

■ 本报记者 马珂 通讯员 杨斌

今年4月25日是第30个“全国儿童预防接种日”,主题是:“预防接种——孩子的权利,社会的责任”。经过多年努力,我省适龄儿童的疫苗接种率始终维持在高水平,各类疫苗接种率均达到95%以上,有效地保护了广大适龄儿童的身体健康。

但是,很多家长对疫苗似懂非懂,海南日报健康周刊记者针对家长关心的问题,采访了省疾控中心有关负责人。

问题1 儿童免费接种疫苗 可预防哪些传染病?

省疾控中心答复:接种疫苗是预防和控制传染病最经济、有效的方法之一。我国疫苗分为两大类,一类疫苗和二类疫苗。一类疫苗是国家免费提供的,所有适龄儿童都应按规定接种;二类疫苗是自费并自愿接种的。目前通过接种免费疫苗可以预防12种传染病,新生儿出生后按照国家免疫程序应接种的疫苗,即:卡介苗、乙肝、脊髓灰质炎、百白破、麻风腮、乙脑、流脑、甲肝疫苗。接种以上疫苗可以预防:新生儿结核性脑膜炎、乙肝、脊髓灰质炎(小儿麻痹症)、百日咳、白喉、破伤风、麻疹、风疹、腮腺炎、乙脑、流脑、甲肝传染病的感染。

问题2 孩子该不该 打自费疫苗?

省疾控中心答复:目前,我国疫苗分为两类,第一类是政府免费向公民提供



家长应该知道这些事

的疫苗,第二类是由公民自费并且自愿接种的其他疫苗。

无明显疫苗接种禁忌症的孩子,建议优先按照国家免疫程序接种一类免费疫苗。如有可替代一类疫苗接种的二类疫苗如脊灰灭活疫苗(IPV)(包括单苗IPV和五联苗IPV)、甲肝灭活疫苗替代国产减毒活疫苗等可供选择的疫苗时,接种单位要告知家长,尊重家长的自主选择权利,家长可自愿、自费、知情同意下开展替代疫苗接种。

一类疫苗是免费的,由国家财政支出,所以只能预防一些基本的常见疾病。而二类疫苗是对其他疾病预防的补充,家长不必对此排斥,可以根据小孩实际的身体状况与经济情况来自愿选择。接种单位要在家长签字同意的基础上,才能接种二类疫苗。”专家建议,在接种

11种免费疫苗的基础上,儿童最好再添种一些自费疫苗:如水痘疫苗,宝宝1周岁以后接种一次,5年后再强化一次。此外,自费疫苗还可以选择肺炎疫苗、流感疫苗等,这些疫苗均能够很好地让孩

子抵御相对应的传染病。

外地来的7周岁以下儿童应在家长陪护下及时到居住地的接种门诊办理预防接种手续。办理登记手续时,最好带上原籍卫生部门发的预防接种证;如果无接种证,那么接种单位也会根据您提供的情况,确定适当的接种方案,为您的孩子提供接种服务。

问题3 要不要选择 进口疫苗?

省疾控中心答复:如今随着疫苗的

逐步国产化,国产疫苗的种类也在不断丰富。家长可以自由选择接种国产疫苗或进口疫苗,均能起到预防疾病,保护健康的效果。目前,并没有一个权威的论述,证明进口疫苗好过国产疫苗。我国一类疫苗中用的都是国产疫苗,几十年下来,发生严重不良反应的案例极少,而且已经有国产疫苗出口到国外了,国产疫苗的安全性还是可信的。

问题4 疫苗接种后 有什么反应吗? 发烧怎么办?

