



新冠疫苗  
你问我答

湖南启动 12~17 周岁青少年儿童新冠疫苗接种

# 青少年儿童接种新冠疫苗安全可靠

为尽快建立免疫屏障,广西、湖北、黑龙江、安徽、福建、江苏、广东等地均已陆续开展 12~17 周岁人群新冠疫苗接种工作。按照省联防联控机制的部署,湖南也将全面启动 12~17 周岁青少年疫苗接种工作,8月1日启动 15~17 岁人群接种,9月拟启动 12~14 岁人群接种,预计 10 月底基本完成。那么,这一阶段的孩子接种哪种疫苗比较安全?哪些情况不能接种?接种疫苗需要注意些什么呢?

## 青少年儿童使用的新冠疫苗安全性和有效性如何?

目前,获批未成年人中使用的疫苗只有国药集团中国生物北京所和北京科兴中维两个厂家生产的新冠病毒灭活苗。临床试验数据显示,以上两种新冠疫苗在 3~17 岁人群中的抗体阳转率和抗体水平与成人相近,它的剂量和剂型和成年人的疫苗是一样的。我国新冠病毒灭活疫苗在研发、试验、审批、上市、储存、运输、接种等全程都有非常严格的管理规定;有完善的疫苗冷链系统保障,储存和运输均严格按照规范执行;接种单位、医护人员都经过了专业培训和严格审核,按照标准操作程序进行接种。

## 青少年儿童有必要接种新冠疫苗吗?

有必要。虽然有研究发现青少年儿童感染新冠病毒后以轻症居多,但越是无症状或轻症患者,越是在新冠病毒的传播中扮演重要角色。其次,儿童和青少年感染新冠病毒后,仍有可能转化为重症,并出现涉及心脏、肺、肾脏、大脑、皮肤、眼睛和胃肠道的多系统疾病。更值得注意的是,与之前的变异毒株“阿尔法”相比,儿童青少年更容易感染毒性更强的“德尔塔”变异

株。因此,未成年人接种疫苗势在必行。

## 接种后有 哪些不良反应?

儿童青少年接种新冠疫苗的程序和成年人一样,也是两针,间隔 3~7 周。接种后可能出现注射部位红肿、疼痛、酸胀、瘙痒等局部症状,个别可能会有发热、乏力、恶心、头痛、肌肉酸痛等全身症状,一般通过适当休息,症状可在 2~3 天内自行消失。期间注意保持局部皮肤清洁,避免用手搔抓接种部位。如果症状在 2~3 天内不消失反而加重,应及时就医,由医生判断是否接种第二针。

## 可以和其它疫苗同时接种吗?

接种新冠疫苗和其他疫苗中间至少间隔 14 天,但如果出现外伤、狗咬等特殊情况下需要打破伤风疫苗或狂犬疫苗的,则不受 14 天间隔的限制。

## 接种疫苗需要注意些什么?

一定要有家长或其他监护人陪同下前来接种,携带身份证或户口本(二选一)、预防接种本,并如实提供近期健康状况和禁忌症等情况。接种前避免劳累和空腹,放松心情;接种后一定在现



场留观 30 分钟,如出现不适,请及时联系留观现场的工作人员。接种当天不洗澡,3 天内不游泳,1 周内不饮酒,不进食辛辣刺激或海鲜类食物,清淡饮食,多喝水,避免过度运动和劳累。

接种过程中配合接种点工作人员做好健康码、行程码查验和体温测量等防控措施。排队等候或接种后留观时,全程佩戴口罩,并保持“1 米”社交距离。

## 哪些情况不能打疫苗?

孩子不建议打疫苗的情况和成年人基本相似,如果孩子正处于急性发病期,如正在发热、咳嗽的,应暂缓接种;患有先天或获得性免疫缺陷者,对疫苗成分过敏,或既往发生过疫苗严重过敏反应,以及患有严重呼吸系统疾病、肝肾功能不全的,不建议接种。需要提醒的是,疫苗都没有 100% 的保护,打完疫苗后,仍需要做好戴口罩、勤洗手、少聚集、常通风、保持社交距离等防护措施。

湖南省疾控中心 方明礼

## 孩子夜间哭闹 当心骨结核

王奶奶的孙子快 1 岁了,最近不知怎么胃口不太好,不愿意活动,腰挺得笔直,还不愿意被人抱,每天夜里都哭吵不安。王奶奶带着孙子到儿童医院检查,结果诊断为“腰椎结核”,需住院治行。王奶奶有点疑惑:只听说过肺结核,怎么骨头也会得结核呢?

