健康关注

防控传染病 疫苗接种最有效

本报记者　喻京英

4月25日是我国第33个儿童预防接种日。相关数据显示，40年来，随着我国预防接种工作的普及和发展，麻疹、流脑等多数经过接种疫苗可预防的传染病，其发病率已降至历史最低水平。在近日举行的“2019年全国儿童预防接种日主题宣传活动”上，记者了解到，我国在上世纪60年代初通过接种牛痘疫苗消灭了天花；2000年实现了无脊髓灰质炎（小儿麻痹症）目标，并一直维持无发病状态至今；2006年后连续13年无白喉病例报告；普及新生儿乙肝疫苗接种后，我国5岁以下儿童乙肝病毒携带率从1992年的9.7%降至2014年的0.3%，感染乙肝病毒的儿童减少了近3000万人。

疫苗是预防、控制传染病发生和流行，用于人体预防接种的生物制品，对保障人类健康具有重要意义。中国疾病预防控制中心免疫规划首席专家王华庆说，为控制传染病发展，根据我国国情，1978年卫生部提出了计划免疫工作，有计划地实施预防接种。经过几十年的努力，我国已建立了较为完善的传染病监测系统；传染病发病率控制在较低水平。目前，我国免疫规划疫苗的接种率持续保持在90%以上。

接种疫苗可以预防多种疾病

预防接种是控制传染病最有效的手段，也是儿童的“健康保护伞”。《“健康中国2030”规划纲要》中明确提出“5岁以下儿童死亡率要由2015年的10.7‰下降到2020年的9.5‰，再到2030年的6.0‰。”要实现这一目标，首先就要减少感染性疾病对儿童的威胁，其中接种疫苗是预防、控制甚至消灭感染性疾病最经济、安全、有效的手段。

孩子出生后到一定年龄，就必须接种疫苗。国务院颁布的《疫苗流通和预防接种管理条例》规定，第一类疫苗是免费疫苗，它是通过政府招标采购，并逐级进行配送到接种单位，冷链条件完全能够得到保障。第二类疫苗是自费疫苗，由省级疾病预防控制机构组织在省级公共资源交易平台集中采购，由县级疾病预防控制机构向疫苗生产企业采购后，供应给本行政区域的接种单位。

疾控专家提醒，并非所有宝宝在任何时期都适应接种疫苗。在接种前应充分了解宝宝的身体状况，遇有不适应症状要及时告知医生，让医生判断是否可以接种疫苗。在接种后至少应观察30分钟后再离开，以便出现不良反应时及时就诊，并将不良反应报告接种单位。接种后的两天内，要做好打针部位的清洁护理，以免受到细菌感染。

增强抵抗力4种疫苗不可少

肺炎球菌疫苗：肺炎有很多种，肺炎球菌（也称肺炎链球菌）是肺炎的主要致病菌，感染后可导致一系列疾病，如鼻窦炎、中耳炎、肺炎、脑膜炎及败血症等，严重时还会导致死亡，特别是两岁以下幼儿及免疫力缺损的人，都是肺炎球菌的易感人群，而注射疫苗就是一种非常有效的方法。

水痘疫苗：水痘是一种主要发生在儿童中的传染病，是通过空气飞沫经呼吸道传播，或由于接触患儿疱疹内的疱浆，以及通过衣服、玩具等传染。接触到病菌后，90%以上未出过水痘的儿童都会发病。由于水痘症状较轻，而且出过水痘以后就有终身免疫力，所以，许多人常常认为没必要在儿童中进行预防接种。但近年来临床发现越来越多水痘患儿出现许多危及生命的疾病，因此，在儿童中开展预防接种，防止水痘的发生很有必要。水痘疫苗是一种减毒的活的病毒疫苗，接种水痘疫苗后，可以起到很好的预防效果，而且水痘疫苗所产生的保护作用可长期存在。

流感疫苗：流感是一种由极易发生变异的流感病毒所引起的急性呼吸道传染病。6个月至3岁的婴幼儿是流感的高危人群，其感染率在50%以上，比成人高1至3倍，而接种流感疫苗，可以有效地预防流感病毒所引起的某些特定的传染病。

流脑疫苗：注射流脑疫苗是为了预防流行性脑脊髓膜炎（简称流脑）。此病是由脑膜炎双球菌引起的急性呼吸道传染病，主要以15岁以下儿童发病最多，表现为高热、剧烈头疼、喷射性呕吐、皮肤上有小出血点、颈项强直、昏迷、惊厥、休克等，病死率比较高。专家建议适龄儿童应及时接种流脑疫苗。

