

构筑群体免疫安全屏障

年底前全市77.6%以上常住人口完成新冠疫苗接种

咸宁日报全媒体记者 盛勇

“你接种了新冠病毒疫苗吗?”近日,这句话成了市民见面的问候语。

记者获悉,为进一步构建起人群免疫屏障,有效阻断新冠病毒传播,全面推进新冠病毒疫苗接种工作,我市出台了新冠病毒疫苗接种工作方案,要求在年底前确保全市77.6%以上常住人口完成接种,而在4月30日前,要完成辖区18岁以上常住人口98万以上的第一剂次接种。



A市疾控中心一天接种800余人

3月27日,周六早上8点不到,温泉办事处学府社区工作人员王凯便带着社区几十位居民来到市疾控中心。

扫码、登记、测温、接种,排着长队的市民按照程序有条不紊地完成接种。

王凯告诉记者,这几天,根据上级的要求,社区工作人员按照宣传发动、摸底排查、安排部署、工作落实“四个到位”,动员社区居民踊跃参加疫苗接种,推进接种工作稳妥有序开展。

“为居民做好接种服务,并做好解释工作,这是眼下我们工作的重点。”岔路口社区的工作人员刘丽丽说。

市卫健委副主任、市疾控中心主任钟平告诉记者,这几天,市疾控中心的疫苗接种任务急增,仅3月25日一天,该中心就完成接种800多人。

他介绍道,目前,市疾控中心在统一部署下,制定了规范的新冠病毒疫苗接种流程,从登记问询、测量体温、认真体检,到标准化预防接种、接种留观,整个流程单向流动、闭环管理,确保科学规范。

“全中心100多人都投入到疫苗接种工作中,为了方便市民接种,我们把正常的工作时间延长到晚上10点。”钟平说。

据了解,我市新冠病毒疫苗接种工作于去年12月19日正式启动。按照国务院联防联控机制要求,按照“两步走”的方案,首先对8类重点人群开展接种工作。

目前,我市正在有序组织第二批新冠肺炎疫苗接种以及后续接种工作。从接种情况来看,市民十分踊跃积极。

B四月份前完成98万人接种

疫苗接种哪些人可以接?如何全面推进新冠病毒疫苗接种?如何构筑群体免疫安全屏障?

近日,我市正式出台《咸宁市新冠病毒疫苗接种工作方案》。

方案明确指出,按照属地管理、就近便利原则,结合各接种单位服务能力,以县(市、区)为单位向辖区内符合条件的居民免费接种服务。同时,坚持“应接尽接、愿接尽接”和领导干部、医务人员、教师带头示范的原则免费开展接种工作。

据了解,此次接种将按照每县(市、区)每日1万剂次接种量要求,对本地新

冠疫苗接种服务能力进行综合评估,原则上全市开展常规疫苗接种工作的88家接种门诊均应承担新冠疫苗接种工作。

同时各地还可根据接种需要,在二级以上综合医院、妇幼保健院、中医院和大型企业、高等院校、监管场所等场所规范设置临时接种点,以购买或租赁移动接种车到人员密集单位上门接种,在交通便利、人口相对集中的区域设置方舱式接种点,全面提高接种服务能力和效率。

市疾控中心将统筹市直各医疗卫生机构和各县市区医疗资源,组建市级新冠病毒疫苗接种机动队伍,根据接种

需要租赁移动接种车,做好各县市区密集场所上门接种支援工作。

此外,还将积极开展新冠病毒疫苗接种示范单位创建工作,以县市区为单位,为辖区新冠病毒疫苗接种率超过80%以上的单位、企业、社区、村、市场主体授予“新冠病毒疫苗免疫示范单位”称号,发放牌匾。

据介绍,为全面整体推进疫苗接种工作,我市制定了明确的时间表,在下个月月底前,完成辖区18岁以上常住人口98万以上的第一剂次接种,停止第二剂次接种工作,在今年年底前,完成辖区常住人口77.6%以上的接种任务。

C四个专班保障接种工作

为有力有序推进疫苗接种工作扩面提速,目前我市已经成立四个专班全力统筹做好辖区新冠疫苗采购、接种和人员组织、医疗救治、经费保障等工作。

供应保障专班负责向省指挥部协调我市新冠病毒疫苗供应配额,保障我市疫苗供应,协调注射器等接种耗材供应,负责收集汇总各县(市、区)新冠病毒疫苗采购需求,指导疾控机构在网上采购疫苗,与生产企业签订采购合同等工作。

接种工作专班负责制定新冠病毒疫苗接种方案,组织实施新冠病毒疫苗接种。负责根据各地接种需求和医疗卫生条件合理设置接种单位,做好人员配备和培训,规范开展新冠病毒疫苗接种。

