

流感疫苗 为何每年接种?

健康时报记者 刘玫妍 实习记者 王宁

有些疫苗打一次就行，为何流感疫苗每年都要接种?

9月5日，国家疾控局发布的《新版流感疫苗接种指南》提到，由于流感病毒易发生变异，每年流感流行株可能发生变

化，导致之前通过自然感染或免疫接种形成的抗体难以有效中和，因此人群普遍易感。儿童由于免疫系统发育尚不完善，罹患流感风险更高。

“需要注意，接种流感疫苗不能选在一些疾病

的急性发作期，比如发烧、感冒、身体有炎症等时候。”首都医科大学宣武医院呼吸内科主任医师肖汉表示，此外，如果半个月之内打过其他疫苗，最好间隔一月以上接种，更为安全。



复旦大学附属肿瘤医院院长、胰腺学科带头人虞先濬教授自2010年起，跟随倪泉兴教授，在医院创建了胰腺外科，经过10余年的发展，该学科为数以万计胰腺肿瘤患者解决了病痛。据该院数据统计，虞先濬教授领衔的团队胰腺恶性肿瘤切除手术量连续8年位居上海第一，占全上海的1/3；目前，单中心胰腺恶性肿瘤切除手术量超过2500台，成为国际单中心年手术量最大的胰腺肿瘤诊疗中心。图为虞先濬教授（右）在多学科门诊为患者做治疗。

王懿辉报道

相关阅读：北京市9月15日起启动流感疫苗接种

据北京市疾病预防控制中心消息，9月15日起，北京市全面启动流感疫苗接种。

第一批首先为60岁及以上京籍老年人开展接种服务。第二批主要面向中小学校和中等专业学校及技工院校学生。

第三批主要面向城市一线应急保障人员，并对前两批人员查漏补缺。

实际工作将根据具体

情况动态调整，预计免费接种工作将于11月底结束，自费接种工作将持续至2024年2月底。

免费接种的人群，可由相关责任单位统一组织，分批、分时段预约接种。中小学生在学校组织，在征得学生家长同意下统一接种；北京市年满60岁以上的京籍老年人，可由村/居委会组织，凭本人有效身份证或社保

卡，在约定时间段到流感疫苗接种门诊进行接种。

自费接种的人群，需要提前向接种门诊预约，可以通过首都疫苗服务APP、电话、现场登记、微信公众号及其他预约方式完成预约。

9月15日以后，如需查询预防接种门诊地址，可登录北京市卫生健康委或北京市疾病预防控制中心网站查询。（毛圆圆）

30~39岁人群癌症发病率增速最快

浙江医院肿瘤科主任 吴稚冰

8月16日，《美国医学杂志（网络公开版）》发表的一项新研究称，50岁以下人群的癌症发病率在近10年出现上升趋势，平均每年增加0.28%，其中30~39岁人群癌症发病率增速最快。

该研究分析了美国超过56万份50岁以下人群的患癌数据发现，癌症发病率从2010年的99.96例/10万人，增加到了2019年的102.97例/10万人。按年龄组划分，30~39岁年龄段的早发性癌症发病率上

升，平均每年上升0.91%，但其他年龄段保持相对稳定，此外，50岁及以上年龄段的发病率呈下降趋势。从癌症类型来看，中青年人群中最常见癌症类型是乳腺癌，增长最快的癌症类型是胃肠道肿瘤。

呼吸病喜欢“秋后算账”

浙江省人民医院呼吸内科副主任医师 周宏斌

入秋后，一系列呼吸道疾病患者增多，与多种因素有关。

早晚温差大 秋天的早晚温差大容易使人受凉感冒，而慢性呼吸道疾病的患者受凉后，则容易引起旧病复发，造成急性呼吸道疾病加重。

气候干燥 秋天干燥的气流容易导致呼吸系统黏膜极端脱水，纤毛运动能力下降，使得细菌、病毒等微生物附着在黏膜

上，难以有效清除，从而增加感染的风险，诱发或加重各类呼吸道疾病。

秋季风大 秋天的空气中飘浮有吸入性过敏原，它们密度大、数量多，比如植物花粉在秋季空气中的浓度增加，引起季节性过敏反应，那么，过敏性鼻炎、过敏性哮喘、变应性咳嗽等疾病的发病率也会显著升高。

秋季养肺护肺，建议选择散步、慢跑、打太极

等运动，以增强抵抗疾病的能力。

慢阻肺病人可以练习呼吸操，包括开肺纳气、吐纳结合、开合敛肺、健中理气等。

慢性支气管炎患者可以训练“缩唇呼气”，缩唇呼气法就是呼气时将嘴唇缩小似吹口哨状，可以延长呼气时间，减少呼吸频率，增加潮气量，从而改善肺泡有效通气，预防肺气肿的形成或加重。

声音

让基本养老服务成色更足。

——9月12日，民政部相关负责人在国新办发布会上表示，将落实机构改革方案，推进国家基本养老服务清单落地生效，引发各界关注。南方日报评论说。

“网红”挂号窗口背后，是“适老化”服务的稀缺。

——上海同济医院“明星挂号员”杭蕾火了！她对老年人挂号种种需求的耐心回应，广受称赞，更有附近常来就医的患者，宁愿排长队，也要在她的窗口前挂号。澎湃新闻评论说。

癌症晚期病人坐飞机被拒，规则与情理都该建立在安全之上。

——9月12日，一名癌症旅客在成都天府国际机场办理值机时被拒绝登机，成都航空有限公司对此回应，癌症晚期患者不予承运，建议旅客退票。极目新闻评论说。

7岁艾滋儿童获妥善安置，改变“谈艾色变”仍任重道远。

——9月11日，江西当地地区民政局表示，艾滋病毒携带者、七岁半的小瑞已获妥善安置，读书有专教负责，生活有充分保障。光明网评论说。

病历没传完问诊已结束，“网上问诊的病”该治治了。

——据法制日报9月10日报道，一些医生在线问诊时敷衍了事，患者申请维权却投诉无门。“花150元问诊，病历都没上传完，情况都没说完，问诊就结束了。”湖南日报评论说。

别让“防猝死套餐”收割智商税。

——这两天，社交媒体上冒出一一些野生的“防猝死套餐”，博主声称只要每天服用一定量的鱼油、维生素、叶黄素等保健食品，或是加上黑咖啡，即使每天只睡4小时也能保持精力充沛。南方日报评论说。