省疾控中心答复:预防接种就是将疫苗等生物制品接种到人体内,使机体产生抵抗相应传染病的抗体,以达到预防相应疾病的目的。疫苗接种绝大多数是安全的,但是,各种生物制品对于人体来说,毕竟都是一种异性蛋白,接种后机体在产生抗体的同时,有时也会发生某些不同程度的不良反应,如少数儿童接种疫苗后可能出现如低热、局部红肿、硬结等症状,为一过性,一般3-5天即消失,家长不必担心。有个别儿童会出现高热、无菌性脓肿、皮疹等,一般对症治疗短期可恢复,对机体无害。极个别儿童会出现其他罕见的严重异常反应(严重异常反应发生率1/10万-1/100万)。

因此,家长在孩子预防接种前应了解预防接种相关知识,细心观察孩子接种前一周内的健康状况,并如实向登记人员提供孩子的健康状况、接种禁忌等情况;在孩子接种完疫苗后必须在接种点停留观察30分钟,以便一旦出现严重异常反应能及时进行救护。

儿童接种回家后家长要注意观察儿童,一旦发现有可能不良反应如孩子反应程度较重、哭闹不止、高烧不退、局部反应较重等症状的,或可能偶合其他疾病的,要及时将孩子抱到综合医院进行救治并及时报告接种单位。

育儿百科

面对宝宝尿床 父母可别做这些事

有些小朋友在到了一定的年纪后还会出现尿床的情况,这时候家长也会心烦。但是心烦归心烦,你可千万别走进下面的误区:惩罚孩子、让孩子立刻起夜尿尿。

孩子尿床后,父母最好“一笑而过”,淡然处之,切不可斥责、挖苦或打骂,也尽量不要声张,以免孩子怕羞、紧张的情绪。

日常生活中,面对孩子尿床,家长应该如何应对,专家支招如下:

1、平时,如果看到孩子在玩耍的时候突然动了,或是摸着自己的腹部,或是哭闹起来,这可能就是宝宝发出尿意的信号了。爸爸妈妈可以把孩子牵到厕所,指着便盆问:“宝宝,你是不是要尿尿了呀?”如果孩子点头,爸爸妈妈可以教孩子脱下裤子自己尿尿。如果宝宝顺利地完成了排尿,要记得给予鼓励和称赞;如果宝宝一时没控制住,尿湿了裤子,爸爸妈妈不应大声责骂,而是应该告诉孩子如果下次想尿尿时,一定要及时告诉爸爸妈妈。如果宝宝有了尿意,但到了厕所又一时排不出来时,家长也可以口头发出“嘘嘘”的声音,刺激孩子的尿意。

2、训练膀胱功能:宝宝的膀胱,一般可容纳300毫升左右的尿液,白天的时候,可以训练孩子尽量延长两次排尿间隔时间,使膀胱容量逐渐增大,促使尿量储备增加。

3、建立条件反射:首先,父母应该观察孩子每天会发生遗尿的时间,掌握规律后在宝宝发生遗尿前半小时左右,把孩子唤醒去排尿。这里需要注意的是:第一,晚上把孩子叫醒去排尿时,一定要保证孩子是处于清醒状态的,因为如果孩子晚上被叫醒起来排尿时还是迷迷糊糊的话,往往小便会尿得不够干净,半夜就容易尿床。其次,孩子被叫醒后,一定要让他到洗手间去小便,决不能让孩子尿在床旁的痰盂里。最后,叫的时间上要把握好,叫得次数太多,孩子膀胱得不到扩张,产生不了明显尿意。叫得太早,孩子也还没尿意,叫得太迟,孩子已经尿床了。

(小桑)

宝宝不爱吃饭 得了厌食症怎么办?

小儿厌食症是指长期的食欲减退或消失、以食量减少为主要症状,是一种慢性消化功能紊乱综合征,是儿科常见病、多发病。

专家建议,可以通过以下方法解决小儿厌食:

1、合理喂养:大力宣传科学育儿知识,做到合理喂养。4个月内的婴儿最好采用纯母乳喂养。按顺序合理添加辅食,不要操之过急。

2、培养好的饮食习惯:吃饭应以“吃饱而不过饱”为原则,定时进食,每天三餐饭,中间加两次点心和水果较为适宜;少吃油炸等燥热食物、肥厚食物和生冷食物,以免增加胃肠负担,影响食欲;要保持轻松愉快的进食情绪。

3、加强体育锻炼:适当增加孩子的活动量,可使胃肠蠕动加快,消化液分泌旺盛,食欲增加,增强胃肠道消化和吸收功能。

4、积极治疗原发疾病:对躯体疾病或胃肠道疾病及时进行治疗,去除病因。而且必须在医生指导下进行药物治疗,不得私自乱服药物。

5、停用引起胃肠反应的抗生素及其他药物。

6、补充微量元素:如缺锌引起的厌食,可给予口服锌制剂。此外,还可膳食补给,多吃动物性食品。

7、药物:助消化剂、胃动力药,对于严重顽固性厌食症可考虑激素疗法。

(桑文)

制图/石梁均

宝宝何时不能接种疫苗?