骨结核是由结核分枝杆菌侵入骨或关节而引起的化脓性破坏性病变,以脊柱结核最为多见,且大部分骨结核都是由肺结核引发的。骨结核是慢性病,发病多隐渐、缓慢。起病初期可能会有低热、多汗、精神差、食欲减退、贫血和体重减轻;孩子熟睡后,肌肉的保护性痉挛消失,患病的关节会因位置变动而产生疼痛,使孩子从熟睡中痛醒而哭闹不安,称为“夜啼”;晚期常有关节肿胀厉害、关节功能减退和肌肉萎缩,一部分患儿还可引起瘫痪,这是病变侵蚀脊椎骨的侵蚀。

如果孩子出现以下情况要考虑骨结核,需及时到医院就诊:1) 孩子睡醒后或夜间容易出汗、胃口不好、体重下降;2) 不明原因的持续低热;3) 晚上熟睡后惊醒,继之哭吵不安;4) 不如以前活泼,不愿意被人抱;5) 关节肿胀、疼痛。经医生确诊为骨结核者,需严格遵照医嘱规范治疗,除加强营养及全身支持疗法外,还必须早期、联合使用抗结核药物治疗,必要时需采取手术治疗。

湖南省儿童医院骨科 樊园园

## ■ 女性话题

## 母乳喂养 不会让身材走样

有些宝妈产后不愿意母乳喂养,一是怕乳房变形下垂,二是担心增加营养会吃胖。其实,这是一个误区,母乳喂养不会导致身材走样,反而有利于妈妈塑造健美体型。

怀孕、生产和哺乳是女性与生俱来的能力,是一个健康的生理过程。乳房分泌乳汁后被排空,再分泌再排空的过程对乳房来说是很好的锻炼,能使乳房更加健美,不会导致乳房变形下垂。另外,很多宝妈认为只有吃得多、喝得多,奶水才会多,而这样会因营养过剩导致发胖而不愿意母乳喂养,其实,要保证充足的乳汁分泌,并非是大吃大喝,促进“下奶”最有效的方法就是让宝宝频繁、有效的吸吮,不科学的大补特补、大吃大喝,不仅会使妈妈体重增长,还可能影响乳汁分泌。

产后宝妈想要快速恢复健美体型,除了在饮食方面保证营养均衡、适量外,还要配合适度的运动。可以在专业人员的指导下,根据自身状况选择运动方式,循序渐进,适度而为。运动时衣着要舒适柔软,戴上合适的胸罩以保护乳房。另外,母乳喂养的妈妈还要保持好心情,保证充足的睡眠,每天 8 小时左右为宜,时间也不宜过多,否则人体新陈代谢会降低,过剩的营养物质就会以脂肪形式在体内堆积,造成肥胖。

湖南省妇幼保健院 主任护师 罗煌

快乐过暑假 安全不放假

## 暑期儿童安全提示

**防溺水** 暑期儿童溺水事故多发,要做到不在野外戏水,不在危险水域游泳。

**防车内窒息** 如果车辆停放在阳光直射的地方,车内温度很快就会超过 40℃,家长一定要照看好自己的孩子,反锁车门时回头看一眼,切勿将孩子滞留在车中。

**防被卡** 洗衣机、压面机、安检传送带这些生活中随处可见的设备,稍不注意就会变身伤害孩子的“凶手”。小孩子拥有强烈的好奇心,家长应多教育孩子增强安全意识,避免伤害事件的

发生。

**禁玩火** 教育儿童不玩火,家中打火机和火柴应放在儿童拿不到的地方,如果发现火情,及时拨打 119 报警,发现身边的火灾隐患,可以拨打 96119 进行举报。

**交通安全** 驾车外出不要让儿童坐在前排,学龄前儿童要使用安全座椅,并系好安全带,锁好车门车窗,严禁在行车途中将身体任何部位伸出窗外。教育孩子遵守交通规则,警惕汽车盲区。

**防坠楼** 家长一定要加强对

孩子的看管,千万不要让年幼的孩子独自在家,提醒孩子在阳台、窗台附近玩耍的坠落风险,增强孩子的“窗户危险意识”。

**防烫伤** 儿童是烧烫伤的高危人群,家长要对家里的危险因素进行排查,例如暖水瓶、玻璃制品、药剂等,要放在孩子拿不到的地方。还要确保家里的插座无破损、不受潮,电线无裸露等。

意外伤害预防第一!家长一定要加强看护,愿每个孩子都能度过一个平安快乐的暑假。

中国应急管理部