

提升免疫力，疫苗最給力

■ 民生醫院駐診高雄分處衛生保健所醫療團隊/家醫科 邱瓊令醫師

COVID-19(武漢肺炎)疫情導致國人的生活有了重大的改變，因國家政策方向正確以及國人配合度高，目前臺灣並沒有嚴重的疫情，但還是造成許多民眾的恐慌及生活中的不便產生。目前，世界各國正積極研發新冠肺炎的疫苗中，但從發現新致病原，了解其傳染方式、致病機制，到製造出有效疫苗，整個過程需耗費的時間都是以年計。在有效且安全的疫苗問世前，如何有效運用醫療資源以保護國人的健康仍需全國上下持續努力。

衛福部108年公告資料顯示，肺炎是國人十大死因第三名，因肺炎死亡的人數為8935人與107年相較上升6.5%。一旦罹患肺炎，可能會有高燒，以及因感染部位不同而出現不同症狀，常見為咳嗽、氣喘、呼吸困難、胸痛或是頭痛、頸部僵硬、嘔吐、意識不清等症狀，並可能引發肺炎、菌血症、敗血症及腦膜炎等重症；多半需要住院接受抗生素靜脈注射治療，老年病患的住院比例更高於一般年齡群；若需住院，勢必需要一段時間休養，難免造成家庭及社會經濟的負擔。

肺炎的高危險族群包含年滿65歲以上老人、有慢性呼吸道疾病患者(如氣喘、慢性阻塞性肺病)、心血管疾病患者、糖尿病患者、高血壓患者，慢性B型肝炎患者、慢性C型肝炎患者，有抽菸或酗酒習慣者、癌症病人、免疫功能不全患者、慢性腎臟病患者及脾臟切除患者。

關於肺炎的防治，除了：

- 勤洗手戴口罩，避免病從口鼻入。
- 在流行感冒季節或身體抵抗力較弱時，避免到公共場所。
- 避免和感冒的人接觸。
- 請保持室內空氣流通。
- 維持良好的營養狀況、充足的睡眠及適度的運動以增加免疫力。
- 避免暴露於冷空氣中，頸部可使用圍巾增加保暖之外，流感疫苗以及肺炎鏈球菌疫苗的預防注射更能有效預防社區型肺炎。

此外，國外的研究資料顯示從急性病房出院的老年病人很容易出現失能的問題，一旦失能，將造成個人行動受限，家庭及社會經濟的負擔。若家庭成員接受疫苗接種也能有效預防家庭成員之間相互傳染。

根據衛生福利部疾病管制署官方資料可知，由於流感病毒常常發生變異，所以世界衛生組織每年均會監測流感病毒的流行及變異，以建議疫苗的成份。本(2020-2021年)流感季政府採購四價流感疫苗，每劑流感疫苗包含下列世界衛生組織所建議之抗原成分：

- 1.A/Guangdong-Maonan/SWL1536/2019 (H1N1)pdm09-like virus(雞胚胎蛋培養疫苗)或A/Hawaii/70/2019 (H1N1)pdm09-like virus(細胞培養疫苗)
- 2.A/Hong Kong/45/2019 (H3N2)-like virus
- 3.B/Washington/02/2019 · (B/Victoria lineage)-like virus
- 4.B/Phuket/3073/2013 (B/Yamagata lineage)-like virus

其保護效力與國際各國狀況相同。本次提供之公費疫苗分別由我國及法國等國生產製造，並依照適用年齡及疫苗到貨順序依序提供。由於流感病毒的變異性導致每年流行的病毒株不盡相同，因此，流感疫苗需要每年注射1劑。往年施打流感疫苗時，均有民衆重複施打，因此施打疫苗時請務必攜帶身分證、健保卡以及相關符合施打資格之證明文件。

肺炎鏈球菌疫苗目前市面劑型有2種，一種是結合型13價疫苗(自費接種)，另一種是多醣體型23價疫苗(因不同縣市補助情形有不同的給付標準。設籍高雄市的市民年滿75歲且從未施打過者，可公費接種一劑)，2者均為不活化疫苗。該兩種疫苗所能預防的肺炎鏈球菌型別並沒有完全相同，刺激人體產生抗體的方式亦不同，各有其優點，因此國內外醫學專家建議如果沒有禁忌症建議都應該接種，惟2種疫苗接種

