

# 接种疫苗是健康的第一道“防护墙”

## 儿童预防接种宣传日 疾控专家就疫苗接种答疑解惑

□本报首席记者 李悝

2024年4月25日是第38个“全国儿童预防接种日”，宣传主题为“共同行动 接种疫苗 为全生命周期护航”。据了解，接种疫苗是宝宝健康的第一道“防护墙”。专家表示，对社会而言，接种疫苗是最经济，最方便，最有效，也是最安全的预防措施；对个人而言，接种疫苗是最好的健康投资。

4月25日8时，长安区中山东路预防接种门诊入口处，几块“全国儿童预防接种日”宣传展板非常显眼，很多家长正在排队为孩子接种疫苗。

一位带着女儿接种疫苗的女士告诉记者，当日该给孩子接种Hib疫苗(b型流感嗜血杆菌疫苗)。接种医生一边打开包装一边介绍，每个疫苗包装盒上都有独立追溯码，可以通过追溯码查询疫苗的信息，门诊会为每位受种者进行登记，建立完整档案，每针疫苗都有详细的“来龙去脉”可查。

接种完成后，医生仔细地向家长叮嘱了注意事项，并嘱咐其在留观室进行30分钟的医学观察，无异常才可以离开。

“我平时会关注市疾控中心的微信公众号了解疫苗知识、了解接种门诊信息，孩子快到疫苗接种的时候，接种门诊也会通过预防接种本、家长微信群、电话和短信及时提醒该接种什么疫苗，我就会从微信上给孩子预约接种时间，非常方便。”孩子妈妈王女士表示，作为家长来讲，对疫苗的安全性特别放心，该给孩子接种的疫苗，无论是自费还是免费的，都会选择按时给孩子接种来预防疾病，保护孩子的身体健康。

“初生婴儿可从妈妈体内获得母传抗体，保护其免受疾病侵害。但随着宝宝长大，母传抗体逐渐消失并在宝宝6个月大时降至最低水平，而此时婴幼儿自身免疫系统尚未完善，对病原感染的免疫力极低，接种疫苗是宝宝健

康的第一道“防护墙”。”石家庄市疾控中心免疫规划管理科科长、主任医师白萍说，此时，宝宝需要接种的疫苗种类很多，接种针次相对密集，不同种类疫苗的免疫程序也各有不同。

那么，如何科学安排宝宝的接种计划？白萍建议：准父母们从孕晚期开始就应该与居家附近的社区卫生服务中心取得联系，参加妈妈课堂，学习疫苗接种的相关信息，听取接种点医生的疫苗接种顺序建议，以保证小宝宝们从降生起就能够获得最全面的保护，为宝宝打造健康盾牌，远离儿童疾病的侵袭。

随着公众健康素养的提升，越来越多的人意识到疫苗不仅是针对儿童，还能够在生命的各个阶段，保护人们免受各种严重传染病的侵害。从婴幼儿接种的百白破、麻腮风疫苗，到儿童和成人都适用的流感疫苗、肺炎疫苗和HPV疫苗，再到老年人的带状疱疹疫苗等等，各年龄段都可以享受接种疫苗带来的健康收益。

⊕ 专家答疑

### 接种疫苗是最好的健康投资

在采访过程中，记者发现很多市民对疫苗接种的相关问题存在疑惑。对此，石家庄市疾控中心免疫规划管理科李青园做了详细解答。

#### 疑惑一：接种疫苗后，为什么还可能被感染？

李青园：首先，疫苗不能预防某类疾病中所有型别的病毒。比如13价肺炎疫苗和23价肺炎疫苗，只能预防所含相应血清型肺炎链球菌引起的侵袭性肺炎，而无法预防其他病原体和非血清型肺炎球菌引起的肺炎，所以“打了肺炎疫苗还得肺炎”也是很正常的现象。存在该情况的还有手足口病疫苗、HPV疫苗、轮状病毒疫苗、流

感疫苗等。

其次，疫苗接种成功后可在机体内迅速产生抗体，并在短时间内形成持续保护，但少数人群因体质差异，在接种疫苗后未能形成有效抗体或抗体滴度较低时，便无法起到预防作用。但对于绝大多数免疫功能正常的人群来说，规范地接种疫苗是能够有效起到预防疾病、保障健康的作用的。由此，接种疫苗的意义并不是保证人100%不生病，当适龄人群通过接种疫苗而建立免疫屏障后，就能保障疾病不暴发流行，大大降低感染的风险，而接种疫苗后再感染疾病也往往比未接种疫苗的症状要轻。

#### 疑惑二：非免疫规划疫苗有没有必要接种？

李青园：接种非免疫规划疫苗是对免疫规划疫苗的进一步补充，其覆盖的也是很重要的传染病，患病后对个人的健康同样会造成很大危害。所以在条件允许的情况下应尽可能接种，如接种肺炎疫苗、带状疱疹疫苗、流感疫苗等等，可以让我们获得更完善的保护，从而提高抵抗疾病的能力。

