

甲流气势汹汹袭甬城 接种疫苗预防最有效

疾控专家细说市民关注的热点问题

眼下，甲型H1N1流感气势汹汹袭向我市，来自监测哨点医院的流感样本中有80%是甲型H1N1流感毒株。特别令人关注的是，本月初我市已出现甲流死亡病例。

近日，市疾控中心免疫预防所所长边国林、传染病预防所副所长方挺，就市民关注的甲流热点问题，谈了自己的看法。

图为医务人员正在为市民接种甲流疫苗。



现场目击

部分市民防范意识亟待加强

近日，记者专程到我市医院、公交车、超市、会议厅等公共场所，发现部分市民防范甲型H1N1流感意识淡薄，主要表现在以下几个方面：

一是公共场所难觅戴口罩者。专家认为，近段时间，外出去空气不流通的公共场所最好戴上口罩，去医院等高危险场所应多加防范。

6日下午，记者来到海曙区鼓楼社区卫生服务中心的输液室内，发现数十名输液者中，竟无一人戴口罩。据了解，输液者中发热病人的比例较高，他们中的部分人极有可能是甲流患者。7日上午，记者在市妇儿医院，看到就诊者中戴口罩的比以前有所增加，可仍是少数，戴口罩的主要是医务人员。而那些挺着大肚子的孕妇，没戴口罩毫不在乎地与发热病人坐在一起。在市区公交车上、超市里，记者看到戴口罩的更是寥寥无几。

二是打喷嚏、咳嗽时不遮捂。

8日下午，记者走进火车南站候车厅，一个中年男子的咳嗽引起了记者的注意。那男子毫无顾忌对着人群打着喷嚏与咳嗽，根本不用手绢或餐巾纸遮捂。

三是没有养成良好洗手习惯。

勤洗手，洗净手，尽量避免用手揉眼睛和抠鼻，减少黏膜感染，是远离甲流的方法之一。记者询问了多位宁波市民，虽然他们对此略有所知，但多数人不屑一顾，仍保持着原来的习惯。

记者亲历

接种甲流疫苗后几点感受

从10月29日起，宁波开始大规模接种甲型H1N1流感疫苗。尽管媒体报道不良反应比例极低，但仍有少数人不免有些紧张和顾虑。为了“亲口尝一尝梨子的滋味”，10月6日上午，记者来到鼓楼街道社区卫生服务中心接种了甲流疫苗，下面便是接种的过程和感受。

6日上午9点不到，记者来到鼓楼街道社区卫生服务中心接种区。接种区分为四个区：候种区、预检区、接种区和留观区。医务人员先要记者填写一张甲型H1N1流感疫苗知情同意单，内容为是否感冒或发热、是否有过敏体质、是否有慢性病史等。在接种知情同意单上签了字，拿到宁波市海曙区甲型H1N1流感疫苗接种告知书。随后坐上椅子，医务人员在记者的左上臂外侧注射了0.5ml浙江地产的甲流疫苗，整个注射时间不到10秒钟。然后在留观区静坐了30分钟。

感觉一：接种时有轻微酸痛，程度略甚于蚊子叮咬，与以前接种其他疫苗没什么两样。

感觉二：打了疫苗后，没出现局部疼痛、红肿、瘙痒等不良反应。中午12时，记者左手往上举时，发现左上臂有点酸胀（不往上举时无此感觉），而未接种疫苗的右上臂无此感觉。到了下午6时，左上臂上提时酸胀程度大有缓解，次日早晨完全消失。

感觉三：体温一直正常。6日早晨（接种前）36.7℃，7日早晨36.6℃，8日早晨

36.6℃。

记者接种甲流疫苗前，刚好碰上上海曙区某医院的一位儿科医生。她谈了他们单位有关人员接种后的情况：近期出现过发烧等感冒症状者，注射甲流疫苗后几乎没有反应，而近期未出现过发烧等感冒症状人，出现不良反应的几率比前者就大多了。据推测，目前我市正处于甲流高峰期，近期发烧者感染过甲流的可能性较大，这些人接种疫苗前可能就有了相应抗体。

专家释疑

日前，市疾控中心边国林、方挺等专家，就市民关注的甲流热点问题，回答了记者的提问。

问：最近，卫生部和教育部发布紧急通知，严禁以防控甲型H1N1流感为由，向学生推销季节性流感疫苗和肺炎疫苗等其他II类疫苗。这是否说明学生没有必要接种季节性流感疫苗和肺炎疫苗了？

