



怀孕了能不能打疫苗？

——访大同康复医院产科副主任安晋云

本报记者 王芳

怀孕期间，孕妇普遍担心疫苗给胎儿造成伤害，这是大部分孕妇不接受疫苗的主要原因。其实孕期是否可以接种疫苗，需要根据注射疫苗的类型而定，部分减毒活疫苗不可在孕期注射，但有些灭活疫苗并不受此限制。

大同康复医院产科副主任安晋云介绍，孕妇本身是传染病感染的高危人群，孕期、特别是孕前接种某些疫苗是必要的。如果孕妇在孕期被狗、猫等动物咬伤或抓伤需要注射狂犬病疫苗，应及时注射。还有乙肝疫苗、流感疫苗等也可以在孕期注射，不受孕期的限制。

如果不幸感染了流感，很容易出现严重的并发症，比如肺炎等，可能会增加流产、早产及其它孕期并发症的发生几率。如果孕妇在孕早期因为流感而出现了持续性的高热，还会增加胎儿畸形的发生率。而且，一旦确认感染有可能会给母亲和胎儿带来较大风险的话，还是需要进行免疫接种的，前提是疫苗是安全的。孕期进行免疫接种可以保护母亲和胎儿免受一些感染的伤害，还可以给出生后的婴儿提供被动保护。

孕妇接种疫苗安全吗？

不仅是流感疫苗，在孕期很多孕妇可能遇到过这样的烦恼：打疫苗安不安全，对胎儿有没有影响。那么，我们先来看看疫苗的种类。

疫苗大概可以分为灭活疫苗和非灭活疫苗。

灭活疫苗：表示疫苗中的微生物，已经

通过化学或物理的方法杀灭了，仅这些微生物的组分，已足够让人体产生免疫力。例如破伤风这样的疫苗，孕期可以使用。

减毒或减活疫苗：是减弱了致病力的微生物制成的，它们只有保持着“命”，才能让人体产生免疫力。麻疹疫苗、风疹疫苗等都属于这种疫苗，孕期禁用。

因此，不是所有的疫苗孕期都能接种，对于孕妇而言，灭活的可以接种，减活的或者活疫苗不能接种。

有的孕妇看了可能会想，怎么知道哪些是灭活的，哪些是活疫苗，哪些是减活的？下面直接罗列生活中我们常用的疫苗。

怀孕期推荐使用的主要疫苗

流感疫苗：为避免在孕期感染流感引起的不良后果及住院治疗，孕妇接种灭活的流感疫苗非常有必要的。如前所述，孕期接种流感疫苗是安全的，在流感高发的季节，建议在医生的指导下进行接种。

百白破疫苗：在整个孕期都可以接种百白破疫苗，最佳的选择是在妊娠27-36周期间接种。

怀孕期应该避免接种的疫苗

HPV：HPV疫苗属于灭活疫苗，理论上不会对妊娠造成不良影响。目前研究也没有发现疫苗对孕妇和胎儿产生不良的影响，但各国指南均建议孕妇不要接种，如果接种后发现怀孕应停止后续接种，其他剂次在分娩后继续进行。

麻疹、腮腺炎，风疹(MMR)：MMR是减毒活疫苗，不建议在孕期应用，因为有潜在的感染母亲和胎儿的风险，但是到目前为止没有发现导致不良结局的证据。

水痘：水痘也是活疫苗，不建议在孕期应用，因为有潜在的感染母亲和胎儿的风险，但是到目前为止没有发现导致不良结局的证据。

LAIV：LAIV是流感减毒活疫苗，不建议在孕期接种，可以给产后或母乳喂养的母亲接种。

结核：虽然没有发现有什么不良影响，依然不建议在孕期接种。

带状疱疹：是减毒活疫苗，不建议在孕期接种。

小小的疫苗其实有大大学问，安晋云强调，孕期疫苗的注射均需要向专业的医务人员咨询后进行，但也无需对注射疫苗后怀孕产生恐惧心理，科学面对才是正确的。

携带硝酸甘油有讲究

硝酸甘油等常见药物被不少心血管病患者奉为“救命药”随身常备。不过需要注意的是，随身携带并不等于贴身携带。

大同新建康医院心内一科主任丁雪波介绍，硝酸甘油本身是一种极易挥发的液体，其片剂是加入惰性物质后压制而成，因此药片暴露在空气中过久或者受热，其有效成分会很快挥发而影响疗效。

那么，怎样判断硝酸甘油是否失效呢？在此丁雪波给出如下建议：

看感觉。在舌下含服硝酸甘油时，通常会略有烧灼或发麻等刺激感，如果没有这些感觉可能

提示硝酸甘油已失效，建议立即更换。

看效果。通常情况下，舌下含服硝酸甘油3~5分钟后达到最大疗效，如果5分钟之后仍有明显不适症状，需要立即再含服一片，再过5分钟还有不适，则需再服一片，如果3片之后(从感到不适计时不超过15分钟)仍有明显不适感，需立即就医以免对心肌造成损害。

硝酸甘油应尽量保存于原包装瓶中，每次用药后必须拧紧瓶盖，并且要遮光，在阴凉处(不超过20℃)保存，患者或家属随身携带硝酸甘油时，切记不要把药放在贴身的衣服口

袋内，因为硝酸甘油在体温环境下不稳定，导致药物分解、药效降低或者失效。

同时，如果药瓶被反复打开，与空气接触也容易氧化挥发，导致药效降低，因此，开瓶后的硝酸甘油一般3~6个月失效，如果有瓶盖未拧紧等不当操作，药品有效期则更短。若需外出携带，建议将硝酸甘油置于随身携带的小包或者背包里。如遇夏季室外高温天气，有条件者可将药瓶放在具有隔热层的装置内或与冷饮等放在一起，以便维持药瓶周围的低温环境。

(王瑞芳)



醋要怎么选？

由于都市人生活节奏快、工作压力大、应酬多，很容易发生体质下降、血液酸碱度不平衡等问题，越来越多的人过早地出现亚健康状态。而醋可以帮助人体消化、补充人体所需的各种营养成分。市田源酿造有限责任公司总经理高瑞举说，多吃点醋可提升人们的体质，增强免疫力。

那么醋要怎么选？高瑞举说，不浑浊有浓香。买醋时，一定要做到一看二闻。优质醋呈棕红色或褐色，澄清、无悬浮物和沉淀物，质量差的醋颜色可能会过深或过浅，且有不正常

的沉淀物。

还可以通过闻或尝的方法辨别醋的优劣。好醋闻起来有浓郁的醋香，在酸味之余，还能闻到粮食的香味，熏醋还会有熏制的香气。质量较差的醋往往醋味较淡或酸味刺鼻。品尝时用筷子蘸一点醋放入口中，好醋酸度适中、微带甜味，入喉顺滑不刺激；而劣质醋则会明显有“扎嗓子”的感觉。

大同市田源酿造有限责任公司
联系电话：5555559

(广告信息)

