

老年人该不该接种肺炎疫苗？



肺炎球菌是一种条件致病菌，广泛定殖在人体鼻咽部，通过直接接触病人和健康带菌者的呼吸道分泌物传播，传播形式隐匿，小于5岁人群携带率为27%—85%，在发展中国家可高达85%。肺炎球菌是侵袭性肺炎球菌疾病和社区获得性肺炎的主要病原菌，可引起脑膜炎、鼻窦炎、菌血症等严重的并发症，严重时甚至可以危及生命。

一、肺炎球菌感染是导致老年人患病和死亡的重要原因

与年轻人相比，老年人机体各器官系统逐渐衰竭，免疫功能逐渐下降，容易罹患各种感染性疾病，加重原有基础疾病的症状，严重影响老年人的生活质量。在众多感染性疾病中，肺炎球菌感染是导致老年人患病和死亡的重要原因。全球每年有100多万人因肺炎球菌感染死亡，且60岁及以上老年人是感染肺炎球菌死亡的高危人群。2015年我国老年人肺炎发病率接近25%，而且随着年龄的增长，发病率和死亡率也不断上升。在我国院外获得性肺炎中，肺炎球菌性肺炎可达46%—76%。肺炎球菌菌血症总的病死率在成人中可达15%—20%，在老人中高达30%—40%。

二、接种肺炎疫苗是预防肺炎球菌性疾病最为有效的方法

世界卫生组织已将肺炎球菌疾病列为“极高优先”使用疫苗预防的疾病，而接种肺炎疫苗是预防肺炎球菌性疾病最为有效的方法。23价肺炎疫苗适用于2岁以上的容易感染肺炎球菌的人群，一般体质较好的人群均可进行接种。23价肺炎疫苗可覆盖我国85%以上常见肺炎球菌血清型，主要通过阻断肺炎球菌的携带与传播以达到控制肺炎球菌性疾病的目的，进而

缓解其对抗生素的耐药问题、降低耐药菌株的出现并阻止耐药率持续升高。有研究指出，老年人接种肺炎球菌疫苗，可以有效降低肺炎发病率、呼吸道感染率以及住院率，减少呼吸系统疾病的发生。

三、符合条件的老年人可免费接种一剂肺炎疫苗

自2013年9月起，上海市将“60岁以上户籍老年人接种23价肺炎球菌多糖疫苗”作为本市重大公共卫生项目，本着“知情同意、自愿免费接种”的原则，为符合条件（接种当日60岁及以上户籍人群，无接种禁忌，且5年内未接种肺炎疫苗）的老年人免费接种一剂肺炎疫苗。

每年，浦东疾控都会为年满60周岁、户籍地在浦东的老人邮寄一份来自疾控的信函，饱含对老人们的深切关心，告知书中包含接种原则、接种程序、注意事项和接种点等信息，爷叔们可以携带二代身份证到居住地所属的社区卫生服务中心进行接种即可。截至目前，浦东新区已累计完成接种40万余剂次，均无严重不良反应的报告。

疫情防控进入新阶段后，人口流动性明显增加，预防老年人感染肺炎球菌刻不容缓。积极开展老年人群肺炎疫苗接种以提高老年人生活质量，在后疫情时代具有更加积极的意义。

接种肺炎疫苗是预防肺炎球菌性疾病最为有效的方法



符合条件的老年人可免费接种一剂肺炎疫苗



□新华社资料图片

“终结”肺结核：早发现、早治愈，减少传染源

结核病是长期严重危害人民健康的慢性重大传染病之一，是由结核分枝杆菌导致的慢性传染性疾病，以呼吸道传播为主，偶有发生通过消化道、皮肤接触等方式感染。人体除了头发、牙齿之外的器官均可发生结核病，但肺结核最为常见。我国结核病防治工作近年来已取得明显成效，但距世界卫生组织提出的2035年将结核病发病率降低90%的目标尚有一段距离，需全社会继续努力，攻克结核病防治工作的重点与难点。

“治疗就是预防”。早期发现、早期治疗、治愈肺结核，减少传染源，是重要的预防措施，能够更好地保护周边人群。上海市结核病防治采取“三位一体”的模式，一旦确诊肺结核，疾控中心协调组织结核病定点医院及社区卫生服务中心，协同开展以“治疗病人为核心”的结核病健康管理服务工作。肺结核患者一定要按照治疗规范，遵从医嘱接受治疗；社区结核病防治医生定期访视，开展不良反应监测及处置；结核病定点医院根据患者个体情况，制定治