答：目前的肺炎疫苗（通常指23价肺炎球菌多糖疫苗）最适用于老年人接种。WHO建议：60岁到65岁老人均应接种该疫苗。而季节性流感疫苗，对学生来说还是建议接种。

问：目前宁波市是如何监测甲流的？哨点分布情况？

答：我市对甲型H1N1流感进行了系统的监测，内容包括：流感样病例就诊百分比、门诊病例总数、内科发热门诊就诊病例数、流感相关住院病例情况等流行病学监测信息，流感样病例流感病毒实验室监测和聚集性疫情监测，基本能够全面反映甲型H1N1流感对我市的影响，便于有关部门及时获取疫情信息，并及时调整防控策略。

我市流感监测哨点包括了部分城市、农村的综合性医疗机构，包括了城市、农村的社区卫生服务中心等基层医疗点，包括负责学校等聚集性疫情现场处置的疾控机构，基本涵盖了流感影响的相关部门，能够代表全市基本情况。

问：目前宁波市甲流监测结果如何？宁波每天新增病例是如何算出来的？

答：我市目前流感监测结果显示：监测哨点流感样病例就诊百分比达5.05%，明显高于2007年度（1.08%）和2008年度（2.83%）的同期水平。近期（第43周：10月

26日-11月1日）我市流感网络实验室检测哨点医院送检的流感阳性标本中甲型H1N1流感病毒阳性率为94.74%，较首次从流感样监测病例中检出甲流病毒的第29周（7月20日-7月26日）时的16.67%有了明显的上升，提示甲型H1N1流感病毒已成为我市目前流感的优势毒株，发病上升趋势明显。我市目前每天公布的数据是实验室确诊病例的情况，而实际发病数则远远大于目前公布的确诊病例数。

问：目前宁波市甲流流行特点如何？（如输入转本地病例、城市转城市乡村并存）

答：宁波市甲型H1N1流感流行特点与国内其他城市基本一致。呈现以下几个特点：由输入性病例为主转变为以本地病例为主，以城市高发转变为城市农村无明显差别，甲型H1N1流感已成为当前流感疫情的主要病原。专家分析：我市已进入甲型H1N1流感社区流行的初级阶段，下一阶段将有可能在局部地区造成更大规模的流行和发病，至少持续到明年春天。

问：家人或者是同事得甲流，我们该怎么办？

答：首先不必惊慌，目前甲型H1N1流感绝大多数是轻症病例，且甲流病毒也在环境中广泛存在。作为家人和同事，第一应建议患者居家休息、多喝水，尽量减少外出，或外出时佩戴口罩。第二自己在照顾患者或近距离接触患者时，最好佩戴口罩，平时注意室内开窗通风，接触鼻子、眼睛等粘膜部位前要洗手，加强体育锻炼，增强体质。

问：得了甲流之后一定要去医院就诊治疗吗？哪些人可以居家治疗？

答：甲型H1N1流感绝大多数是轻症病例，仅表现为轻微的发热、咳嗽、咽痛等流感样症状。我们建议轻症病例居家休息，多喝水，减少外出。但是3岁以上、60岁以上、孕妇或有慢性基础性疾病史，以及持续发热3天以上，咳嗽等感冒症状明显加重的患者要及时去正规医疗机构发热门诊就诊，在医生的指导下进行治疗。

问：目前在人多的公共场所和公共交通工具上，有必要戴口罩吗？

答：在当前的情况下，卫生部门建议市民减少去人多拥挤的地方，特别是感冒病人更应减少外出活动。在公共场所和人多拥挤的公共交通工具上，建议市民佩戴口罩。

问：目前宁波市甲感疫苗接种情况反响如何？副作用严重吗？

答：目前宁波市第一批六类人群甲型H1N1流感疫苗接种工作正安全有序地进行，按计划将接种10万人，于11月13日结束。目前未见有人发生严重副作用。

问：如果我前段时闻得了疑似甲流，那还用注射甲流疫苗吗？

答：一般人群全部是甲流易感人群，除非是近期明确患过甲流者和甲型H1N1流感疫苗接种禁忌症者，均可注射甲型H1N1流感疫苗。

问：孕妇能打甲流疫苗吗？哪些是甲流疫苗接种禁忌症？

答：我国甲型H1N1流感疫苗未做孕妇的临床实验，所以目前把孕妇列为接种甲型H1N1流感疫苗的禁忌人群，不能接种。其他禁忌证为：正在感冒发烧的病人、过敏体质者、严重慢性病患者、严重慢性疾病急性发作者、三岁以下幼儿、格林巴利综合征患者、不能控制的癫痫等神经系统疾病患者，以及其他医生认为不适合接种的人。