假如您的
宝宝出现以下
情况时,专家建
议痊愈后再进
行接种

有严重皮炎、牛皮癣、严重湿疹及
化脓性皮肤病者。
发热>37.3℃者(发热可能是急性
传染病或其他疾病的提示症状,接种可
能会加重病情,并可能发生偶合事件)。
腹泻(每天排便次数超过3次、性
状有改变者)暂缓接种疫苗(包括服用
脊灰疫苗)。腹泻可能为病毒所致,可
能发生偶合事件;母乳喂养婴儿每日大
便次数较多,不视为腹泻)。
在可治愈疾病的恢复期建议推迟
接种疫苗。

新生儿黄疸怎么办?

可在医生指导下用药、蓝光治疗



■ 本报记者 侯赛

沉浸在宝宝出生的巨大喜悦中的父母,有时会突然发现宝宝的脸上、身上开始变黄,看起来很不健康。每个宝宝出生的时候都会出现黄疸吗?这是什么原因造成的?

三亚市人民医院新生儿科主任林毅表示,不是每个孩子出生后都会出现黄疸,大约80%以上的早产儿会出现新生儿黄疸。

新生儿黄疸主要和新生儿胆红素代谢的特点有关:胆红素生成较多、转运能力不足、肝功能发育欠完善、排泄胆红素能力不完善,即新生儿胆红素的摄取、结合及排泄能力较弱,在处于饥饿、缺氧、胎粪排出延迟、脱水及酸中毒的时候容易使黄疸加重。

为什么有的孩子黄疸时间特别长,有的孩子几天就没了呢?林毅指出,黄疸分生理性黄疸和病理性黄疸。生理性黄疸不属于疾病,属于新生儿时期的一种特殊状态,对孩子健康没有影响。病理性黄疸属于疾病状态,如果血中胆红素特别高,发生核黄疸,会影响孩子的智力发育,肌张力和运动能力。故病理性黄疸要积极治疗。

黄疸的恢复时间主要是由黄疸程度、病情进展及有无基础疾病等因素决

定的。生理性黄疸大多在生后2-3天出现,4-5天达高峰,5-7天消退,最迟不超过2周。病理性黄疸多于生后24小时出现,黄疸值高,持续时间长,且可能退而复现。另外,新生儿肝炎、败血症、新生儿溶血病及某些遗传代谢性疾病,均会使黄疸消退延迟或加重。

据杨林峰介绍,妇科的恶性肿瘤主要来自外阴、阴道、宫颈、子宫体、输卵管和卵巢。其中,宫颈癌、宫体癌(子宫内膜癌)、卵巢癌是最常见的妇科恶性肿瘤,号称“妇科三大癌”。这些癌症确实中老年女性容易得,在儿童和青少年很罕见。但是有一些外阴、阴道和卵巢的恶性肿瘤,却是儿童或青少年多见,在中老年女性反而不常见。例如以下几种肿瘤:

葡萄状肉瘤:阴道和宫颈的葡萄状肉瘤基本上发生在低龄的女童。常见的症状是阴道出血,肿瘤较大时可以在外阴口看见像“成串的葡萄”一样的肿瘤组织。杨林峰表示,这种肿瘤恶性程度较高,可能与怀孕期间妈妈服用合成雌激素有关。

阴道透明细胞癌:中老年人的阴道癌一般是HPV病毒感染造成的,这一点和宫颈癌很像。但是幼女的阴道透明细胞癌和HPV病毒没有必然关系,而是和怀孕期间接触了过量的合成雌激素(乙烯雌酚)有关。所幸目前孕期使用乙烯雌酚已经非常罕见,因此这个癌症要见到也不容易。

