

## 【疫苗接种】

# @曹杨人，老年人打新冠疫苗安全吗？有哪些禁忌？权威解答来了

曹杨人，你是否为构筑疫情防控“铁壁铜墙”，献上了“一臂之力”？筑牢疫情防控篱笆，需要你我共同参与。在曹杨社区接种新冠疫苗，不用预约，随到随打！

## 接种“加强针”需满足3个条件

1、已完成疫苗接种（2剂次灭活疫苗或1剂次康希诺腺病毒载体疫苗）

2、全程接种后已满6个月（至少180天）

3、年龄在18岁及以上

作为老龄化程度“名列前茅”的社区之一，曹杨社区的居民一大部分为老年人，老年人和年轻人毕竟体质不一样，打新冠疫苗究竟安全吗？老年人平时接触的人不算多，到底有必要打吗？有慢性病需要长期吃药，能打吗？爸妈还没打新冠疫苗，可能是有这些顾虑！来看看市疾控中心的权威解答。

## 老年人和年轻人毕竟体质不一样，打新冠疫苗安全吗？

新冠病毒疫苗开展临床试验的对象是包括老年人在内的3岁以上的所有人群，结果显示，不同年龄段的人群接种新冠病毒疫苗都具有良好的安全性。

截至目前，我国新冠病毒疫苗在境内外60岁以上老人当中的接种数量已经超过了5亿剂次，国内受种者的最大年龄是106岁。这5亿多针打下去，充分证明，在老年人中大规模接种新冠病毒疫苗，安全性杠杠的。

老年人平时接触的人不算多，到底有必要打吗？

老年人虽然活动范围相比年轻人较为局限，但也会通过家里的小辈、周围接触的人感染到病毒，近期国内的疫情中就出现了不少老年病例。此外，老年人感染后，发生重症和死亡的风险远高于年轻人和儿童。

对于之前我国部分地区散发疫情进行分析发现，老年人接种新冠肺炎疫苗后出现重症的风险明显低于未接种疫苗的老年人，出现重症的感染者90%以上是没有接种疫苗的。

## 有慢性病需要长期吃药，能打吗？

慢性病患者也是感染新冠病毒后，容易发生重症和死亡的高危人群。因此，有慢性病的老年人，更有必要接种疫苗。

当然，对于个人是否适合接种，需要根据当前的病情判断。对于有三高（高血压、高血脂、高血糖）、慢性胃炎、肾脏疾病等慢性疾病的患者，如果健康状况稳定，药物控制良好，可以接种疫苗。如果目前，相关指标控制不稳，或处于急性发作期，则建议暂缓接种。

根据《新冠病毒疫苗接种技术指南（第一版）》，通常的接种禁忌包括：

01 对疫苗的活性成分、任何一种非活性成分、生产工艺中使用的物质过敏者，或以前接种同类疫苗时出现过敏者；

02 既往发生过疫苗严重过敏反应者（如急性过敏反应、血管神经性水肿、呼吸困难等）；

03 患有未控制的癫痫和其他严重神经系统疾病者（如横贯性脊髓炎、格林巴利综合症、脱髓鞘疾病等）；

04 正在发热者，或患急性疾病，或慢性疾病的急性发作期，或未控制的严重慢性病患者；

05 说明书所列其他禁忌事项。如果还是吃不准自己的情况是否适合接种，可以带着病历本去接种点让现场的医务人员评估是否适合接种。

## 打完疫苗还能吃药吗？还能跳广场舞吗？

处于稳定期的慢性病患者，接种疫苗前后，仍应按医嘱用药，包括高血压患者、糖尿病患者、甲减患者等使用的常规药物，具体可参考相关药物说明书。

虽然疫苗很安全，接种当天还是要注意休息，避免剧烈运动。

打了之后手臂疼了一礼拜，这属于正常现象吗？

接种新冠疫苗后发生接种部位的红肿、硬结、疼痛，属于接种后常见反应，这也和已经广泛应用的其他疫苗基本类似。

除此之外，接种后也可能发生发热、乏力、恶心、头疼、肌肉酸痛等全身反应。绝大部分接种后不良反应都无需特殊处理，但应加强观察，如未缓解，则需及时就医。



## 【平安家园】

## 守牢百姓的“钱袋子” 曹杨喊你下载“国家反诈中心”APP

为打击治理新型电信网络诈骗，营造全民反诈的浓厚氛围，进一步提高居民的反诈意识，曹杨新村街道积极开展多层次、全方位、全覆盖的反诈宣传活动，全力做好“国家反诈中心”APP宣传推广工作，筑牢反诈防护墙，守牢百姓“钱袋子”。

12月4日上午，曹杨新村街道联合区融媒体中心在梅岭北片区组织开展“国家反诈中心”APP、普陀区“两微一端”宣传推广活动。

“希望大家下载安装，并开启‘来电预警’，保护好自己的钱袋子！”当天，街道通过设置宣传海报、发放宣传资料、讲解防范知识等方式，面对面向群众宣传普及防诈骗知识，让群众进一步掌握“国家反诈中心”APP的用途，充分调动群众安装软件的积极性。

