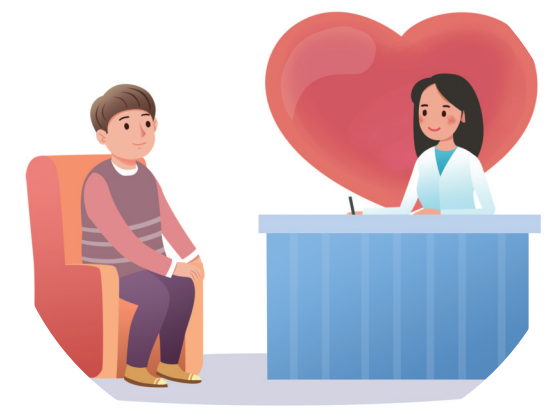


和你聊聊疫苗——流感疫苗



一、我国流感疫苗的种类

我国现已批准上市的流感疫苗有三价灭活流感疫苗(HIV3)、四价灭活流感疫苗(HIV4)和三价减毒活疫苗(LAIV3)。HIV3 包括裂解 疫苗和亚单位疫苗,HIV4 为裂解疫苗,LAIV3 为减毒疫苗。

二、流感疫苗的接种对象

流感疫苗安全、有效。原则上,接种单位应为≥6 月龄所有愿意接种疫苗且无接种禁忌的人提供免疫接种服务。优先推荐以下重点和高风险人群及时接种:

1.医务人员。医务人员接种流感疫苗既可预防个人因感染流感导致工作效率低下或缺勤影响医疗机构运转,又可有效避免传染流感给同事或患者,保障和维持医疗机构的正常接诊和救治能力。

2.大型活动参加人员和保障人员。重大活动、体育赛事人员密度高,容易发生聚集性疫情。建议所有无接种禁忌人员进行接种。

3.养老机构、长期护理机构、福利院等人群聚集场所脆弱人群及员工。托幼机构、中小学校的教师和学生,监所机构的在押人员及工作人员等都是容易发生流感暴发疫情的重点场所,对此类场所人群接种流感疫苗,可降低人群罹患流感风险和流感聚集性疫情的发生。

5.其他流感高风险人群。包括60岁及以上的居家老

年人、6月龄~5岁儿童、特定慢性 病患者、6月龄以下婴儿的家庭成员和看护人员以及孕妇或准备在流感季节怀孕的女性,降低此类高危人群罹患流感及感染后发生严重临床结局的风险。

(1)60岁及以上的居家老年人:患流感后死亡风险最高,是流感疫苗接种的重要目标人群。

(2)6~23月龄的婴幼儿:患流感后出现重症的风险高,流感住院负担重,应优先接种流感疫苗。疫苗在该年龄组的效果受疫苗株与循环毒株匹配程度影响较大。

(3)2~5岁儿童:流感疾病负担也较高,但低于2岁以下儿童。该年龄组儿童接种流感疫苗免疫应答反应通常优先2岁以下儿童。

(4)罹患一种或多种慢性病者:心血管疾病(单纯高血压除外)、慢性呼吸系统疾病、肝肾功能不全、血液病、神经系统疾病、神经肌 肉功能障碍、代谢性疾病(包括糖尿病)等慢性病患者、患有免疫抑制疾病或免疫功能低下者,患流感后出现重症的风险很高,应优先接种流感疫苗。

(5)6月龄以下的婴儿的家庭成员和看护人员:由于现有流感疫苗不可以直接给6月龄以下婴儿接种,该人群可通过母亲孕期接种和对婴儿的家庭成员和看护人接种流感疫苗,以预防流感。

