

## TOP 养生 | 健康人人问

观看腰椎微创手术  
体验尖端科技操作平台

4月25日(星期五)上午9时,“中原脊柱微创融合技术高级学习班”将在武警河南总队医院举行。学习班特邀中华医学会骨科学分会微创学组组长、第三军医大学周跃教授,第四军医大学钱济先教授,广州军区武汉总医院徐峰教授等国内30余名脊柱微创专家,采取专家专题授课和手术观摩等形式进行,手术过程将现场直播。

另悉,亚洲最大的移动展示培训中心(MTC)也将在武警医院展开。中华医学会骨科学分会微创学组委员、武警河南总队医院椎间盘治疗中心朱卉敏主任介绍,本次学习班一定会造福于广大腰椎病患者。蒋晓蕾

两大中心落户仁济  
共同造福患者

4月18日,郑州仁济创伤显微外科医院举行“河南省臂丛神经诊疗中心”、“河南省郑州市下肢矫形及功能重建中心”两大中心揭牌仪式以及臂丛神经、下肢矫形及功能重建学习班。参加揭牌的嘉宾有:国际知名下肢矫形及功能重建专家、国家康复医院名誉院长秦泗河,国际知名臂丛神经专家、上海华山医院劳杰,河南省手外科创始人张树松,河南省骨科创始人贺长青,省手外科学会委员兼秘书、省显微外科学会副主任委员、省脊柱脊髓损伤研究会秘书、郑州大学第一附属医院骨科主任吴学建及各级医院的临床医师等近300余人。蒋晓蕾

自然堂冰肌水  
以雪域之纯 焕肌肤之净

近日,国内护肤品领军品牌“自然堂”在郑州举行以“以雪域之纯,焕肌肤之净”为主题的大型美丽课堂活动,分享取自喜马拉雅5128米小分子冰川水所带来的极致纯净力量。据自然堂品牌资深美容讲师介绍,源自雪域圣地的小分子冰川水纯净稀有,当地老百姓把冰川水奉为“甘露”。活动现场,两个生动有趣的互动试验,让现场所有人一同见证了雪域冰川水的神奇功效。

此次活动中,冰肌家族再添一名新成员——密集修护滋润冰肌膜。这款面膜同样以雪域冰川水为底,可以打开肌肤水通道,密集补水、净化肌肤。凌少敏

韩国长腿欧巴  
空降郑州华山医院

4月19日,由郑州华山整形举办的“2014华山整形春夏VIP新品答谢会”暨华山整形首届整形狂欢节完美落幕。4位国际一线T台大牌,有着模特界Muse美称的韩国当红男模、长腿欧巴李东海及金在中、朴振英、申贤俊现身郑州华山整形活动现场,瞬间点燃现场气氛。

参加此次华山整形狂欢节,4位韩国长腿欧巴的终极目标是亲身体验华山整形技术的魅力。活动现场,他们给粉丝们赠送了特意从韩国带来的小礼物,引得现场粉丝哄抢与尖叫。4位长腿欧巴还一一与排队等候的会员与粉丝进行合影,欧巴们的亲民表现,使得活动始终热力十足。韩新宝

4月25日全国儿童预防接种日  
接种 给孩子撑起健康“保护伞”

今年4月25日是第29个全国儿童预防接种日,今年的主题是“接种疫苗,保障健康”。说到接种,不少家长想了解的问题一箩筐,接种前孩子都需要作哪些准备?如果“漏种”了还有没有必要补?打过疫苗后,孩子出现不适症状要不要及时就医……这些问题让不少父母感到困惑。郑州晚报记者 李鹏云

## 接种前 | 儿童接种八不宜

Q 孩子在预防接种前,家长应当注意哪些问题?

A 在接种疫苗之前,家长应特别注意孩子有无急性疾病、过敏体质、免疫功能不全、

神经系统疾患等,一定要在接种人员的指导下接种。

8种情况下不宜接种:一、体温超过37.5℃的发热儿童。二、患牛皮癣、皮肤感染、严重皮炎、

湿疹的儿童。三、患有心脏病、肝炎、肾炎、活动性结核病的儿童。四、脑或神经系统发育不正常,有脑炎后遗症、癫痫病的儿童。五、重度营养不良,严重佝

偻病、先天性免疫缺陷的儿童。六、过敏体质及患哮喘、荨麻疹的儿童。七、正在腹泻的儿童,不宜服用小儿麻痹糖丸。八、腋下或颈部淋巴结肿大的儿童。

## 接种时 | 漏打疫苗要“补种”

Q 孩子接种疫苗能提前或延迟吗?