此次宣传推广活动，共发放各类宣传资料三百余份，现场注册“国家反诈中心”APP百余人。

社区工作人员深入临街商户和居民家中，与群众面对面、一对一讲解示范，在辖区内形成良好宣传氛围，进一步增强社区居民的安全防范意识，大幅提高“国家反诈中心”APP覆盖率。

## 国家反诈中心App能干啥？

国家反诈中心App是由公安部刑事侦查局推出的一款手机防骗

保护软件，其中包括快速举报涉诈线索、高效预警劝阻提示、远程身份验证、反诈防骗知识宣传等，使用过程中，部分网友提出疑问，已经下载了国家反诈中心App，为何还会接到诈骗电话？

国家反诈中心民警进行了解答：不少人都存在一个误区，以为下载安装了国家反诈中心App后，就可以直接发挥作用，实际上，需要手动开启“来电预警”功能，才能为你识别诈骗电话。

## 如何手动开启“来电预警”？

下载安装国家反诈中心手机软件完成注册后，自行在首页点击来电预警和短信预警开启选项，开启后，来电预警功能，即可发挥作用。

不要忽视国家反诈中心，给你发来的预警提示，这些预警提示的数据来源，一部分是公安机关数据库中，已经确定的涉诈线索；另一部分是经过大数据核查后，确定的高风险信息，一定要引起重视。

目前，国家反诈中心已经为用户进行电话、短信、网站链接以及App预警超过1亿次。

## 国家反诈中心App还能干啥？

除了高效预警，国家反诈中心App还有一个重要功能：“一键举报”涉诈线索！可疑的手机号、短信、赌博、钓鱼网站、涉诈App等，

都可以使用“一键举报”功能进行举报，公安机关在收到举报线索后，会将其纳入涉诈黑样本库，同时采取一系列措施，将它进行技术封堵和拦截，保证人们的财产安全。

专家提示，由于每天都会产生大量的电话号码、域名网址等被用于诈骗，如果大家能够及时举报涉诈线索，可以帮助公安机关尽早汇集、识别新的诈骗信息，及时为大家发出预警提示，减少同类型诈骗的发生。

## 国家反诈APP下载安装办法

1. 扫码下载APP。

2. 下载APP后，选择您的常驻地区“上海市-普陀区”。

3. 按步骤填写资料进行注册。

4. 注册成功后，点击“来电预警-立刻开启”，即可启动全方位量身定制式诈骗预警。



## 防护要点再温习 健康提示请牢记

市卫健委提示，做好日常防护，守护个人健康，健康防护要点一定要牢记。做到科学佩戴口罩，日常勤洗手，遵守“一米线”，不扎堆少聚集，注意咳嗽礼仪，养成健康生活方式。

## 科学佩戴口罩

切记：口罩盖住口鼻和下巴，鼻夹要压实；口罩出现脏污、变形、损坏、异味时需及时更换，每个口罩累计佩戴时间不超过8小时；在跨地区公共交通工具上，或医院等环境使用过的口罩不建议重复使用。

注意：不要上下或者内外反戴口罩，更不要戴口罩时露出口鼻。

除了在密闭场所需要戴口罩外，当处于人员密集的露天广场、剧场和公园等室外场所时，也需要佩戴口罩。

## 日常勤洗手

洗手时尽量用流动的水，并使用肥皂或洗手液。

手上无可见污染物时，可用手消毒剂揉搓双手20-30秒。

## 遵守“一米线”

排队、付款、交谈、运动、参观时，要保持1米以上社交距离。

## 不扎堆、少聚集

少聚餐聚会，聚餐聚会时不要超过10人，尽量减少聚餐人数，缩短聚餐时间。

少走亲访友，非必要不到人群密集的场所，非必要不出境，不离沪。

## 注意咳嗽礼仪

咳嗽打喷嚏时，用纸巾捂住口鼻，无纸巾时用手代替，注意纸巾不要乱丢，不要用脏手触摸眼口鼻。

## 养成健康生活方式

每日至少开窗通风两次，每次30分钟以上。

加强身体锻炼，坚持作息规律，保证睡眠充足，保持心态健康。健康饮食，戒烟限酒。

一旦出现发热、咳嗽等症状时，及时就医。记得及时接种疫苗。

气温变化，大家注意防寒保暖，坚持做好个人防护，牢记“三件套”和“五还要”，一起努力战胜疫情。

## 纠错有奖

欢迎大家来做“啄木鸟”

如果您在阅读本刊《社区晨报》时发现任何差错，可关注微信公众号“上海社区发布”并后台直接留言，将您发现的问题发给我们！（注明报纸名称、所在版面、文章名称、差错细节，本期截止日期为2022年1月1日）。本月纠错质量最高的一位读者，将成为最佳“啄木鸟”，并获得100元的现金奖励；本月纠错质量相对较高的另外1位读者，则将成为优秀“啄木鸟”，并各获得纪念品一份。

2021年11月优秀“啄木鸟”：李群、周群团、徐鸣、唐金虎、严志明、胡根宝、朱建平、吴信雄、吴伟民、邵晓华

2021年11月最佳“啄木鸟”：吴振旗