按时接种疫苗可防传染病肆虐

疫苗接种对于传染病的防控功不可没。“自1978年我国开始开展儿童计划免疫工作以来，我国生产的15种疫苗可预防多种传染病，基本覆盖了世卫组织推荐的所有重点疫苗种类。”王华庆说。中国疾控中心的数据显示，20世纪中期，我国麻疹年发病人数曾高达900多万（发病率1432/10万），26万儿童因患麻疹而死亡。1965年开始使用麻疹疫苗，至2018年，年发病人数已不到4000例（发病率为0.28/10万），仅1例麻疹死亡病例。20世纪60年代，我国流脑发病最高年份高达304万例，近20万死亡病例；至2018年，发病仅104例，死亡10例。乙脑最高年份发病近20万例，死亡近3万例；2018年发病数降至1800例，死亡135例。自1992年我国开始接种乙肝疫苗至今，超过3000万儿童免于乙肝感染，5岁以下儿童慢性乙肝病毒感染率已降至0.3%以下。

链接▶▶▶

家长要按时给孩子接种疫苗

春夏季是麻疹、风疹、流行性腮腺炎、流感和百日咳等呼吸道传染病的高发季节。麻疹是由麻疹病毒引起的呼吸道急性传染病，麻疹病人病毒可经飞沫传播或直接接触感染者的鼻咽分泌物传播，人群普遍易感。麻疹大部分可自行治愈，少数严重者可合并肺炎、支气管炎、心肌炎等并发症，必须要得到及时治疗。

风疹是由风疹病毒引起的急性呼吸道传染病，一年四季均可发生，3至5月达到高峰，任何年龄均可发病，但以儿童发病为主，无抗体的成人也可发病。

专家提醒，麻疹、风疹病人与健康带毒者具有传染性，麻疹和风疹病人在出疹前5天和出疹后5天内都可传染。

手足口病进入高发期

对于儿童来说，春夏季高发的手足口病是让家长头痛的传染病之一。专家提醒，手足口病是由肠道病毒引起的传染病，多发生于5岁以下儿童，引起手、足、口等部位疱疹，可引起心肌炎、肺水肿等并发症，可能导致个别重症患儿死亡。绝大部分手足口病患者尤其是轻型患儿预后良好，无后遗症；少分部患者患病后会迅速发展为重症，并发脑炎、脑膜炎、肺水肿、循环衰竭等，如不及时就诊治疗会危及生命，导致死亡。

专家提醒，手足口病传播途径多，主要通过密切接触病人的粪便、疱疹液和呼吸道分泌物（如打喷嚏喷等）及被污染的手、毛巾、手绢、牙杯、玩具、餐具、奶瓶、床上用品等而感染，做好儿童个人卫生是降低手足口病传染的关键。

医说新语

专家出马“痛击”癌症谣言

玉　晓

当前，我国癌症发病率、死亡率呈逐年上升趋势，给患者家庭和社会造成重大经济负担。“一滴血可以测癌症”“咖啡会致癌”“肿瘤标志物升高就是癌”“癌症会传染”……以上传言是网上流传较广、具有迷惑性的谣言，它的散播严重误导了民众。在近日由中国健康教育中心主办的全国肿瘤防治宣传周活动上，针对癌症谣言，国家卫健委相关负责人和肿瘤界专家给予“痛击”，并从科学的角度进行了辟谣。

一滴血可以测出癌症？“这一说法是不准确的。”专家表示，单靠血液学指标并不能诊断肿瘤，需要结合临床检查、影像学检查等多种手段，而最终确诊还需要病理学的诊断。要想准确地检测癌症，应该到正规医院进行规范化、个体化的癌症筛查。

癌症会传染吗？专家强调，癌症是不会传染的。癌症的发病机理与传染病不同，它是遗传、环境、生活习惯、饮食等多种因素共同作用下，自身细胞基因发生变化而产生的结果。目前，有些人关注了不少“家庭癌”“夫妻癌”的新闻，产生了“癌症传染”的错觉，事实上，这种情况的发生主要由于一家人长期生活在一起，生活方式、饮食结构、居住环境基本相同，因此被相同的致癌因素或诱因影响的概率很高。专家指出，癌症虽不传染，但是一些致癌病毒是会传染的，如可能诱发肝癌的乙肝病毒、可能诱发胃癌的幽门螺旋杆菌、可能诱发宫颈癌的HPV病毒以及可能诱发鼻咽癌的EB病毒等。