(6)孕妇:国内外大量研究证实孕妇罹患流感后发生重症、死亡和不良妊娠结局的风险更高,国外对孕妇在孕期任何阶段接种流感疫苗的安全性证据充分,同时接种疫苗对预防孕妇罹患流感及通过胎传抗体保护6月龄以内婴儿的效果明确。但由于国内缺乏孕产妇接种流感疫苗的安全性评价数据,我国上市的部分流感疫苗产品说明书仍将孕妇列为接种禁忌。为降低孕产妇罹患流感及严重并发症风险,建议与医生在疫苗使用说明书的基础上共同评估获益/风险后决定。

三、流感疫苗免疫程序

①接种年龄:

6月龄至35月龄(3岁)人群接种2剂,间隔28天。

3岁及以上人群接种1剂。

②接种途径、部位:

使用前将疫苗置于室温,并摇匀然后肌内注射。6~12月龄婴幼儿的接种部位以大腿外侧为最佳,如果肌肉充足可选上臂三角肌,13月龄及以上人群首选上臂三角肌注射(具体参照产品规格或产品说明书)。

③使用禁忌:

疫苗所含成分、任何辅料、食物等;患急性疾病严重慢性病、慢性病的急性发作期、发热。(具体参照产品说明书)。

四、普通感冒和流感的区别

流感相较于普通感冒传染性比较强、传播较快,且症状较普通感冒重,多伴有高热,体温常≥38℃、咽痛、咳嗽和肌肉酸痛等全身症状较重。

五、流感的传播途径有哪些

流感主要传染源及传播途径传染源主要是患者,其次为隐性感染者,患者自发病后3~7日内均可从鼻涕、口涎及痰液等分泌物中排出病毒,传染期约1周,以病初2~3日传染性最强。被感染的动物也可能是一种传染源。主要传播途径是带有流感病毒的飞沫,经呼吸道进入体内。少数也可经共用手帕、毛巾等间接接触而感染。

六、得了流感有哪些症状

流感一般表现为急性起病,发热(部分病例可出现高热,达39~40℃),伴畏寒、寒战、头痛、肌肉、关节酸痛、极度乏力、食欲减退等全身症状,常有咽痛、咳嗽,可有鼻塞、流涕、胸骨后不适、颜面潮红,结膜轻度充血,也可有呕吐、腹泻等症状。轻症流感常与普通感冒表现相似,但其发热和全身症状更明显。重症病例可出现病毒性肺炎、继发性细菌性肺炎、急性呼吸窘迫综合征、休克、弥漫性血管内凝血、心血管和神经系统等肺外表现及多种并发症,甚至死亡。5岁以下儿童、老年人、患有慢性病或体质虚弱者更容易出现严重并发症。

七、正确预防流感,无需过度恐慌!

1.勤洗手,正确洗手,做好手卫生。

2.保持环境清洁和通风。

3.在流感流行季节尽量减少到人群密集场所活动,避免接触呼吸道感染患者。

4.保持良好的呼吸道卫生习惯,咳嗽或打喷嚏时,用上臂内侧或纸巾、毛巾等遮住口鼻。

5.咳嗽或打喷嚏后洗手,尽量避免触摸眼睛、鼻或口。

6.出现流感样症状应注意休息及自我隔离,不要带病上班、上学,前往公共场所或就医过程中需要佩戴口罩。

7.推荐每年接种流感疫苗,尤其是儿童、老年人等重点人群。

有书推荐 《罕见的旅程》

□ 刘明

12月初,我收到了来自湘潭市湘潭县半塘塘街道的一个快递。多么熟悉的地点!来自母校湘潭大学的快件,并不厚重,我却万般期待。迫不及待地拆开快递,“《罕见的旅程》——一名肯尼迪患者的生命越野”几个字映入我的眼帘。

拿到书的第一时间,我便急切地阅读起来。之后的几天,工作的繁忙和琐屑家事不得中断了阅读。难得,我利用几段午休闲暇时光将整本书踏实读了一遍。

面对病魔,他选择乐观面对。从刚开始隐瞒自己的病情,到向身边的同事坦白,得到了学校、同事、朋友的支持、包容和鼓励。写到这里我突然想到网络爆火的《回首湘大岁月:有一种精神,那叫宽容》这篇散文,文中提到“在湘大这一片沃土营建的宽松、和谐、自由、关爱、融洽、欢乐的精神家园,成就了我”。是湘潭大学的包容成就了刘期达的乐观,还是刘期达骨子里不服输、不认命的性格成就了他呢?

