

一图读懂 老年人疫苗接种 热点问题



1 老年人要尽快接种疫苗

老年人大多有基础疾病，一旦发生感染，重症、死亡的风险远远高于年轻人和儿童。



2 老年人接种疫苗具有安全性

我国新冠病毒疫苗在境内外60岁以上老人当中的接种数量已经超过了5亿剂次，接种过程中都显示出良好的安全性，且老年人不良反应略低于成年人。



3 在偏远农村不外出也要接种疫苗

农村尤其是偏僻的农村，医疗救治条件较差，感染后重症、病死风险较高，接种疫苗是最好的保护措施。



不外出不代表不会接触到病毒，外来人员很可能将病毒带回家，给没有接种疫苗的老人带来巨大感染风险。

4 老年人也要接种加强针

老年人接种疫苗后，抗体水平下降得比较快，保护效力随时间延长也在降低，同时，老年人也是重症和死亡高风险人群。因此要适时、尽快接种加强针。



注：如有基础性疾病，建议在平稳期进行接种，如不确定，建议咨询接种医生或者临床医生进行评估。

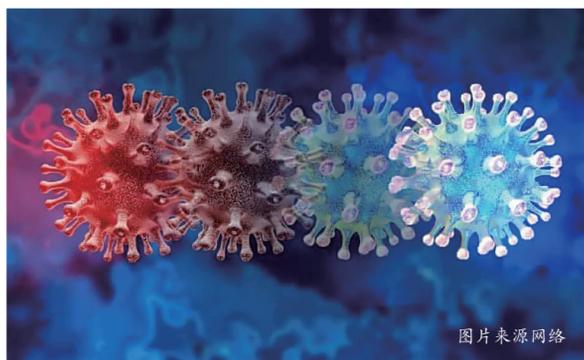
专家呼吁

只有提高和加强老年人群的疫苗接种率↑
才能大幅降低新冠肺炎的死亡率↓
老年人不仅要尽快完成全程接种
还应在完成全程接种6个月后进行加强免疫



(中华人民共和国国家卫生健康委员会、人民网)

中疾控：我国现有的防控措施仍能有效应对奥密克戎变异株



图片来源网络

近日，国务院联防联控机制召开新闻发布会，介绍科学精准做好疫情防控工作有关情况，并答记者问。

会上，有记者提问，现在针对奥密克戎变异株BA.4和BA.5亚分支有很多说法，它的传播力和致病力究竟如何？

对此，中国疾控中心病毒学首席专家董小平表示，BA.4、BA.5亚分支的传播力相较其他奥密克戎变异株略有增加，主要表现为国际上一些国家的研究发现病毒的较高的再生指数(R0)；一些国家和地区BA.4、BA.5亚分支已经成为流行的优势毒株；过去5

周，在欧洲、北美出现了感染数量的增加。

“BA.4、BA.5亚分支的致病力总体上与其他奥密克戎变异株相似，但在老年人人群中快速传播已经出现了重症病例，在欧洲12个国家近期的住院率和ICU使用率都有所增加。流行病学数学模型研究显示BA.4、BA.5亚分支引起的感染率和死亡率都将有所增高。”董小平说。

针对现有的防控措施是否有效的问题，董小平表示肯定。他说，虽然BA.4、BA.5亚分支的传播力有所增强，但仍然属于奥密克戎变异株，没有

证据显示现有的NPI(非药物干预)措施将失效。换句话说，我国现有的防控措施仍能有效的应对。

那么，新冠病毒会永续不断地变异下去吗？对此，董小平表示，病毒变异，特别是RNA病毒的变异是病毒生存的基本特征，当病毒宿主(人群)通过自然感染、疫苗接种等对某种毒株产生了一定的群体免疫后，病毒就会通过变异，以部分突破存在的免疫屏障，从而得以繁殖，这也是许多病毒性传染病常常呈现出周期性发病增加的原因之一。新冠病毒的确是一种“聪明”“狡猾”的病毒，在短短的2年半内出现了多个变异株，形成了多个流行高峰。

“关于新冠病毒的变异，大部分学者认为将长期存在，奥密克戎变异株应该不会是最后一个变异株，因此对于新的变异株的监测，对于传播力、致病力和免疫逃逸力的影响，将是我们的关注重点。”董小平说。

现有的疫苗对奥密克戎变异株是否仍有效？董小平说，我国自新冠疫情以来一直积极推动疫苗的研发和使用，不仅仅是针对奥密克戎变异株，在以往出现包括Alpha、Delta变异株时就已布置规划了相关研究，取得

了重要的科学资料。在奥密克戎变异株出现以后，已经有多个团队、多条研发途径开展相应工作，取得了进展，但大规模的临床(III期)研究还需时间。更为重要的是，是否需要以新的突变株替代现有疫苗接种的类型、剂次、策略等等，还需要科学的评估。