A 一般孩子接种疫苗的时间,医生都会在接种卡上标明。有的家长会特别心急,提前抱着孩子赶到医院接种。其实,这种做法非常不正确。因为如果不到时间就接种,会达不到免疫效果和目的。

“预防接种程序的规定有一定的科学性,十分严密,也就是什么时候接种什么疫苗有一定的道理,这与孩子身体内的抗体水平和注射疫苗后抗体的产生,以及抗体的持续时间有着一定关联。”郑州市儿童医院预防保健科科长朱晓华提醒,家长应根据卫生部门规定的免

疫程序按时接种,提早或延迟都不好。

Q 宝宝漏打疫苗需要“补种”吗?

A 疫苗的接种是由防疫部门专门安排的,家长应根据儿童免疫程序和当地卫生部门的规定及时带孩子到指定地点接种疫苗。万一因为各种原因没有打成,那么一定要进行“补种”。

朱晓华说,也许就因为少打了这一针,疫苗的作用没有得到加强,可能会造成前边打过的疫苗没有了“后续的力量”,而失去了它应当发挥预防传染病的作用。所以,一定要及时到防疫部门问清楚补种的

时间,以便及时接种上疫苗。

Q 很多妈妈说服用糖丸后不能吃奶,是真的吗?

A 脊髓灰质炎病就是大家熟知的小儿麻痹症,属于肠道病毒,通过消化道感染,和手足口病病毒同属一个家族。这种病会使儿童脊髓神经受到感染,导致一些儿童肌肉瘫痪甚至死亡。

目前,我国可供选择的脊髓灰质炎疫苗有口服减毒脊灰疫苗(俗称糖丸)和注射灭活脊灰疫苗两种,前者是国家一类免费疫苗,后者是二类有偿疫苗。

在我国,口服糖丸的接种

程序是在儿童2、3、4月龄各服1次,4岁再服一次。郑州市妇幼保健院儿科主任医师马占敏说:“糖丸对热很敏感,其药效与温度有很直接的关系。一般在20~22℃最易生存并被肠胃黏膜吸收,而母乳的温度是37℃,服用糖丸后立即吃奶容易使服下的活疫苗失效。因此,服糖丸30分钟后才能吃奶。另外,喂奶前1小时不可用糖丸是因为母乳中可能有抵抗该病毒的抗体存在,进而使糖丸失去活性,降低药效。需要注意的是,小孩服用后如果因吐奶等原因导致疫苗服用剂量不足,需要重新补服。”

## 接种后 | 流感疫苗最好年年种

Q 宝宝接种疫苗后出现哪些症状需及时就医?

A 马占敏表示,如果注射疫苗后出现发烧,就按照平时发烧的处理方法退烧就可以了。该用药的时候就用药,无需过分的担心和过多的顾虑。发烧情况一般出现在注射疫苗后的当天或两天之内,过了这段时间,宝宝会自然痊愈。宝宝这种发烧情况,一般不会持续很久,一两天内都会好的。当然,像麻疹疫苗,它的不良反应的出现并不是当天的,通常是在注射疫苗后的5~7天内才会出现,如出轻微的发麻疹般的反应,这一般也不需要特别管它。只要多观察宝宝的情况,多喝些水,注意休息即可。

一般情况下,注射完疫苗后,一般会让宝宝在医院观察半个小时,如果有急性过敏反应,一般会在半个小时内表现出来,医生可及时对症处理。但是如果宝宝回家了,才出现一些不良反应,如突发性高热,突发性的意识不清,恶心呕吐或抽搐,这些情况就需要马上看急诊。

Q 有家长反映孩子打了疫苗后会生湿疹。请问打疫苗会不会引起湿疹?

A “湿疹与打疫苗没有必然的联系。当然,也不否认,极少数本来就有湿疹的儿童在接种疫苗后出现湿疹加重的情况。”朱晓华说,如果孩子有这种情况,家长应

及时带孩子去医院就诊。

建议有湿疹的孩子在接种疫苗时,要与接种医生事先说明,让医生决定是否要打疫苗。有严重湿疹的孩子,等湿疹病情稳定后再考虑接种疫苗。

Q 为什么有些孩子接种疫苗后仍会发病?

A 疫苗均具有一定的保护率,但由于受种者个体的差异,少数人接种后不产生保护作用,仍有可能发病。

另外,如果接种疫苗时受种者恰好已处在该疫苗所针对疾病的潜伏期,接种后疫苗还未产生保护作用,那么接种疫苗后仍会发病,这就属于偶合发病。