

# 接种疫苗构筑免疫屏障 守护全生命周期健康

25日是第39个全国预防接种日 接种疫苗是保护健康最经济最有效的手段之一



4月25日是第39个全国预防接种日,今年的主题为“打疫苗 防疾病 保健康”。国家疾控局发布的《预防接种宣传核心信息》(2025年版)指出:疫苗是预防、控制疾病和保护健康最经济、最有效的手段之一,接种疫苗在保护人的全生命周期健康中发挥着重要作用。让我们携手努力,共同构筑免疫屏障,守护每一个人的健康。



■作为社区健康守门人的何志广正在介绍预防带状疱疹知识。



■李海滨正在接受患者关于带状疱疹的咨询。

□文/图 本报记者 李惺 赵晓华

## 建议适龄儿童接种麻腮风和水痘疫苗

每年春季是水痘传染病的高发季节。最近,石家庄不少社区卫生服务中心和疫苗接种点迎来水痘疫苗接种的高峰期。“上次打疫苗的时候,他们就通知我这次要打水痘疫苗了。”市民吴女士说,宝宝一岁,如今又到了春季水痘高发季,所以为了预防,她就带着孩子来接种水痘疫苗了。

记者了解到,春季是水痘、风疹、麻疹三种疾病的高发季节,这三种疾病都是通过呼吸道传播,人群普遍易感,主要发病人群是婴幼儿、儿童以及青少年,但是既往没有感染过、没有接种过疫苗的成人,也会感染或者发病。这三种疾病都有有效的防控措施,所以建议适龄儿童及时接种麻腮风疫苗和水痘疫苗。

“春季是呼吸道疾病高发季节,幼儿园和学校要落实预防措施,加强晨午检,家长和老师应该密切关注儿童的健康状况,如果出现发热或者出疹等症状,应该及时就医。如果确诊为上述传染病,要及时居家隔离,避免和周围的易感人群密切接触。同时,学校也要加强宿舍和教室场所的通风和消毒,并开展宣传教育工作。”石家庄市疾控中心免疫规划科李青园说。

## 接种疫苗是孩子的第一份健康保险

那么得过风疹、麻疹或者水痘的孩子,会不会复发呢?这三种疾病接种疫苗后能否形成终身免疫?对此,李青园说,感染麻疹、风疹、水痘这类疾病,通常可以获得持久的免疫力,再次感染的概率极低。“但需要注意的是,因为很多疾病的临床表现都可能以发热和出疹为主,所以小时候如果得过一些发热出疹性疾病,未被诊断的,难以确定到底是不是水痘、风疹、麻疹等疾病。”李青园强调,目前使用的麻腮风疫苗是联合疫苗,可预防三种疾病,即便确定得过麻疹或者风疹,通过接种疫苗还可以预防疫苗所针对的另外的传染病。所以,接种疫苗还是非常必要的。全程接种麻腮风疫苗或者水痘疫苗后,会起到有效的预防作用,即便是被感染,一般症状也比较轻。

“接种疫苗是送给孩子的第一份健康保险。”石家庄市疾控中心将持续推进智慧化接种服务,加大力度推行电子预防接种证,用科技创新守护全人群健康。“下一步,我们还会继续推进预防接种日宣传‘五进’活动,覆盖医疗机构、门诊、公共场所等场景,推动全市免疫规划疫苗接种率的持续提升,筑牢全民健康免疫屏障,为构建全生命周期健康防护网贡献力量。”李青园说。

## 50岁以上人群为带状疱疹易发人群

65岁的王女士说,自从退休后,她感觉自身的免疫力不断下降。尤其是去年刚进入冬季,王女士就经常感觉背部时不时出现疼痛,那感觉如同被电击一般。起初,王女士认为是劳累过度引起的背肌劳损,贴了些膏药后便将这件事忘在了脑后。时间一天天过去,王女士发觉背部的疼痛越发严重,同时疼痛还蔓延至了腰间,痛感也从瞬间的电击感转为持续性的烧灼感。有了这种感觉后,王女士心中有了些担忧,她便来到了医院就诊,经过医生诊断,被告知患上了带状疱疹。面对这个诊断结果,王女士有些疑惑:“为何会毫无预兆患上带状疱疹呢?”

其实王女士患上带状疱疹并不是例外,河北医科大学第三医院全科医学科主任李海滨说,中老年人因生理机能衰退、免疫力下降,是带状疱疹的高发人群。若叠加糖尿病、心脑血管疾病等慢性病,不仅症状更重,并发症风险也显著增加。

“以糖尿病为例,我们都知道糖尿病并发症非常多,包括大血管病变、微血管病变、下肢坏死等。糖尿病患者如果得了带状疱疹,血糖更难以控制,疼痛的程度更是难以忍受。因此,对于中老年人而言,必须重视带状疱疹的预防。”李海滨说,带状疱疹(俗称缠腰龙、蛇缠腰、生蛇等)是一种由水痘-带状疱疹病毒引起的感染性皮肤病,约90%以上的成人体内都潜伏有水痘-带状疱疹病毒。在李海滨看来,随着年龄增长,免疫功能逐渐下降,病毒会再激活引发带状疱疹。有数据表明,大约1/3的人会患带状疱疹。

记者了解到,年龄是带状疱疹最重要的危险因素。有数据显示,中国50岁以上人群每年新发带状疱疹约156

万人。因此50岁以上人群为易发人群,也就是说年龄越大越容易患病,病情也更严重。此外,除年龄之外,常见慢性基础疾病(如糖尿病、心血管疾病等)也是罹患带状疱疹的危险因素。

## 慢性病患者应重视带状疱疹风险

那么中老年人是否可以以接种疫苗的形式来避免带状疱疹带来的困扰呢?接种疫苗有没有年龄限制?慢性病人可以接种疫苗吗?接种前后又需要注意什么呢?针对这些问题,石家庄市长安区高营社区卫生服务中心主任何志广解释道:“慢性病人不是疫苗接种的绝对禁忌,中老年人尤其是有慢性病的群体,如处于疾病稳定期,可通过接种疫苗来降低罹患带状疱疹、肺炎的风险。接种疫苗前居民可以就疫苗的保护效果、保护时长、接种禁忌、安全性等信息咨询专业医生,进行科学接种。”

“在我们社区,有不少中老年人患有高血压、糖尿病、冠心病等慢病,部分的居民同时患有两种或两种以上的疾病,更容易引起病毒感染。以糖尿病患者为例,水痘-带状疱疹病毒在人体能够存活几十年,当患者出现血糖控制不佳或免疫功能低下时,病毒便可能被重新激活并引发带状疱疹。”何志广说道

对慢性病患者而言,罹患带状疱疹会影响慢性病的管理,部分慢性病患者罹患带状疱疹后感受的痛感更强。为此,何志广强调:“带状疱疹一旦发作,不仅严重影响患者的生活质量,也给社会和家庭带来了沉重的经济负担。因此,慢性病患者应该重视带状疱疹的发病风险,并积极采取预防措施。”

“作为居民身边的‘健康守门人’,我们完善并创新成人预防接种服务体系,让疫苗接种更方便。”何志广介绍,随着居民对健康的重视,以及他们中心的科普宣传,居民对疫苗的重要性认知和接种意愿得到提升,尤其在带状疱疹、流感、肺炎球菌性疾病等疫苗的接种人次持续增长。以带状疱疹疫苗为例,接种人次增加了27%。此外,他们还通过家庭医生签约服务,在日常问诊中,结合居民健康情况出具个性化接种建议,并提供接种预约引导,帮助慢病患者更有针对性地完成接种。