3. 接种期间全程佩戴

口罩,按接种点标识有序排队,保持一米以上社交距离;向医生主动提供自己健康状况,近期服用的药物信息,并如实填写知情同意书;如果接种部位有伤口,尽量避免伤口选择另一侧接种;接种完毕,需在接种点留观30分钟;止血棉签丢入医疗垃圾桶或黄色医疗废物垃圾袋中。

4. 接种疫苗之后在接种点留观区观察30分钟,无不适症状后才可以离开接种点;接种当日注射部位保持干燥并注意个人卫生;如果出现持续发烧等现象,应及时就医并向接种单位报告。

### 【释疑】

问:新冠疫苗需要打几针?

答:推荐免疫程序为2针,其间至少间隔14天,接种部位为上臂三角肌。随意调整免疫程序可能影响安全性、免疫应答效果和免疫持久性。新冠疫苗接种的时间间隔请严格按照疫苗说明书执行。接种第一剂疫苗后,接种单位有责任告知受种者第二针的接种时间。请按接种单位预约时间进行第二剂疫苗接种。

问:病毒变异会对疫苗效果产生影响吗?

答:病毒是最简单的生物之一,它的增殖要依

靠活的细胞。在增殖过程中,病毒会发生变异,大多数变异不会影响病毒的致病性、检测试剂敏感性和疫苗的有效性。根据世界卫生组织最新发布的信息,从全球对新冠病毒变异的监测情况看,尚无证据证明病毒变异会使现有的新冠病毒疫苗失效。

### 暂不建议与其他疫苗同时接种

问:新冠疫苗能不能和HPV疫苗、流感疫苗、狂犬疫苗等其他疫苗一起接种?

答:理论上说,新冠疫苗与流感疫苗间应该不具有交叉反应,而且目前国内所有可及的新冠疫苗均为灭活疫苗,相对来说安全性也较好。

不过,对于新冠疫苗这个疫苗家族新成员,因此在技术指南等文件明确之前,暂不建议与其他疫苗同时接种。但是有如疑似狂犬病暴露者需接种狂犬疫苗、其他外伤需接种破伤风疫苗者,应优先接种。

14天内接种其他灭活疫苗,28天内接种减毒活疫苗者,暂缓接种新冠疫苗。

问:新冠疫苗在这么短时间研发成功,接种是否安全?

答:新冠疫苗和其他疫苗一样,在上市前都经

过动物实验、人体预测试验、人群I/II期、III期临床试验,疫苗安全性得到了多次验证。

问:接种新冠疫苗可能会出现什么不良反应?

答:国务院联防联控机制召开新闻发布会公布,常见的不良反应主要包括以下几方面:头痛发热,还有接种部位局部的红晕,或者出现了硬块,另外还有一些人有咳嗽、食欲不振、呕吐、腹泻这样一些常见的不良反应。接种对象完成接种后,应在接种现场留观30分钟方可离开,现场工作人员会告知受种者接种新冠疫苗常见不良反应、注意事项、后续健康状况观察、处置建议以及联系方式等。回家后出现了不良反应相关症状,报告接种点工作人员,必要时及时就医。

### 接种疫苗第一剂后7天普遍开始产生抗体

答:临床研究表明,接种新冠灭活疫苗第一剂后7天普遍开始产生抗体,14~28天抗体阳性率约60%~90%;接种第二剂28天后抗体阳性率均达90%以上,并形成持续保护。

问:接种新冠疫苗后是否就不会得病?

答:本次接种的新冠灭活疫苗I/II期临床试验揭盲结果综合显示,疫苗接种后均产生高滴度免

疫应答,中和抗体阳转率达90%以上。但需注意的是,到目前为止,任何疫苗的保护效果都不能达到100%。

问:新冠疫苗保护效果可以维持多久?

答:目前证据提示,疫苗保护期可以达到半年以上。

问:接种新冠疫苗后,核酸检测会呈阳性吗?

答:不会。

### 接种证明不能替代核酸检测报告

问:接种新冠疫苗后还需做核酸检测吗?接种证明能否替代核酸检测报告?

答:接种疫苗可以在一定程度上降低感染风险,但任何疫苗的保护效果都不能达到100%,必要时仍应配合相关部门进行核酸检测。

问:接种新冠疫苗后,出入境检查血清抗体呈阳性怎么办?

答:本次使用的是全病毒灭活疫苗,新冠灭活疫苗紧急接种者在国内外医学检查中,如遇血清抗体检测结果为阳性,核酸检测等其他检查结果为阴性,可声明已接种疫苗并出示接种证,以便相关机构鉴别诊断。

问:打了新冠疫苗,是不是还要继续戴口罩?