肿瘤标记物数值升高一定是患了癌症吗？不一定！专家指出，肿瘤标志物是肿瘤细胞所产生的，或者身体机体对于肿瘤细胞进行反应所产生的一种物质。事实上，一些良性疾病往往也会出现肿瘤标志物数值的升高。比如前列腺癌的肿瘤标志物PSA，在良性前列腺增生组织中同样会升高。此外，日常生活中进补、吸烟酗酒、服用某些药物、怀孕、炎症等，都可能影响肿瘤标志物变化；检查仪器或试剂不同，也会有肿瘤标记物假阳性现象发生。专家提醒，肿瘤标记物数值正常也不能完全排除相关肿瘤，只有进行针对性的体检，才能够早期发现和排除癌症。因此，肿瘤标志物数值升高并不可怕，一定要到规范的癌症筛查中心进行诊断，听取专家建议。

健康互联网

为血友病患者搭建规范诊疗平台

王红丽

血友病属于世界卫生组织（WHO）定义的罕见病。按人口流行病学统计，在中国大约有10万血友病患者。他们需要长期使用止血因子止血和预防出血。而大部分患者有不同程度的残疾。相关数据显示，中国注册的血友病患者仅有1万多名，约90%的血友病患者可能被漏诊。在近日举行的“从血友病看血液领域罕见病诊疗体系建设”研讨会上，与会专家呼吁，为血友病患者提供诊断、治疗、康复、疗效监测、支付为方案等五大方面的综合关爱，通过建设具有中国特色的血友病诊疗中心模式为广大血友病患者搭建规范、有效、可及的分级诊疗平台，从而加强从血友病治疗到整体血液领域罕见病的诊疗体系建设能力。

苏州大学附属医院第一医院血液科主任吴德沛介绍说，血友病是由于体内缺乏凝血因子而造成的凝血障碍性疾病，患者以自发性或创伤相关的出血为特征，出血部位主要在关节、软组织和肌肉，严重时会导致残疾甚至死亡。血友病患者必须时刻避免哪怕是极细微的碰撞和创伤，因为一旦出血就很难止住，甚至没有外伤也可能自发性出血，导致残疾和死亡。

中国医学科学院血液学研究所血液病医院血栓止血诊疗中心主任杨仁池教授说，规范的治疗能有效降低血友病患者的出血频率和致残比率。如果在出血发生之前，能够定期补充凝血因子，使其在血液里保持一定浓度，患者就能够像正常人一样生活。尤其是针对儿童患者，良好的预防治疗可极大减少出血次数，避免因出血而造成的关节损害。长期系统的预防治疗，甚至能实现零出血的目标，提高患者生活质量。

杨仁池表示，在所有罕见病当中，血友病在诊断和治疗方面相对成熟，患者如果治疗和管理得当，相当一部分人可以避免残疾，并能够走向社会，像正常人一样生活和工作，从而成为社会的贡献者而不仅仅是医疗资源的消耗者。如果能建立标准的血友病诊疗中心，将血友病患者分层级管理，将会提高医疗可及性和医疗资源利用度。

杏林寻宝
——中华传统医药漫谈

治病救人，实事求是最重要

——记福建中医药大学全国名中医杜建

陆　昕

杜建，教授、主任医师，中国中医科学院博士后合作导师，福建省中医老年病学科带头人，福建中西医结合临床重点学科学术带头人。1965年9月起从事中医临床工作，是全国老中医专家学术经验继承工作指导老师，全国名中医，福建省名中医。

患者心中的“救世良医”

杜建的外婆出生于中医世家，母亲是一名熟悉中医理论知识，从事药物研究的医药工作者。杜建自幼耳濡目染，深受家庭“不为良相，便为良医”思想的影响，1959年他考入福建中医学院医疗系，学习期间成绩名列前茅。

作为新中国成立后培养的第一代中医师，杜建具备扎实的中国传统文化和中医功底。在用药上，他遵循古训，根据中医的组方原则“君臣佐使”开方，但他师古而不泥于古。“中医既客观又宏观，中医理论体系是紧密地把个人和自然界结合在一起，对疾病进行辨证论治，必须把环境因素考虑进来。想借某一个药方套用在临床上走捷径，这是不行的。”他说。