卵巢恶性生殖细胞肿瘤:这是从婴幼儿到青春期女性最常见的妇科恶性肿瘤。卵巢恶性生殖细胞肿瘤由一组癌症构成,常见的有恶性的畸胎瘤、内胚窦瘤、无性细胞瘤等。这些肿瘤高度恶性,发展快,不及时治疗致死率高。常见症状是:腹部和盆腔的包块,快速产生的腹水导致腹胀和食欲下降、消瘦。有的孩子肚子逐渐增大,父母会误认为是孩子长胖了。还有肿瘤平时没有症状,但是肿瘤突然发生扭转或破裂而造成剧烈腹痛,此时往往需要急诊手术。

卵巢性索间质肿瘤:这也是一大类肿瘤,在儿童和青少年女性最常见的是颗粒细胞瘤。颗粒细胞瘤的症状和恶

性生殖细胞肿瘤类似,但是发展要慢一些。

“儿童和青少年妇科恶性肿瘤的特点是高度恶性、发展迅速,原因是很多家长和医生认识不足而导致漏诊和误诊率高。”杨林峰告诉记者,尽管这些肿瘤非常可怕,但也不是不可能治愈的。比如,有些葡萄状肉瘤和阴道透明细胞瘤发生在孕妇接触了合成雌激素(特别是乙烯雌酚)的基础上,所以孕期避免接触这类药物能很大程度上杜绝葡萄状肉瘤和透明细胞癌的发生。

杨林峰表示,卵巢恶性生殖细胞肿瘤对化疗高度敏感,通过积极、全面的手术,配合手术后规范、足量的化疗,很

多患者不仅能够治愈,还能保留生育功能。很多青少年妇科恶性肿瘤看上去“来势汹汹”,但是对放疗、化疗反应很好,使得这些肿瘤的预后反而较好。

杨林峰提醒广大家长,要重视儿童和青少年女孩出现的阴道出血、腹胀、下腹部包块等症状,不要以为小女孩就不会得妇科病。怀疑患有恶性妇科肿瘤时要及时到有治疗经验的大医院就诊,明确诊断后尽早治疗。哪怕发现时肿瘤已经比较大,也不要放弃治疗。很多所谓的“晚期患者”,经过规范的治疗都能健康的存活和成长。妈妈们平时多注意女儿的变化,这类肿瘤做到早期发现是有可能的。

小女孩 也会得妇科肿瘤

要重视儿童和青少年女孩出现的阴道出血、腹胀等症状



天气忽冷忽热 宝宝感冒如何用药

倒春寒来袭,这个时候容易引发感冒,特别对于抵抗力较弱的宝宝来说,感冒更容易发生,不少家长选择自行用药,虽然宝宝免疫力较低,但各位家长无需惊慌,在用药时候应该注意这三个原则。

原则一:勿小题大做

如果孩子感冒初期1-2天内没发烧,精神状态不错,吃、喝、拉、撒都正常,只有一些流涕、鼻塞或咽痛,不要急着吃药和看医生。只要注意多休息,多喝水,清淡饮食,大多数孩子可以自愈。如果小孩体温在38.5℃以上,家长应让孩子服用退烧药。

原则二:勿重复用药

不少家长为了缓解症状,到药店一买就是好几种,给孩子吃这种不行就吃那种,有的甚至全部混在一起吃,殊不知“是药三分毒”,更何况一些感冒药药名不同,却具有同样的成分,同时吃等于剂量超量。专家指出,市场上很多感冒药一般为复合制剂(包括退热、止咳及抗过敏成分),不建议家长自行给2岁以下的孩子服用。

原则三:服用药品要适量

有些家长求愈心切,认为加大用药剂量能治病早日获愈,便盲目给孩子加大服药剂量。其实,服用药物的剂量越大,其毒副作用也越大,甚至导致儿童发生急性或蓄积性药物中毒。而有些家长则过于谨慎,害怕孩子服药后出现副作用,便随意减少服药剂量,殊不知,药物剂量过小,在人体内达不到有效浓度,就不可能发挥最佳疗效。

(桑文)