面对病魔,他选择“自由”生活。十年间,自称阿甘的刘期达通过各种媒体宣传肯尼迪病,开通微信公众号讲述自己与病魔抗争的故事。他不是绝望到抛,抛去迎来送往、人情世故,疾苦所谓“优秀人”的种种,“自由”地活着、富有尊严地活着。他握紧自己命运的方向盘,无惧肢体带来的疼痛,走遍祖国大江南北,及时手持残疾人证,他也潇洒地向世人高呼:“咱是持证残疾人了!”他将命运赋予的“自由”重塑为勇敢、乐观、包容、坚强的品性,让自己的生活更加精彩。

面对病魔,他选择孤勇前行。在得知自己得了罕见的肯尼迪病后,毅然决然考取了驾驶证,开始了“越野之旅”。作者将自己置身于风暴中心,由最好的托词让父母放心。他勇敢、镇定地面对自己的病痛,对发病机制了如指掌,对治疗药物的副作用也了然于胸。他欢愉地调侃着自己的病情,却把希望源源不断地输出给自己的病友,对“生活不止永息的热爱”成为他成长道路上的发动机。作者在越野中获得了宝贵的生活经验和人生启迪,用普通人的孤勇无惧成就了精彩的人生。书中,他传达着这样一种信念:只要不放弃就有机会东山再起;放弃就注定着必然失败的结局。

这是一本饱含信念的书,这是一本充满深情的书,这是一本能够给与读者力量的书。或是作者微店里的销售量仅为996本,或是各大电商平台难寻其踪迹,我不使用“好书”去定性它,但我非常乐意推荐给大家,正如古人说:“读书何所求?将以通事理。”愿君各立有见。

(作者系市财政局工作人员)

塞北的雪

□ 艾文超

入伍来到塞外古城大同,就与雪结下不解之缘。那是一个月色朦胧的夜晚,我和新兵战友们一起被解放车从火车站接到了营房。第二天一早,沉睡的我被同屋战友喊醒,说值班员通知我们快去扫雪。下雪啦?时值三月,这个季节在故乡已经不下雪了。不料,刚到大同欣赏的第一道美景竟是初春的大雪。

一路刚,雪冲进了院子,跳入眼帘的小雪是我今生的家。营区处于市郊,除去营部有两三幢三层高的小楼外,其余都是一水儿的红砖灰瓦房。营区有是一个小花园,树木林立,石径弯曲,一个白色水池里立着造型独特的巨大山石。一人多高的围墙把这别致而紧凑的院子与附近的单位隔离开来。如果不是斗大的红色标语和飘扬的五星红旗显示出些许兵味,这里倒更像是个小公园。而院里面的一切则都都很素雅,静寂腴静,在凛冽天空的映衬下如同一个冰雕玉砌的童话世界。

跃在松软的雪地上,“吱吱呀呀”的伴奏声让心里的歌声也飘出了冬雪的曼妙。沿路碰到的新战友都对陌生的面孔投以友好的微笑,让我的步伐更加轻快起来。

很快,我看到了在花坛边扫雪的同伴。快步上前,一个雪球出其不意地向我飞来,和我的脸来了个亲密接触。我笑着抹去散开的雪粒,伸手抓起一把雪开始反扑。偷笑着慌忙逃窜中脚底一滑倒在地上,成了一个雪人。欢快的打闹声引来了一脸严肃的老班长,如老眼见了猫鼠,我们立马垂手缴械。我信手抓过一把一人高的扫帚,开始运气弓弓。收拾一炸痒的雪并不是件乏味的差事,一扫把划过去后,留下的是一条条很宽的白色雪道,还得再挥动四五次才能扫到路边。与白雪一样不驯服的还有这寒凉彻骨的气温,顷刻之间就把人冻得直打寒战。刺骨的寒风夹带着雪沫,使得呼吸异常厚重。大半个小时后,我背靠暖气片蜷坐在小马扎上,捧着老班长递过来的热水,滚烫的热浪从搪瓷杯里散发出来,由手心传向手臂,传递全身。