负责疫苗接种的医疗救治保障,负责疫苗异常反应监测、报告和调查工作。

经费保障专班负责新冠病毒疫苗及接种费用保障工作,督促县市区及时上解医保基金和拨付疫苗采购经费。

负责组织做好接种信息汇总上报工作和做好接种信息审核、报送工作。

宣传动员专班负责制定新冠病毒疫苗接种宣传工作方案,提高居民接种意愿,回应群众关切,及时解惑释疑。充分发挥社区力量,加强新冠病毒疫苗接种的社区动员,做好接种人员的组织发动工作。同时负责组织发动在校师生、监所相关人员、福利和养老机构、服务业、劳动密集型行业从业人员等不同行业人员开展疫苗接种。

你应该知道的新冠疫苗接种知识

咸宁日报全媒体记者 刘念

自新冠病毒疫苗免费接种以来,居民接种需求明显提升。同时,居民提出了很多接种问题,市疾控中心有关专家对有关问题进行了解答。

疫苗来源可查、去向可追

预防新冠肺炎最好的办法就是接种疫苗。那疫苗的安全性和有效性如何?目前我国使用的新冠病毒疫苗均已按照规范开展了临床研究,获得了国家药监部门的批准,并通过严格检定后才上市使用。

在疫苗储存和运输过程中,要求定时监测、记录温度,确保新冠疫苗在储存、运输全过程中处于规定的温度环境和运输的相关要求。接种过程也通过规范的操作来充分保障疫苗的有效性和安全性。此外,我省建立了全人群疫苗全程追溯系统,各接种单位及时准确地向省级追溯系统报告

规定的接种个案信息,做到疫苗全程可追溯,疫苗来源可查、去向可追。

无需在接种疫苗前检测是否存在抗体

有过敏史的人可以接种吗?新冠病毒疫苗说明书中的禁忌包括:既往发生过疫苗接种严重过敏反应(如急性过敏反应、血管神经性水肿、呼吸困难等)不得接种。因此要考虑过敏体质的严重程度,并按照临床医师的医嘱执行。而海鲜、鸡蛋、青霉素不过敏的人可以考虑接种。因为,海鲜、鸡蛋、青霉素不是新冠疫苗中的任何一种成分,免疫程序中明确过敏个体并不是接种疫苗的特殊禁忌,因此,可以考虑接种。

新冠肺炎治愈人群需要接种疫苗吗?一般来说,感染过传染病或无症状感染,均会产生相应的免疫力,应该具有类似接种疫苗的保护作用。目前,临床试验尚未提

供新冠肺炎治愈人群的安全性和有效性数据。因此,新冠肺炎治愈人群目前不推荐接种新冠病毒疫苗。

是否需要先检测有无抗体,再决定是否接种?人体中特定抗体的产生一般通过自然感染或者接种疫苗而获得。目前还不完全清楚抗体需要达到什么水平才可以起到预防新冠肺炎的作用。建议只要没有明确感染新冠病毒或患过新冠肺炎,凡符合接种条件者均可接种疫苗,无需在接种疫苗前检测是否存在抗体。

接种疫苗后核酸检测不会呈阳性

接种后当天是否可以洗澡?接种新冠病毒疫苗后(包括其他疫苗)可以洗澡。接种人员往往在接种后嘱咐受种者当天不要洗澡,其目的主要是为了防止因洗澡导致感冒,或接种部位感染,造成、加重局部反

应的发生。新冠疫苗含有吸附剂,部分受种者在接种疫苗后,接种部位可能会出现红肿或硬结,洗澡时要注意保暖,避免过度按压、刺激,洗澡后要保持局部清洁。

需要注意的是,新冠病毒疫苗通常情况下和其他疫苗接种要间隔至少两周以上,但是有些特殊的情况,比如公众遇到了动物咬伤或者出现外伤,这时候要接种狂犬病疫苗或者破伤风类毒素,在这种情况下不建议按照两周间隔接种,可以不考虑间隔,优先接种狂犬病疫苗或者破伤风疫苗。

接种疫苗后核酸检测不会呈阳性。核酸检测的是新冠病毒抗原,灭活疫苗是一种“被杀死”的病原微生物,已完全失去感染性和复制力,故接种后不会导致患新冠肺炎,也不会因接种疫苗使新冠病毒核酸检测呈阳性。

一、什么是系统性红斑狼疮?

