2021.9.4

星期六

08

"2针剂" "3针剂" "加强针"

究竟要点选?

新冠病毒疫苗大规模接种是构筑人群免疫屏 障, 防控新冠肺炎疫情的重要手段。截至8月29日, 南海区 18 岁~59 岁人群接种 566.56 万剂次; 60 岁以上人群接种 30.10 万剂次: 12 岁~17 岁人群 19.54万人,共35.32万剂次,市民积极参与疫苗 接种, 共筑疫情防控网。但针对疫苗接种, 还有不 少市民有疑问, 本期《家书》就为大家解答一下。

不同针剂各有所长

在南海区各疫苗接种点中,有北京生物、北 京科兴中维以及安徽智飞三家企业生产的新冠疫 苗。有部分康泰生物新冠疫苗也投放到各个镇街 使用。此外,还有康希诺新冠疫苗只需接种1剂, 在接种完该疫苗后不再接种其他类型的疫苗。



礼京生物、礼京科兴中维

- ●两家生产的均为灭活疫苗
- ●全程接种2针剂
- ●可以互相混打
- ●可用于3岁以上人群接种
- 接种凭证显示"生产企业"一栏为"成都生物""兰 州生物""长春生物"的疫苗注射液均为北京生 物生产, 其接种程序和北京生物一样。

安徽智化

- ●生产的为重组亚单位疫苗,全 程接种3针剂,目前只能用于18岁以 上人群接种
- ●由于目前国内重组亚单位疫苗 只有这一种产品,现阶段不能与其他 新冠病毒疫苗混打



蠢泰生物

- ●生产的为灭活疫苗
- ●研发平台成熟、质量标准可控、 保护效果良好, 具有国际通行的安全 性和有效性评价标准
- ●能够在18岁以上的人群中诱导 产生免疫应答
- 请第一针接种康泰生物新冠疫苗的市民,继续 使用康泰生物新冠疫苗完成第二针接种, 该疫 苗不建议与其他企业的新冠疫苗进行混打。

什么是加强针?

加强针是指在完成疫苗接种后, 根据抗 体消退的情况进行补充接种, 保持人体对病 毒免疫力的疫苗剂次。在乙肝、流感、狂犬 病等传染病疫苗接种中,使用加强针的做法 比较常见。

普通人群要接种加强针吗?

国家联防联控工作机制疫苗研发专班专 家指出,根据现阶段初步观察,对于已完成免 疫接种一年以内的普通人群, 暂无必要进行 加强针接种。

哪些人可以接种加强针?

8月27日,国家卫健委相关负责人表示, 加强接种对疫苗的保护效果, 从免疫原性的 角度来看,能够得到提升。以下几类人群可开 展加强接种:

- 对输入风险高的, 比如海关、边检、 航空、隔离点、定点医疗机构等单位 工作人员,在完成免疫程序6个月后, 可以开展加强接种;
- 免疫功能相对较低的人群,以及60 岁以上的人群,他们感染后出现重症、 危重症、死亡的风险要高于其他人群, 对这类人群,在接种后6个月,可以 开展一剂加强针;
- 由于工作、学习、交流的需要,要去 境外疫情高风险地区或者国家, 专家 也建议对这类人群在接种满6个月 后,可以开展加强免疫。



口罩怎么戴 官方指引有"更新"

无论接种何种疫苗,在全程接种后的一到两 周内,体内抗体水平才会达到最佳的保护效果; 而无论何种疫苗,对于病毒感染的保护率都无 法做到100%。因此接种疫苗后,个人防护"四件 套"——勤通风、戴口罩、勤洗手和一米线,仍要 坚持做到。

针对当前疫情防控形势和人群流行特征,国 家卫生健康委会同有关部门对戴口罩指引和重 点场所重点单位重点人群防护指南进行了修订。 普诵市民佩戴口罩要注意什么?重点职业人群有 哪些?需要戴什么类型的口罩?

公众日常佩戴口罩有什么注意事项?

- 正确佩戴口罩,确保口罩盖住口鼻和下巴,鼻夹要压实;
- 🕥 口罩出现脏污、变形、损坏、异味时需及时更换,每个 口罩累计佩戴时间不超过8小时;
- 在跨地区公共交通工具上,或医院等环境使用过的口罩 不建议重复使用;
- 需重复使用的口罩在不使用时宜悬挂于清洁、干燥、通
- 戴口罩期间如出现憋闷、气短等不适,应立即前往空旷 通风处摘除口罩;
- 6 外出要携带备用口罩,存放在原包装袋或干净的存放袋 中,避免挤压变形,废弃口罩归为其他垃圾处理。

重点职业人群戴口罩有什么新要求?