塞外的冬冬季显得格外漫长,雪也落得频繁,一星期就有两三场,下一天,停一天,再接着下,如同我们的作息那样规律。与雪相处的岁月,我褪去了浮躁,学会了对它对话。它告诉我,它一遍一遍重复着从天空到地面的轮回,在坠落中坚守着无悔的承诺,即使面对的是牺牲自我的壮烈,也要爱而不顾身守护这片土地的宁静与美丽。在它面前,我落落了灵魂,洗净了尘埃,深深爱上了它的禅语。扫雪,竟也变得轻松起来。

我在雪的世界里历练,在部队的大学校园里成长。

……

时隔多年,我忽然想起了塞外的军营,想起了驻地的冬天。每当这个时候,便情不自禁地哼起那首歌来——《我爱你,塞北的雪》。

(作者系惠安楼社区民警)

科技引领发展

创新成就未来

唐山国家高新区

Tangshan National Hi-tech Industrial Development Zone

中共唐山高新技术产业开发区工作委员会
唐山国家高新技术产业开发区管理委员会

http://www.tsgxq.gov.cn
E-mail:tsgqxqxwzx@163.com

2023年12月15日
半月刊(总第311期)

24

内部资料 免费交流

工信部火炬中心党委书记吕先志一行来高新区调研

本报讯(张艳)12月8日,工信部火炬中心党委书记吕先志一行来高新区调研。市委副书记、高新区党工委书记张旭,高新区党工委副书记、管委会主任董学忠一同调研。高新区党工委副书记高敏超、管委会副主任高路阔陪同调研。

吕先志一行先后到唐山百川智能机器股份有限公司城市轨道交通智慧运维装备制造基地项目、高新区机器人展示体验中心、唐山·中关村创新中心、美莱科技、四维科技、炭脑科技等地进行实地调研,认真听取了唐山高新区发展建设情况汇报和“一

区多园”实施方案,并就相关工作进行深入交流。

吕先志指出,唐山高新区经过多年的发展,成效显著,亮点突出,拥有日趋完善的管理体系、丰富的创新资源、区位优势明显,产业特色鲜明,营商环境优越,在未来发展谋划上思路清、把握准、干劲足。希望唐山高新区继续秉承“发展高科技、实现产业化”的初心使命,围绕建成创新驱动示范区和高质量发展先行区的目标定位,抢抓机遇,乘势而上,加快推动高质量发展。聚焦科技创新自立自强,要强化创新驱动,加快推进

科技创新、产业创新,提升产业能级,提高治理效能,提高经济体量,加强国际化交流,打造新型工业化示范园区。聚焦产业发展,要抓好强链补链延链,巩固提升优势产业,积极谋划未来产业,着力培育创新主体,全力推进高能级创新平台建

设,不断深化体制机制改革,持续营造良好创新创业生态。聚焦“一区多园”建设,要积极参与京津冀一体化大局,深化人才交流、技术对接,加强标杆孵化器建设,发展成为京津冀成果转化首选地,加快打造京津冀协同发展的高质量样板。

下一步,唐山高新区将着力做好“高”和“新”两篇文章,抢抓京津冀协调发展新机遇,积极开拓“京津研发,高新孵化转化产业化”新模式,吸引更多科技创新成果转化落户高新,加快推动高新区高质量发展迈上新台阶,力争在新国家级开发区排名中争先进位,在努力使京津冀成为中国式现代化建设先行区、示范区中发挥更大贡献。