疗方案，规范治疗。而肺结核病治疗周期长，一般需要6—8个月甚至超过12个月的服药期，容易因患者主观因素及客观原因造成不能规则治疗、随意停药，治疗依从性降低。通过长期调查，疾病控制部门发现，引起患者不规则治疗的原因主要有：主观因素为怀疑诊断、症状好转而忽视、惧怕药物反应或担心无钱医治等；客观因素则为肝功能损伤、血细胞下降、胃肠道反应或药疹等药物不良反应。浦东新区平均每年登记肺结核患者约1400例，出现不规则治疗个案约12%。相关研究显示，“1例不治疗的肺结核病患者一年内就可能传染10—15人”。为此，新区疾控中心分析本区实际情况，组织针对社区结防医生业务培训，扩大培训内容，除了医学知识，逐步扩展至沟通技巧、健康教育技术、心理干预技术；组建工作室，邀请预防医学、临床、心理、放射、患者管理等不同领域的专业人员加入，综合开展不规则治疗患者干预；加强确诊患者健康管理，在确诊初期切实提高

患者对治疗疾病的重视程度，让患者对自身治疗程序和政府减免治疗政策等进行了解，杜绝自行停药现象发生。

疾控中心提醒确诊肺结核患者：

- （一）咳嗽、打喷嚏时，应当避让其他人、遮掩口鼻。
- （二）不要随地吐痰，要将痰液吐在有消毒液的带盖痰盂里，不方便时将痰吐在消毒湿纸巾中或密封痰袋里。
- （三）尽量不去人群密集的公共场所，如必须去，应当佩戴口罩。
- （四）居家治疗的，应当尽量与他人分室居住，保持居室通风，佩戴口罩，避免家人被感染。
- （五）如有胃肠道反应或药疹等药物不良反应时，及时联系社区管理医生或及时到定点医院就诊。
- （六）加强营养，提高人体抵抗力，有助于预防治疗。

肺结核病可防可治，只要全社会共同参与，共同努力，一定会终结结核流行。

“智慧的牙齿”，拔还是不拔？

智齿是人类口腔内最里面的第三颗磨牙，从正中的门牙往里数刚好是第八颗牙齿。一般在16—25岁间萌出，此时人的生理、心理发育都接近成熟，有“智慧到来”的象征，因此被俗称为“智齿”。

一、智齿萌出有规律吗？

智齿生长方面，个体有很大差异，通常情况下应该有上下左右对称的4颗牙，有的少于4颗甚至没有，极少数人会多于4颗。萌出的年龄差异也很大，有的人20岁之前萌出，有人40、50岁才长或者终生不长，这都是正常现象。

二、是不是长了智齿就要拔？

智齿由于位置特殊，日常刷牙不易清洁，容易产生蛀牙，而且智齿往往由于萌发空间不足出现胀痛，还会侵犯邻牙，造成牙疼，有些智齿会因萌发不足成为阻生齿，引起牙列不齐、冠周感染、张口困难，若患者的抵抗力差，还会引起发热等全身症状。

如果智齿在正常位置长出来，而且能够正常咀嚼，不会对旁边的牙齿造成伤害，同时也没有炎症，没有肿胀或者疼痛问题，这种情况下并不需要将其拔掉。需要拔掉的都是一些不安分的、随时有可能引起牙痛或者牙龈发炎的牙齿，能早点拔掉就早点拔，智齿要不要

拔，不光取决于疼不疼，需要拍牙片找医生进行判断。

三、拔牙前，需要做哪些准备？

1. 女性需避开生理期、孕期。患有心脑血管疾病者及三高人群，拔牙前需经过医生评估。
2. 拔牙前不要空腹。若不吃东西，在拔牙过程中出血较多，很容易发生贫血、低血糖。
3. 如果两侧的牙齿都要拔除，小U提醒，不要一次性全拔了，不然会影响吃饭。

四、拔完智齿后一般痛几天？

拔智齿的疼痛时间从3天到6天不等。如果患者的牙冠已经完全漏出来，这时候拔智齿留下的创口就会特别小，疼痛时间也会缩短；要是阻生齿比较严重，则需要把牙龈切开以后再把智齿拔出来，这种清情况下疼痛的时间也会延长。

拔智齿后，医生往往会给患者开消炎药，要注意坚持使用可以促进伤口愈合，也能降低伤口感染的可能性。不吃辛辣刺激性的食物。建议一周以后复查。如果有多次出血或者出血不止等情况，要及时到医院找牙科医生处理。

提醒 Tips：

1. 生长位置不当、未长到正常咬合部位的牙齿千万别舍不得。
2. 为避免智齿造成的伤害，建议及时进行口腔检查。而且，并不是智齿没有发生过疼痛，便不需要拔除。具体情况，怎样处理，是否应该拔除，都要经过医生评估。不可因为畏惧疼痛而拖延，拖延时间过长可能导致更加严重的后果。

寻医问药 政策咨询 投诉建议
市民朋友可以拨打卫生热线



12320

上海市12320卫生服务热线网站：www.12320.sh.cn
上海市健康在线网站：www.shei.org.cn

本版协办：浦东新区疾控中心 浦东新区健康教育所



浦东时报

地址：上海市浦东新区学园路300号

扫一扫关注我们