系统性红斑狼疮(SLE)源于拉丁语,因患者的面部红斑如被狼“撕咬”后的伤痕,且病症像狼一样狡猾,发作凶险且反复无常,故有其名。SLE是一种累及全身多系统、多器官的自身免疫性疾病,其诊断和治疗均很复杂。其病因及发病机制至今尚未完全明确,但大量研究证实遗传、雌激素、感染以及环境因素与本病的发病有关。血清中出现抗核抗体为代表的多种自身抗体和多系统受累是SLE的两个主要特征。SLE临床表现多样,变化多端,轻症患者仅有皮疹、发热、关节痛等症状,而重症患者可出现肾脏、血液、中枢神经等系统损害。

SLE可发生于任何年龄,但好发于育龄期女性,男女发病比例为1:7~9。以前SLE的生存率很低,人们谈“狼”色变。随着医学技术的不断发展,我国SLE患者5年生存率已达到90%以上,10年生存率超80%,随着SLE早期诊断及治疗水平的提高,这个比率还在不断上升。SLE的严重并发症是影响患者预后的最主要因素,也是患者最主要的死亡原因。据研究报道,10%~15%的SLE患者是死于SLE并发症。因此,避免SLE严重并发症的发生至关重要。

二、系统性红斑狼疮如何早期发现呢?

系统性红斑狼疮的早期发现与调护

系统性红斑狼疮大多发病隐匿,在本病初期阶段,患者多无明显症状及表现,如果有以下1~2项症状或体征,尤其是青年女性,要注意及时到专科医院进一步检查:

- 1.长期的白细胞减少、贫血、血小板减少等;
- 2.长期不明原因的反复感冒发热;
- 3.面部或胸前潮红、红斑;
- 4.光过敏、脱发、胸闷气短、头晕头痛等;
- 5.原因不明的口腔溃疡、鼻粘膜溃疡;
- 6.肉眼泡尿,尿检异常(蛋白尿和/或血尿);
- 7.原因不明的肝脾淋巴结肿大;
- 8.雷诺现象或其他血管病变、动脉炎、静脉炎;
- 9.不明原因的胸腔积液、腹腔积液、心包积液等;
- 10.不明原因的腹痛、腹泻。

3.系统性红斑狼疮如何调护?

在治疗上,西药需要使用糖皮质激素及免疫抑制剂等控制疾病进展,同时长期应用糖皮质激素和免疫抑制剂又会出现相关的副作用,故整个治疗过程中需专科医生生权衡利弊、制定个体化的治疗方案。患者应按照医嘱

定期定量服药,不可擅自改变药物的剂量或突然停药,以免引起疾病反复或加重。结合我院的情况分析,患者采用中西医结合的治疗措施往往疗效要优于单纯使用西药治疗的患者,不良反应也相对较少。当然病情分轻重缓急,如果病情十分危急时,采取多学科共同担联合治疗往往能更成功的挽回患者的生命。在病情的稳定期,可选择性使用中药汤剂或膏方调理机体的免疫状态、保护脾胃、肝肾功能。国内外研究表明几乎所有的系统性红斑狼疮患者都有肾脏损害,而中药中有多种药材可以起到护肾的效果,故而可以配方选用,延缓肾脏损伤。我院一年一度开展的膏方节,根据个人体质,一人一膏,较为精准的调理,可以帮助患者缓解因病情发展或服用西药期间出现的多种不良状态。

四、系统性红斑狼疮如何调护?

系统性红斑狼疮能在早期发现,可以在很大程度上缩短病情控制周期,减少药量及毒副作用。在整个治疗过程中,一定要注意预防感染,长期使用激素及免疫抑制剂的患者免疫力下降,容易出现感染如上呼吸道感染、泌尿道感染、皮肤疮疖等,感染后又会使病情加重。同时也应避免过度劳累或熬夜等。饮食起居的调护也十分关键。和其他风湿疾病一样,中国人所说的发物基本上都不容易诱发本病病情加重,比如牛羊肉、海鲜、螃蟹、龙虾、鲫鱼、鲤鱼、猪蹄汤、动物内脏、动物血制品、高糖食品、韭菜、竹笋等,都容易引起体内炎症因子的释放,从而加重病情。

患者若有皮肤损害时,应避免日光直射,不用化妆品,避免接触有毒或刺激性强的化学物质,不染发,可选择性使用低添加的天然护肤品,如维生素E霜或乳膏等。有口腔溃疡时,需保持皮肤清洁、口腔卫生。疑有口腔真菌、霉菌感染者可予中药、碳酸氢钠漱口及抗菌素涂口腔。有肾脏损害时,需低盐低脂及优质蛋白饮食,避免辛辣食物。有血液系统损害时,需注意个人卫生,出门佩戴口罩,尽量避免去人群集中的场所,室内注意通风,保持心情舒畅。