高新区党政综合办公室、发展改革局、商务局、投资促进局、科技局、创业中心主要或分管负责同志参加活动。

唐山高新区举办京津冀科技成果对接会

本报讯(刘坤)12月8日下午,京津冀科技成果对接暨创新创业应用场景唐山高新区专场发布会成功举办,现场发布了5个应用场景,8个项目进行签约。

会上,清华大学教授杨旭东发表主旨演讲,为发布会提供专业指导和支

持。随后,唐山高新区与中国计算机行业协会、罗克佳华科技、唐山通宝车设备装备唐山市双碳智慧服务平台、科技服务合作、通宝数字智能科技等项目进行签约;北京知识产权运营管理与唐山中关村创新中心就北京IP知识产权服务工作室、北京首农集团王致和食品与唐山四维智能科技就装备自动化核心技术攻关与集成应用等项目进行签约;北京理工大学唐山研究院与鹰眼智能科技就激光视觉产学研合作、北京交通大学唐山研究院与净天环保就高效节能环保、河北机器人产业研究院与美莱科技就免示教智能焊接机器人控制系统开发等项目进行签约。

“打造和开放创新应用场景”是加强新技术、新成果转化、推动企业成长、产业转型升级、新业态萌发的强大引擎。北京交通大学唐山研究院、北京理工大学唐山研究院、罗克佳华科技集团、北京IP六权

董学忠到包保企业督导调研食品安全工作

本报讯(刘坤 刘梓遥)民以食为天,食以安为先。12月14日上午,高新区党工委副书记、管委会主任董学忠到唐山包记食品督导调研食品安全工作,深入食品加工车间、品控室、食堂后厨等地,听取工作汇报,对企业进货查验、生产经营过程管

控、环境卫生管理、食品留样等情况进行全面了解。党政综合办公室、市场监督管理分局主要负责同志陪同。

董学忠指出,食品生产经营企业要切实履行食品安全主体责任,时刻绷紧安全这根弦,做好进货渠道、生产流程、

销售及运输的风险把控,提高法治化、信息化、智能化管理水平,持续提升品牌价值,营造让群众放心的环境氛围;市场监管部门要创新全天候监管工作机制,构建责任体系链条全覆盖、措施监管全覆盖、全民监督全覆盖的“三覆

盖”食品安全智慧监管体系,筑牢食品安全防线,同时强化与全区商户的沟通和指导,用心用情做好优质商户对接服务工作,切实为企业保安全、促生产、降成本、增效益,在做好食品安全工作的同时,助力企业实现高质量发展。

坚持党政同责、一岗双责,迅速熟悉业务知识,保证指挥调度运行顺畅,在全市大气污染防治工作中当标杆、作表率。

董学忠查看了区大气指挥调度平台运行情况,听取有关工作汇报。他指出,一是落实要快,对市里交办的问题要迅速做出反应,及时采取措施,上下贯通形成合力,快速整改提升。二是措施要准,要用好网络体系,落实责任人,及时找准问题,对症下药,用智慧做好

环境治理工作。三是督察要严,要加强执法监管,严格督导考评,提高规范化水平。四是效果要好,要坚持以人民为中心,提高群众满意度,做好供暖保障工作,确保群众清洁取暖、温暖过冬。

省委宣传部副部长、省委网信办主任 董福印一行来高新区调研

本报讯(张艳 刘梓遥)12月10日,省委宣传部副部长、省委网信办主任董福印一行来高新区调研。市委副书记、高新区党工委书记张旭,市委常委、宣传部长李丽,高新区党工委副书记、管委会主任董学忠陪同调研。