#### 疑惑三：是否只有小孩才需要接种疫苗？

李青园：对个人来说，全生命周期的健康保护是从接种第一针疫苗开始。但疫苗并非儿童专利，人的一生中各个年龄阶段都有相对应的疫苗，在全生命周期中发挥重要作用。

对疾病而言，疫苗也并非儿童专利，成人免疫同样不容忽视。老年人特别是有基础性疾患者，罹患流感、带状疱疹、肺炎后发生严重并发症的风险较高；而威胁全球女性生命的恶性肿瘤中，由高危型HPV病毒所致的宫颈癌名列前茅。对于上述疾病，均有相应疫苗可以预防，适宜人群可以按需主动接种疫苗，为全生命周期护航。

# 中国桥牌男队首次在石家庄集训

## 主教练侯勳：这是一支凝聚力极强的团队

□本报记者 常明

自石家庄桥牌男队在今年的中国桥牌男队选拔赛上获得冠军，并升格为国家队后，广大的石家庄桥牌爱好者备受鼓舞，也让石家庄这座城市声名远播。

中国桥牌男队近日首次在石家庄进行集训。集训都训练啥？出国比赛哪些方面需要注意？当国家队教练有没有工资？带着众多桥牌爱好者关心的话题，记者日前采访了这支由石家庄桥牌男队组建的国字号队伍。

4月25日是中国桥牌男队在石家庄集训的第一天。他们要在28日参加在亚太大酒店举行的全国桥牌个人精英赛，所以集训地也设在了亚太大酒店。9时30分，在一个四十多平方米的包间里，一台电视机、一个大白板和一台打印机，统一身着红色运动服的中国桥牌男队开始了第一天的集训。

孙纲、蔡阳、张永革、李杰、连若旸、连勇，六位从石家庄桥牌男队变成中国桥牌男队的队员悉数到场，还有从石家庄桥牌男队教练升格为国家队教练的张聚恒。眼前的这一片红色着实抢眼，有着国字号的荣耀，看着也着实高兴。这是石家庄桥牌男队在中国桥牌男队选拔赛上顽强拼搏所赢得的，让记者印象深刻的是，在这次选拔赛上由于综合积分不如对手，多场比赛他们都是在让分的情况下取得了胜利，最终以不败战绩问鼎。

“在全国顶尖的桥牌职业俱乐部中，石家庄男队能拿到冠军，是非常不容易的一件事！”中国桥牌男队主教练侯勳说，“他们的个人能力并非国内最强，但团队凝聚力是最强悍的！”

侯勳今年55岁，北京人，是普得时代桥牌俱乐部的牌手，曾荣获全国俱乐部锦标赛冠军、全国锦标赛冠军和A类俱乐部总决赛冠军。他曾在2010年和2014年两次入选中国桥牌男队，并征战过世锦赛；2016年进入中国

混合团体队。侯勳称，2010年进入国家队时，我和李杰、连若旸曾是队友。

十分巧合的是，侯勳12年前曾以外援的身份加入河北桥牌队，征战全国桥牌团体赛。

“所以说在这支团队内，大家相互都非常熟悉，这样一起做事，上手更快！”

集训开始前，李杰宣布了热身赛的通知：计划5月14日和15日在BBO(网络桥牌比赛平台)上与意大利和韩国国家队各打一场热身赛，为亚太大赛做准备。“备战的紧张氛围，被这一则通知带动起来了。

“我们先来看看几个牌例，热热身，大家分析分析……”主教练侯勳很快就把牌例写在白板上，不一会儿，大家各抒己见地探讨起来。相互间讨论得很热烈，但氛围还是很轻松的。这种感觉不是讲课，更像是导师带着几位博士研讨课题。

一个牌例讨论完，侯教练迅速擦掉，又写上一个新牌例，完全靠记忆力。牌例密密麻麻地呈现在面前，记者还没有看完，侯教练就擦了换成了新的牌例。记者发现，眼前这些人，记忆力超强。

在讨论过程中，侯教练提及最多的词就是“搭档”。“这些牌例都是开放性的，没有统一的结论。我的目的，是让大家和搭档针对这些牌例能建立起一种默契。”侯教练说。

接下来，原中国桥牌总教练胡基鸿给大家讲解了参加国际比赛的注意事项。比如填写上场名单，有的比赛是赛后提交，而这次亚太比赛是要求比赛前一天晚上提交；再比如比赛要避免超时，中国女队以前就曾为此吃过亏。

最后，李杰把《桥牌比赛心理学及数据分析》的文章



■中国桥牌男队教练在讲解牌例。本报记者 王建国 摄

进行了分享，强调如何发挥好精神层面的优势，减少负能量，从而有利于现场发挥。

作为国家队的教练是否有工资呢？侯教练笑着说：“工资不会有，可能会有一点补贴吧！不过，谁也没把这个放在心上。”

“目前队里六名队员中，有三位70后，三位60后，只有一人是四十多岁，其他人都是五十多岁了。这个年龄结构在历届国家男队中稍稍偏大。大家在这个年岁还在维系着对桥牌的兴趣，很难得。”侯教练称，“一方面大家能站在国家队的位置，说明整体实力还是很强的，大家也都想为中国桥牌贡献一份力量。另一方面，也说明年轻的牌手们还没有绝对实力把我们打下去，这也是很值得深思的。”

“任何体育项目，都要从娃娃抓起！”李杰称，“现在有100所特色桥牌学校，中国桥牌更美好的未来，还要看他们！”