中医养生大讲堂

咸宁麻塘中医医院 主讲



春日送温暖 义诊健康行

本报讯 记者王恬报道:3月25日,团市委、湖北科技学院临床医学院团委、国药控股咸宁分公司团委携手市附二医院医学专家前往咸宁市横沟桥镇袁铺村,开展“春日入村义诊,暖阳守护健康”义诊活动。

义诊现场,医学专家为来访村民测量血压、血糖,详细询问村民的既往病史和用药情况,耐心细致解答疑惑,有针对性地提出科学有效的治疗建议。来自湖北科技学院的志愿者们为村民发放医用口罩、常用药品等医疗物资,专题宣讲新冠病毒疫苗免费接种政策、疫情防控常识等,还现场展示了七步洗手方法以及如何正确选择、佩戴口罩,帮助村民增加防疫知识,主动接种疫苗。

村民徐琴芝很高兴地说:“不用排队不用挂号,在家门口就能享受到医疗专家的免费诊疗服务,真是温暖贴心!”年近80岁的村民吴奶奶说:“感谢党的好政策,专门上门给我免费体检,还有热心志愿孩子忙前忙后,我身体很好!”

据统计,此次义诊共发放健康宣传资料200余份,接受村民诊疗100余人次,免费赠送医用口罩、药品2000余份,得到了袁铺村两委、村民的高度认可和欢迎。

生活顾问

如何快速去除淤青?

本报讯 记者刘念报道:“摔了一跤,腿上出现淤青。”近日,家住咸安区希望桥社区的王女士咨询,如何快速去除淤青?

希望桥社区卫生服务站有关医务人员介绍,淤青是由皮下出血造成的。一般当皮肤组织受到猛烈撞击时,血管随之受损或是破裂,血液从这些受伤的血管中渗漏到周围的皮下组织中,最终形成我们肉眼能看到的淤青。

用以下方法,可以快速去除淤青:冰敷。刚刚被撞但没有皮外伤时,可以通过冰敷的方式即时收缩毛细血管,从而防止皮下出血引起的红肿发青。冰敷时,可以将冰块垫上毛巾敷于淤青处,冰敷温度保持在15℃左右即可。

热敷。当淤青超过24小时或48小时后,则可以通过湿热敷的方法来帮助缓解淤青情况,每天多敷几次,每次20分钟左右。注意热敷温度不宜太高,否则容易灼伤皮肤。

如何防治青光眼?

本报讯 记者刘念报道:近日,家住咸安区桂桂社区的王女士咨询,如何防治青光眼?

咸宁爱尔眼科医院有关医务人员介绍,青光眼是不可逆致盲性眼病,对于一些青光眼患者,在情绪波动、劳累、疲劳以及在暗室待时间过长,都有可能引起青光眼急性发作。

防治青光眼,合理用眼,避免过度疲劳。不宜有熬夜的习惯,不要长久地看电脑、玩手机等,要注意防止因过度使用眼睛而引起的近视和眼压不稳定的情况。

适当运动,降低眼压。注意劳逸结合,适当运动,尤其是有氧运动,可以降低眼压。

科学合理的饮食。多摄入一些粗纤维的食物,避免常吃一些辛辣和刺激性的食物,保持排便的通畅。此外,要控制饮用水量,每次饮用不应过多,可以多次饮水,以避免一次饮用过多而导致眼压升高。还要避免吸烟和饮酒、不要喝浓茶或咖啡等。

注意心理调节。青光眼患者要控制好情绪,保持积极情绪的稳定。

如何预防水痘?

本报讯 记者刘念报道:近日,家住咸安区永安社区的张女士咨询,如何预防水痘?

永安社区卫生服务中心有关医务人员介绍,水痘一年四季都可发生,但以冬春季为高发季节,是一种具有高度传染性的疾病,人群普遍易感,尤其2~10岁的幼儿,学龄前及学龄期儿童常见。

接触水痘前预防,可进行水痘灭火疫苗接种,分2次进行,每次间隔3个月。

接触水痘后预防,易感儿童接触病人后,应观察3周。水痘病人自出疹开始至全部水痘疱疹结痂期间,需进行隔离,对病人的毛巾、被褥、玩具、餐具可用煮沸或日晒等方法进行消毒。

保持室内开窗通风,尽可能让阳光直射;注意个人卫生,成人、孩子都应勤洗手,避免与急性期水痘病人接触。

加强锻炼,多做户外运动。均衡营养。尽量避免带孩子去人群密集的场所,也不要带孩子去患病儿童家串门。