時間，需間隔1年。

常見Q & A :

Q1:我最近才剛感冒而已，還有點咳嗽，這樣可以打疫苗嗎？

A：施打疫苗前都會先經過醫師評估，若是有發燒或正患有急性中重疾病者，宜待病情穩定後再接種，一般的感冒並不會影響身體對疫苗產生抗體的能力，所以目前建議不予接種的對象為：出生未滿6個月者(因無使用效益及安全性等臨床資料)、已知對疫苗的成份有過敏者、過去注射曾經發生嚴重不良反應者及其他經醫師評估不適合接種者。

Q2:只要打完流感疫苗，我就不會感冒了嗎？

A：會導致感冒的病菌有許多，而流感病毒只是其中一種，所以施打流感疫苗並無法預防所有感冒，但流感病毒為導致流感重症之常見致病原，仍有其施打的必要性。一般而言，流感疫苗接種後需兩周才會產生抗體，具有保護力，而平時的防護，如勤洗手、戴口罩等，也是預防感冒的好方法喔！

民衆如有意願施打或疫苗相關問題，可洽詢診療所與醫師討論。



邱瓊令醫師

高雄市立民生醫院家庭醫學科科主任
學經歷

◎衛生福利部臺南醫院住院醫師
◎衛生福利部臺南醫院新化分院主治醫師
◎衛生福利部臺南醫院家庭醫學科主治醫師
◎臺南市永康區衛生所醫師兼任所長
專長

家庭醫學 預防醫學

高雄市立民生醫院，電話語音掛號:07-7151932，總機:07-7511131

高雄市立民生醫院心臟內科門診時間表:(10月份)

星期一	星期二	星期三	星期四	星期五	星期六
上午	◎		◎		

年齡	19-26 歲	27-49 歲	50-59 歲	60-64 歲	>=65 歲
疫苗種類					
白喉、百日咳、破傷風疫苗 (Td/Tdap)					每 10 年 Td 一劑，其中一劑 Td 以 Tdap 取代 ^{a,b}
女性：人類乳突病毒疫苗 (HPV2 or HPV4)	3 劑 (HPV2 or HPV4)				
男性：人類乳突病毒疫苗 (HPV4)	3 劑 HPV4 ^c				
水痘疫苗 (Varicella)		2 劑 或 補追加 1 劑			
帶狀疱疹疫苗 (Zoster)				1 劑	
麻疹、腮腺炎及德國麻疹疫苗 (MMR)			1 或 2 劑		
流感疫苗 (Influenza)				每年 1 劑	
肺炎鏈球菌多醣體疫苗 (Pneumococcal polysaccharide, PPSV23)	1 或 2 劑				1 劑
肺炎鏈球菌結合型疫苗 (Pneumococcal 13-valent conjugate, PCV13)					終身 1 劑
A 型肝炎疫苗 (Hepatitis A)		2 劑			
B 型肝炎疫苗 (Hepatitis B)			3 劑		

建議施打於該年齡層無相關病史、疫苗史或血清學免疫證據者；■建議施打於該年齡層有危險因子者：
□無建議；備註：有關各疫苗施打詳情，請參照各章節內容

a. 可能接觸一歲以下嬰兒之 19-64 歲成人，可施打一劑 Tdap。如：
(1) 產婦及其家屬 (2) 備孕懷孕之婦女及其家屬 (3) 一歲以下嬰兒之親密接觸者與照護者
(4) 所有過去未曾接種過 Tdap 且會直接照護病人之醫療工作者，特別是婦產科、小兒科、急診、坐月子中心及嬰幼兒托育機構之員工。
b. 65 歲以上可能暴露到上述風險者，且未曾接種過 Tdap 者，宜接種一劑 Tdap。並建議每十年追加一劑 Td；惟宜依現有疫苗策規定補充說明。
c. 19-21 歲 ■ 22-26 歲

資料來源：家庭醫師與成人疫苗接種—臨床工作手冊第二版 (台灣家庭醫學醫學會編印 - 2015)



26

PP-PNA-TWN-0042-201801