所以下笔开方前，他总会仔细查看病人过往的检查情况，详细询问病症，处方内容详尽完备，“这样做是对病人负责。治病救人，实事求是最重要。”杜建说。

在临床诊疗中，他思路敏捷准确，处方用药灵活多变。关心体贴患者，常以简单便宜的药物治好常年困扰患者的顽疾，被患者誉为“救世良医”。

力求中西医更好结合

在从事中医药防治多种疑难杂症临床、教学和科研工作的50多年里，杜建对老年病、肿瘤等疾病的中西医结合治疗颇有研究。他认为，中医治病是军团作战，整体作战；西医治病讲究精准打击，靶向清楚。如果把中医的军团作战与西医的精准打击有效结合，可以提高疗效。

在辅助治疗肿瘤放化疗后的气阴两虚症状方面，杜建结合温病治法与方药，研制的扶正清解方获国家专利。在治疗血管性痴呆方面，杜建首创性提出“血管性痴呆多虚多瘀，以肾虚血瘀为常见证型”，制定了“补肾健脾，养血活血”的法则，与团队科研人员合作创制出中药复方康欣胶囊，获国家发明专利。应用“滋阴潜阳、补肾泻肝”法，创制复方龙葵胶囊治疗高血压，临床疗效显著……他希望将自己的经验和成果传承下去，惠及更多患者。

广泛交流扩大中医药影响

丰富的临床经验是杜建学术思想的直接源泉，扎实的临床技能是成就其中医大家的坚实基础。他在“成才治学方法”中强调，长期出门诊、坚持会诊诊疗、坚持参与重点临床学科建设，是名医成长过程中非常重要的环节。另外他还强调经典著作学习的重要性，在历次研究生讲座、教学中，他都谆谆教诲学生多读书、多读古书、多读有代表性的经典著作。

十几年来，杜建培养了60多名硕士、博士，在科研方面，他先后主持省部级科研项目29项，主编了《现代中西医诊疗丛书——中西医临床老年病学》、《中西医结合康复学》、《中西医结合老年病学》、《台湾中医药概览》等14部著作。

此外，他还长期致力于促进中医药走向世界的工作，积极主持或受邀参与对外学术交流和科研合作。通过对外交流，传播中医文化的同时，也与国外及港澳台地区的顶尖中医研究或从业人员进行交流，学习其他地区的先进技术，扩宽思路与眼界，因此他才能凭借广博的中医理论功底，站在中医科研的前沿，用纯正的中医思维及科研成果指导临床实践。

图为杜建与学生一起学习新技术。

健康资讯

北京世园会5G急救系统培训

由北京市卫健委组织、北京世园会医疗保障单位及协同医院相关负责人近日齐聚北京清华长庚医院，集中进行关于5G技术支持下的远程医疗急救系统业务培训。

据介绍，世园会急救医疗系统是北京市政府统一部署的5G应用示范项目之一，在为世园会提供医疗急救保障的同时，也是未来北京市5G新技术政策制定、健康惠民、医疗保障、协同急救、分级诊疗、医联体、突发公共事件应急处置等业务开展的积极有益探索。图为一位参加培训的医师体验混合现实设备。　　**韩冬野** 摄

大健康产业日益受各国关注

本报电（张　敏）第二届“一带一路”国际合作高峰论坛近日在京举行。慈铭博鳌医院董事长胡波，作为中国医疗健康国际品牌的代表受邀与会，畅谈了健康医疗产业在“一带一路”国际合作发展中的作用，并表示要致力于“一带一路”中健康产业发展的民心工程。慈铭健康体检创始人、韩博士医疗集团董事长韩小红指出，依托政策引领、优势互补，“一带一路”相关国家的全方位合作持续升级，大健康产业合作日益受到各国的关注。

中国执业药师学术巡讲启动

本报电（吴振冬）旨在加强基层药师人才队伍建设和培养的“中国执业药师学术巡讲”项目日前在沈阳启动。

据介绍，该项目邀请了全国15个省三甲医院的名医专家及沈阳药科大学等讲师，共同为基层药师授课，内容主要围绕高血压、血脂异常以及慢性疼痛患者的慢病服务管理、药店监管与执业药师法规新趋势、慢病顾客数据诊断等。