（记者 俞崇尔 通讯员 王潇怀 文/摄）

健康资讯

市图书馆周五有糖尿病知识讲座

11月14日为世界糖尿病日，是为纪念加拿大科学家在世界上首次发现胰岛素并应用于临床治疗而设立的。

为了纪念班亭为糖尿病事业做出的伟大贡献，为向广大糖尿病患者宣传科学治疗糖尿病知识，浙江省老教授协会特为宁波广大糖尿病患者举办糖尿病科普讲座。

讲座内容
1. II型糖尿病发病原因最新研究；
2. 糖尿病用药分析；
3. 糖尿病自然疗法。
报告人：中华医学会糖尿病分会理事
浙江省老教授协会理事
原浙江大学生命科学院王维义教授
地点：宁波市图书馆二楼多功能厅
时间：11月13日上午8点
注意事项：参会者需提前报名，报名电话：27833088
到会者凭本人病历领《糖尿病指南》一本。

14日宁海有义诊和讲座

11月14日是世界糖尿病日。宁大附属医院内分科医护人员将在宁海前童镇举办糖尿病知识讲座和义诊。

时间：11月14日（周六）上午9：00
地点：宁海前童镇竹林卫生院
主讲人：宁大附属医院内分科王黎明主任医师（虎贲）

第二医院周四有糖尿病讲座

11月12日下午2：00，宁波第二医院内分科将举行“糖尿病之家”系列讲座，由肾内科费锦萍主任医师主讲“有关糖尿病肾病”，可以让广大糖尿病患者尽可能懂得如何避免或延迟糖尿病肾病等并发症的发生。地点在宁波第二医院4号楼9楼学术报告厅。（记者 叶海英 通讯员 王继红）

市妇儿医院 周日有分娩方式的选择专题讲座

分娩方式的选择——这是每一位准妈妈都会面临的问题，是自然分娩还是选择剖宫产？你为什么这样选择？到底该怎样选择合适的分娩方式？（所谓合适是就个体而言，因为每个孕妇都有自己的生理特征，要根据具体情况在医生的指导下进行选择。）欢迎来听听专家科普讲座。

主题：分娩方式的选择
主讲人：赵羽玲主任
时间：11月15日上午9：00-10：30
地点：医院门诊四楼学术报告厅
联系电话：87083394（马碟翼）

宁大附院周六有产科讲座

宁大附属医院将举办孕产妇保健知识讲座。
时间：11月14日（周六）上午9：00
地点：宁大附属医院门诊四楼国际学术报告厅
主讲人：周宁副主任医师、叶元芬副主任医师（虎贲）

六院周日有月经失调妇科讲座

月经失调是妇科常见病，表现为月经周期或经量的异常，经前、经期腹痛和全身症状。如何预防及治疗月经失调？市第六医院将在11月15日（周日）上午9点，在妇科病房宣教室举办月经失调相关知识讲座，同时进行免费妇科检查。主讲人为孙宛主任医师。（记者 叶海英 通讯员 赵蔚）

光明眼病医院周六有斜弱视讲座

很多青少年存在的视力问题中，有一部分存在不同程度的弱视。如果能及时治疗，弱视会得到有效的控制和康复。如果得不到及时的治疗，弱视会更加严重，甚至会造成终身视力残疾。所以及时地发现斜、弱视、尽早治疗斜、弱视对小朋友来说是至关重要的。如何及时发现弱视？发现了弱视又该如何治疗？11月14日（周六），光明眼病医院姚东伟副主任医师将在该院三楼学术厅，开展斜弱视防治讲座。

医院地址：江北人民路658弄2号。咨询电话：87666106。（记者 叶海英 通讯员 崔燕波）

肚脐埋小丸 对付过敏



过敏尽量别用激素，虽解燃眉之急，但不能长期使用。现有一方法，不用打针、吃药、抹激素，也无需查过敏源。只需将百味特殊中草药浓缩的褐色小丸，埋在肚脐这个人体中心点里，精华成分便作用于身体的五脏六腑及体液，体内蓄积多年的垃圾通过大小便排出体外，多用几丸，即使再遇过敏源，也不易再犯，屡用屡灵。对付过敏，此法使用近40多年，尤以老

人、孩子居多。其方法简便、奇特，获得了国家专利（专利号ZL01114068.2），管它叫“敏特”，而且使用安全、价格便宜，深受百姓认同。

如果您是过敏性哮喘、鼻炎、鼻窦炎、过敏性鼻炎、湿疹、荨麻疹、激素脸、顽固性皮肤病痒、过敏性紫癜、过敏性结肠炎、季节性过敏及由（花粉、冷空气、化妆品、紫外线、粉尘、酒精、海鲜、食物、药物或不明原因等）引起的过敏性人群，不妨体验一下“敏特”。

咨询热线：82060090（市内免费送货）
特约经销：信谊药店（解放南路55号）、越丰堂药店（儿童公园西门对面）、万和药店（槐树路102号）、镇海：川华大药房；慈溪：百诚药店；余姚：万隆百草药店；象山：珊瑚大药房。