董福印一行来到高新区百 信信创产业基地,认真听取了项目进展情况汇报,详细了解了企业概况、技术研发、产品特色等方面情况,对高新区在人工智能、数据安全保障等领域取得的成效给予充分肯定,希望高新区再接再厉,强化科技创新,延伸产业链条,拓展应用场景,为全面构建安全可控的信息技术体系贡献力量。

高新区百信信创及工业互联网产业园项目是全省首个信创及工业互联网项目,总投资2.8亿元,秉承百信集团自主安全、可信计算、工控等三大技术方向,主要建设2条兼容PC机、服务器等智能传感器生产线。该项目于2023年5月签约,仅用5个月时间便实现量产,跑出了“当年签约、当年开工、当年量产”的高新速度,为全市电子信息产业高质量发展、全省数字化转型升级、国产化发展新动能注入新动能。

高新区党政综合办公室主要及分管负责同志参加活动。

链接独角兽 开辟新赛道 “2023瞪羚独角兽企业唐山行”活动在高新区成功举办



本报讯(刘坤 高春琳)12月13日上午,由河北省科学技术厅与唐山市人民政府主办,唐山高新区管委会与长城战略咨询承办的“2023瞪羚独角兽企业河北行(唐山站)”活动在高新区成功举办。河北省科技厅高新区发展中心主任周辉、高新区党工委副书记、管委会主任董学忠出席并致辞。唐山市科技局党组书记刘宏志,高新区党工委副书记高丽敏出席。高新区管委会副主任白海涛就高新区投资环境及机器人产业支持政策进行推介。北京市长城企业战略研究所总经理武文生发表了以“培育高成长企业 形成新质生产力”为主题的主旨演讲。北京市长城企业战略研究所副总经理曹善平主持活动。

习近平总书记强调“要把高质量发展的要求贯穿新型工业化全过程,把建设制造强国同发展数字经济、产业信息化等有机结合,为中国式现代化构筑强大物质技术基础。”活动中,高新区就唐山市机器人科技创新创业投资基金战略合作协

议、河北省概念验证中心唐山机器人分中心项目、京津冀机器人项目等与企业进行签约。鹰眼智能、罗克佳华、麦哲科技、中科创汇等4家企业代表作了路演推介。

瞪羚独角兽企业作为新经济发展的典型代表,是新兴产业中的佼佼者,具有高成长、高科技、高价值的特点,拥有前瞻性的创新技术和市场前景,成为引领未来经济发展的重要力量。此次活动的成功举办,是高新区充分发挥国家高新区作用、加快推进新型工业化的具体举措,也是对唐山高新区发展优势的最好诠释。

未来,高新区将在省市科技部门的精准指导下,不断深化拓展合作模式,全心全意服务企业发展,做实做好“高”和“新”两篇文章,携手并进开辟高质量发展新赛道,为加快“三区三高地”发展定位、“三个走在前列”步伐,奋力谱写中国式现代化建设河北唐山篇章作出新的更大贡献。

据悉,“瞪羚独角兽企业河北行”是河北省科技厅为落实项目带动战略,联合长城战略咨询倾力打造的品牌性科技招商活动,旨在贯彻落实党的二十大精神和推动中国式现代化建设,助力河北链接引进瞪羚独角兽企业,开辟新领域新赛道,塑造新动能新优势。

活动开始前,瞪羚独角兽企业代表一行先后参观考察了唐山机器人展示体验中心、百川集团、开元集团、中信重工开诚智能等地,感受高新区高质量发展的蓬勃态势。大家纷纷表示,将以此活动为契机,加强与高新区的沟通交流,共同探索新的合作模式和发展路径,助力区域高质量发展。

省科技厅、河北省产业技术研究院、河北省科技金融发展促进中心、唐山市科技局、高新区相关部门负责同志、瞪羚独角兽企业、本地和外地高成长企业、创新创业平台机构代表,省市级媒体代表等近百人参加活动。

向“高”而攀,向“新”而进 ——唐山高新区科技创新动能澎湃

——见2版——

——见3版——