新版戴口罩指引中,重点职业人群主要涉及境外输入 和污染传播高风险岗位、医疗机构工作人员、公共场所服 务人员等三类人群。



第一类是境外输入和污染传播高风险岗位人员 特别强调境外冷链食品、交通运输相关的海关工作 人员和保洁员、搬运员、司机等岗位强化防护,工作期 间全程佩戴颗粒物防护口罩,防范经物、经环境、经

人的传播风险。

第二类是医疗机构工作人员

除医务人员、直接接触病人或感染者岗位工作人员重 点防护以外,接触潜在污染物的人员,比如保洁员、护 工、水暖工、化验室工作人员等佩戴颗粒物防护口罩, 医院其他工作人员,比如保安、导医等佩戴医用外科 口罩或更高防护级别口罩。

第三类是公共场所服务人员

比如乘务员、警察、快递员等,以前要求佩戴一次性医 用口罩,这次修订进行了提级强化,要求工作期间佩 戴医用外科口罩或更高防护级别口罩。



天热饮食要注意 谨防"沙门氏菌"感染

寿司刺身虽 美味, 若处理过 程中受污染,可 能很"要命"。 近日,广东一女 子因食用大量寿 司,感染沙门氏 菌并导致多脏器 衰竭。不止是沙 门氏菌, 因食物 导致细菌感染的 情况还有很多。 美味的背后竟暗 藏危机, 我们又 该如何避免?

简单一步消灭沙门氏菌

近年来,广东省食源性疾病监测结果显示,沙门氏菌感染 引起的食源性疾病位居广东微生物性食源性疾病的前 2 位。沙 门氏菌在环境中广泛存在,人群普遍易感,感染后极可能发生 严重症状,甚至致死。

被沙门氏菌污染过的食物, 很难通过闻气味或尝味道发现 异常。但高温可有效杀灭沙门氏菌,100℃数分钟即可被杀死。 因此,对储存较久的肉类,要注意彻底加热灭菌。

这些人不宜吃生的食物

一吃生冷的食物就容易腹泻、胃胀的人, 不适合吃生的食

特殊人群, 如孕妇、婴幼儿、老年人、刚生完孩子身体虚 弱的产妇,最好不要吃生的食物;

营养不良,需要加强营养的人,也不应吃生的食物;

这些蔬菜煮熟才能吃

扁豆等豆类食物,需加热熟透才能破坏其毒素; 土豆、山药、红薯等,含淀粉较多,生吃不易消化; 菠菜、茭白、竹笋等含草酸较多的蔬菜, 最好焯烫后再吃。

牢记4招远离食源性疾病

保持清洁

加工和制备食物前后、饭前 便后、处理垃圾后及处理熟食前 都要洗手;

餐具和厨具清洗后要晾干并 定期蒸煮消毒;

保持厨房空气流通、干净, 定期清理冰箱, 洗碗布、抹布用 后及时清洗, 并定期更换。

2 生熟分开

处理生熟食物的砧板、刀具等 工具要分开,用后分别清洗干净;

冰箱中食物要生熟分层放置, 避免交叉污染;

熟食和市售包装即食食品放 在冰箱冷藏室或冷冻室的上层, 生的肉、禽、蛋、海产品、蔬菜 等要用保鲜袋装好后再放入冰箱 冷藏室或冷冻室底层。

🕜 食物要彻底 煮熟烧透

加工肉、禽、蛋、海产品等 食物时要彻底煮熟,尤其是烤肉、 肉馅、大块的肉和整只鸡;

剩饭剩菜再次食用时,必须 要彻底加热。

🔼 在安全的温度下 保存食物

在室温下,熟食存放的时间 不要超过2小时,特别是高温高 湿的天气;

剩饭剩菜建议冷藏条件存放 (2℃~8℃), 并尽快食用;

畜肉、禽肉、海产品等, 在 放入冷冻层之前最好先分割成小 块, 分别包装, 每次加工前取用 小包食物,避免反复冻融。



WWW.NANHAITODAY.COM 广告热线 81212540 发行热线 83872000