董小平表示，大量的国际、国内的真实世界研究证实，现行批准使用的疫苗，无论哪种类型，对于奥密克戎变异株(BA.1、BA.2)引起的住院、肺炎、重症/危重症、死亡都具有良好的保护作用，加强接种可有效提高疫苗保护效率。虽然国内外一些体外研究发现BA.4和BA.5具有明显的免疫逃逸现象，体外的病毒的中和能力降低，但真实世界的疫苗保护效力是否出现显著降低尚无具体数据。

“以往的Delta变异株和奥密克戎变异株(BA.1、BA.2)在体外研究时也呈现出中和能力下降，但真实世界使用时仍显示出良好的住院、重症/危重症和死亡的保护能力，因此国内外专家认为现行的疫苗接种仍然有效，对于老年人群、具有基础病的人群疫苗接种，特别是加强针的接种仍然是最有效的预防措施。”董小平强调。

(人民网)



感受射箭的力量之美

7月31日，在阿鲁科尔沁旗罕乌拉街道办事处百合社区，射箭爱好者参加射箭比赛。

射箭运动也是全民健身的一部分，它既能锻炼身体，也能放松心情。随着生活水平的不断提高，玩弓箭的人也逐渐多了起来。

记者 呼格 摄



接种疫苗后，新冠病亡风险和长期症状较低



根据英国《自然·医学》杂志近日发表的一项以美国1300多万退伍军人对象的研究，在接种疫苗后感染新冠肺炎的人，在确诊后仍可能出现与“长期新冠”相关的症状，但这些风险及病亡风险都要低于未接种疫苗的感染者。这项研究发现，需要持续优化预防感染的策略，开发新冠长期症状的照护途

径。感染新冠肺炎病毒后的长期症状已有记录，然而它们与突破性感染(完成疫苗接种超过14天后接种者的新冠病毒检测结果呈阳性，BTI)关联至今尚不明确。

此次，美国华盛顿大学医学院团队利用美国退伍军人事务部的国家健康数据，调查了接种人群(共33940人，定义为完成一剂物森疫苗、两剂莫德纳或两剂辉瑞-BioNTech疫苗的全程接种)与BTI相关的长期和短期风险，并与几个对照组(共13335133人)相比

较。研究估计，发生BTI的接种人群在诊断6个月后，有高风险出现病亡(每千人额外13.36例死亡)和长期新冠相关症状，如肺部和心血管疾病(每千人额外122.22人出现至少一种症状)。这是与那些从未被记录过新冠病毒测试阳性的人群作比较。但研究人员同时发现，在发生BTI继而确诊新冠肺炎的最初30天里，比起未接种疫苗的感染者(113474人)，接种人群每千人病亡少10.99人，出现至少一种症状的人每千人少43.38人。他们总结说，这些结果可用于帮助改进策略，既预防BTI，也优化对感染者的照护。

(人民网)

夏日水果的正确打开方式



都说夏天是水果味的，每一抹甜爽，都是大自然的馈赠，多想畅快品尝。谁料，甜美水果也会是过敏原。快来看看夏日水果的正确打开方式吧！

芒果

芒果的蛋白质含量在水果中算出挑的，天生就带过敏潜质。不熟的芒果脾气温，熟透的芒果味道好，还不易引发过敏



专家说

- 食用芒果后的过敏，大多是“芒果皮炎”。典型表现就是嘴唇肿胀，嘴唇周围及面部、身体接触到芒果汁液的皮肤会出现密集小红疹
- 易过敏的人，还有皮肤娇嫩的儿童，要吃熟透了的芒果。最好不要剥了皮啃着吃，这样很容易增大芒果和皮肤的接触面积
- 可以将芒果切成小块用牙签直接送进嘴里，或打成果酱、果汁用吸管喝，尽量减少皮肤跟芒果亲密接触。如果食用芒果出现了过敏症状，立即用水清洗，症状严重者需要到医院就医

菠萝

无论是泡盐水还是榨汁都难以阻止菠萝过敏。在享用菠萝这件事上，过敏体质的人只好恨恨地说，菠萝这东西，麻烦又难搞

专家说

- 菠萝是一种容易引发过敏的热带水果。菠萝中含有菠萝蛋白酶，这种酶可使胃肠黏膜的通透性增加，胃肠内大分子异体蛋白质得以渗入血液，引发机体过敏反应
- 孩子吃菠萝，若出现皮肤瘙痒、潮红、口舌麻木、喉咙痒的症状，要立即停止食用。处理及时，两三天内可恢复如初
- 食用菠萝建议将新鲜菠萝切片，用盐水浸泡；或煮熟，高温可破坏菠萝蛋白酶，预防过敏

(新华网)