

预防流感 从疫苗接种开始

8月4日下午，区健康管理中心将开设流感疫苗接种专场

作者：潘晓均

本报讯（融媒体记者潘晓均）近期，广州市流感病例较往年同期明显增多，为做好流感的预防工作，保障广大人民群众的身体健康，区健康管理中心（番禺康复医院）将于8月4日（本周四）下午，开设流感疫苗接种专场。

流感，即流行性感，是由流感病毒引起的一种急性呼吸道传染病。传播迅速，人群普遍易感，每年可引起季节性流行。流感病人主要表现为发热、咳嗽、咽痛、身体酸痛、头痛、疲劳等症状，大多数人可在一周内康复。老人、儿童、慢性病患者是高危人群，患流感后出现严重并发症和死亡的风险较高。接种流感疫苗是预防流感的最有效手段，可以减少流感相关疾病带来的危害及对医疗资源的占用。

据悉，本次流感疫苗接种专场将提供四价流感疫苗接种服务（164元/剂，含21元接种服务费），接种时间为8月4日下午14:30-16:30，届时18周岁及以上人群可前往区健康管理中心成人接种门诊进行接种，详情可致电020-23889222转成人接种门诊咨询。

专家建议有意愿接种流感疫苗且无禁忌的人群，在每年流感季来临之前接种流感疫苗，尤其是老年人、儿童、孕妇、慢性病患者、6月龄以下婴儿的家庭成员和看护人员等重点人群，以及医务人员、养老机构、长期护理机构、福利院、托幼机构、学校、监所等场所工作人员。

区健康管理中心提醒群众，接种流感疫苗应与其他疫苗接种间隔大于14天，前往现场接种需携带预防接种证或身份证，同时要做好个人防护，并配合预检分诊，接种后需现场留观30分钟，无不良反应方可离开。

此外，区健康管理中心亦提醒部分人群并不适直接种流感疫苗，包括对疫苗中所含任何成分（包括辅料、甲醛、裂解剂及硫酸庆大霉素）过敏者，患急性疾病、严重慢性疾病、慢性疾病的急性发作期、感冒和发热者，未控制的癫痫和患其他进行性神经系统疾病者，有格林-巴利综合征病史者等均为接种流感疫苗的禁忌人群，具体以疫苗说明书为准。

预防流感，除了接种疫苗外，在日常生活中也要注意保持良好的个人卫生习惯，保持环境清洁、勤洗手、居家勤通风、出门戴口罩等良好卫生习惯，尽量避免到人群密集场所活动。咳嗽或打喷嚏时，用上臂或纸巾、毛巾等遮住口鼻，咳嗽或打喷嚏后洗手，尽量避免触摸眼睛、口鼻。平时要合理膳食，适当运动，规律作息，增强体质和免疫力。