答:到目前为止,任何

疫苗的保护效果都不能达到100%,少数人接种后仍可能不产生保护力或者发病。

仍需牢记——“防疫三件套”:佩戴口罩、社交距离、个人卫生

“防护五还要”:口罩还要戴、社交距离还要留、咳嗽喷嚏还要遮、双手还要经常洗、窗户还要尽量开。

### 个人不得私自携带新冠疫苗出境

问:个人可以将新冠疫苗带给海外的同事接种吗?

答:新冠灭活疫苗入境有严格的审批程序,个人不得私自携带新冠灭活疫苗出境,否则,可能面临违反境内外法律等风险。

问:得过新冠肺炎,或是无症状感染者,还有必要接种新冠疫苗吗?

答:虽然基于现有已发表信息,在包括中国香港、比利时、荷兰、美国等地通过基因测序的结果均发现再次感染现象,无法得出一次感染终身免疫的结论。但一般来说,感染过传染病或无症状感染,均会产生相应的抗体,应该具有类似接种疫苗的保护作用,建议新冠肺炎康复者或无症状感染者不接种新冠疫苗。

(据《南方都市报》《大河健康报》)

## 这些东西要慎吃

一些地方的居民有吃生食的习俗,如生鱼片、醉蟹醉虾等,还有吃新奇野味的风俗等,殊不知,这些饮食行为会大大增加患食源性疾病的风险,给健康带来危害。

有专家团队开展了一项定性循证研究,综合分析不健康饮食行为,如吃生食或吃未煮熟的食物、吃野味等与食源性疾病之间的关系,研究结果于2020年11月28日发表在《Journal of Ethnic Foods》上。文章指出,有些地方居民喜欢吃生食,如生食、腌吃、醉吃一些水产品等,这是受到当地饮食文化的影响,因为他们认为新鲜的东西营养最丰富,味道最鲜美,最接近自然状态。

### 生鱼片等可能携带肝吸虫

三文鱼、鲍鱼等刺身,蘸上海鲜酱油和芥末等调味品,或者浇上柠檬汁,食

还有“物以稀为贵”的观念,认为野生的动植物不仅味道鲜美,而且还有药用价值和滋补作用,如蛇胆明目、穿山甲肉有助于缓解风湿等。当然,也不乏虚荣心作怪,认为食用昂贵的野味或者生海鲜等,似乎更“有特色”“上档次”。但是,这些饮食行为存在着健康隐患。生或半生的食物、野味中都是病原体生存的好地方,比如寄生虫、细菌、病毒等。

### 醉蟹醉虾可能携带肺吸虫等

醉蟹、醉蟹与醉螺并称“淮扬三醉”,分别是以蟹、蟹、螺为原料,按照一定的比例添加白酒、盐、糖等调料醉制而成。虽然味道鲜美、风味独特,但是可能会吃进肺吸虫。肺吸虫经口进入胃肠道,会导致腹痛和腹泻。肺吸虫可以进入胸腔和肺部发育为成虫,还可以寄生于脑、脊髓、胃肠道、腹腔和皮

客们就直接入口了。打住!研究已经证实,这种吃法是感染肝吸虫病的重要途径。肝吸虫可以寄栖在肝脏和胆管内,引起胆管炎、胆结石、肝硬化、肝癌。

### 生血布丁生猪肉可能携带绦虫

在我国某些少数民族中,会有在特殊节日吃“生皮”“噢嘴”“剃生”等习俗;在越南某些地区,有吃生血布丁的习惯。这些食物都是生猪肉,或者生猪血加上配料等制成的。猪可能携带猪肉绦虫,绦虫的幼虫可以寄生在人体脑、肌肉、眼等部位,引起囊虫病。此外,还可能存在猪链球菌感染的风险!

下等多种组织器官,造成感染和损坏,严重时会导致不可逆的后遗症。除了肺吸虫,你还有可能因此感染副溶血性弧菌、霍乱弧菌等。

### 野味可能携带多种病毒

世界各地出现的新发传染病,例如禽流感、埃博拉、中东呼吸综合征等,都和野生动物有关。已知能够感染人类的病原体有1400余种,其中近60%的病毒、细菌、寄生虫、真菌等病原体均来自于动物体内,如蝙蝠可携带130余种高致病性病毒。此外,野生动物作为一种异种蛋白被人体吸收后,也很容易引起食物过敏、中毒等免疫反应,甚至还可能出现哮喘、全身水肿、呼吸困难等严重过敏症状,严重则危及生命。某些动物体内还可产生大量神经毒素,如

### 防止病从口入

1. 要预防食源性疾病的发生,重点就是“管住嘴,防止病从口入”。  
2. 不吃生、不吃新奇、不吃野味,海鲜、肉类等都要洗净、做熟后再吃。  
3. 养成健康的饮食行为,饭前便后、加工食物前都要洗手。  
4. 做饭时,砧板和容器要做到生熟分开。  
5. 从正规渠道购买食物,确保来源安全性。  
6. 如因摄入某些食物引起不适,应及时就医。  
(据《大河健康报》)

河豚体内的河豚毒素,毒性极强。