

共筑免疫屏障

国家疾控局详解疫苗接种新进展

近年来,我国适龄儿童国家免疫规划疫苗接种率持续维持在90%以上——4月22日国家疾控局新闻发布会公布的数据显示,我国针对多种传染病的免疫屏障持续筑牢。

4月25日将迎来第40个“全国儿童预防接种日”。发布会上,多位专家详解我国疫苗接种新进展,呼吁全民行动起来继续将疾病防控关口前移。

预防接种不分年龄

麻疹、风疹、流感等多种疫苗针对传染病发病率降至历史较低水平;消除了新生儿破伤风……发布会上公布的一组数据表明,我国持续优化调整国家免疫规划策略,不断细化便民惠民服务举措,推进疾病防控关口前移。

中国疾病预防控制中心主任医师余文周表示,预防接种不分年龄,人人都需要免疫保护。除了适龄儿童要接种国家免疫规划疫苗,青少年、成人、老年人也可以通过接种疫苗获得需要的免疫力。

例如,9-45岁女性接种HPV疫苗可预防宫颈癌,6个月以上人群接种流感疫苗可防范重症风险,老年人接种肺炎球菌疫苗、带状疱疹疫苗可降低相应发病风险。

“接种疫苗,是预防、控制疾病和保护公众健康

最有效、最经济的手段。”国家疾控局新闻发言人、综合司副司长席晶晶呼吁,公众主动了解疫苗知识,科学防病,携手筑牢公共卫生免疫防线。

我国麻疹在历史较低水平

近年来,全球多个国家和地区出现麻疹疫情反弹与暴发。我国情况如何?

国家免疫规划专家咨询委员会成员、南方科技大学教授冯子健表示,我国麻疹整体处于历史较低水平,但仍存在免疫薄弱地区。针对国际国内疫情形势和个别地区存在的防控隐患,国家疾控局、国家卫生健康委加强常规免疫接种工作,督促指导免疫薄弱地区查漏补种。

专家提醒:若孩子超八月龄或一岁半仍未接种麻腮风疫苗,应及时补种。

HPV疫苗接种稳步推进

2025年我国将人乳头瘤病毒(HPV)疫苗纳入国家免疫规划,2026年又纳入卫生健康系统为民服务实事项目。

中国科学院院士、北京协和医院妇产科学系主任医师朱兰表示,当前国家免疫规划HPV疫苗为双价疫苗,目标人群为2011年11月10日后出生、

满13周岁女孩,实施两剂次免疫程序。若因故未能按时接种,18岁之前可免费补种。

专家同时强调,HPV疫苗接种后仍需定期筛查,实现“接种+筛查”双重防护。

预防接种便民升级

破解流动儿童漏种问题牵动公众的心。余文周介绍,国家免疫规划信息系统数据交换平台已实现各省预防接种个案信息双向传输,73万人次已使用跨省接种档案流转功能。

针对早产儿、过敏体质、先天性心脏病等特殊健康状况儿童的接种烦恼,多地探索转诊评估机制。

“本市儿童和外省市儿童都能到门诊亮码即接种,让数据多跑路,家长少跑腿。”江苏省苏州市唯亭社区卫生服务中心公共卫生主治医师陆雨雯介绍,苏州市6家三级医疗机构开设了儿童预防接种评估门诊,基层医生可通过线上转诊由专家出具个性化接种建议。

记者还从新闻发布会了解到,在加强疫苗使用管理方面,每一支疫苗从储运到接种全程扫码追溯,冷链温度实时监测;接种时严格执行“三查七对一验证”,确保受种者信息、接种证信息与疫苗信息完全一致。 顾天成

医线传真

全国基层中医药工作示范市(县)创建工作启动

记者从国家中医药管理局获悉,新的《全国基层中医药工作示范市(县)管理办法》日前印发,全国基层中医药工作示范市(县)创建工作启动。

国家中医药局医政司有关负责同志介绍,这一创建工作将突出基层中医药服务体系、服务能力提升和人才队伍培养,推动基层中医药工作示范市(县)在中医药政策落实、服务模式创新、适宜技术推广等方面,建立可复制、可推广的基层中医药发展示范模式,满足城乡居民高质量、可持续中医药服务需求。

根据新的管理办法,全国基层中医药工作示范市(县)创建遵循公开、公平、公正和地方自愿、政府主导、实事求是、动态管理的原则,每3年为一个周期,实行“地方自评、省级推荐、国家复核、对标创建、分级验收、统一命名”全流程管理。

新的管理办法还提出,地方中医药主管部门应当挖掘推广各地创建工作典型做法经验;国家中医药局建立经验推广工作机制,通过多种形式扩大示范效应,发挥示范市(县)辐射带动作用。 田晓航

三部门进一步加强普瑞巴林等药品管理

国家药品监督管理局、公安部、国家禁毒委员会办公室近日联合通告,决定进一步加强普瑞巴林口服单方制剂、愈美制剂(仅含有右美沙芬和愈创木油醚/愈创木酚甘油醚的制剂,下同)的管理,严防药品流入非法渠道和滥用。

通告明确,省级药监局将严格控制愈美制剂所需右美沙芬原料药需用计划审批,企业本年度用量原则上不超过上一年度,对非法渠道查获相关制剂较多的企业,将适度削减其原料药计划。

药品上市许可持有人、批发企业需核实购买方资质及采购人员信息,跟踪药品到货情况,禁止现金交易,定期监测销售情况,对异常购买方及时停止销售并报告;禁止通过网络零售相关制剂。药品零售企业需设专柜专人管理、专册登记,处方药凭执业医师处方销售并留存处方,非处方药一次销售不超过5个最小包装,严禁向未成年人销售,发现异常购药情况需拒绝销售并报告。

通告要求,相关药品上市许可持有人需建立信息化追溯系统,确保生产销售可追溯、可核查,及时处置销售异常情况;药品经营企业采购验收时需核对追溯信息,发现异常立即停止购销并报告。

此外,各省级药监局将把两类药品纳入药物滥用监测重点品种,健全预警机制,及时处置滥用风险隐患。各级药监局将强化全环节监管,严厉查处违规行为;公安机关对相关违反治安管理行为依法查处,涉嫌犯罪的立案调查,保持严打高压态势。 戴小河

痛风“盯上”年轻人 合理饮食有讲究

记者日前采访西安市红会医院风湿免疫科主任杨西超了解到,痛风早已不是“老年病”,年轻人频发的背后,藏着不良生活习惯的深层隐患,科学饮食已成远离痛风的关键一课。

年轻人痛风高发,饮食是重要的导火索。杨西超分析,年轻人偏爱高嘌呤、高果糖的“危险组合”:深夜火锅、烧烤配啤酒是聚餐常规搭配,动物内脏、海鲜、浓肉汤中的嘌呤,在体内代谢为尿酸,一顿火锅摄入的嘌呤量可能远超正常三餐的嘌呤总和;而奶茶、碳酸饮料、果汁中的果糖,会直接抑制尿酸排泄,每天喝2杯含糖饮料,痛风风险可增加85%。

“痛风饮食不是‘不能吃’,而是要‘会吃’,关键要避开陷阱、科学搭配。”杨西超结合临床经验,给

出年轻人专属的饮食指南。他强调,人体尿酸20%来自饮食、80%来自自身代谢,单纯忌口难控尿酸,但不良饮食一定会加速尿酸升高。

日常饮食中,要严格避开“红灯食物”:动物内脏、沙丁鱼、贝类、鱼籽等高嘌呤海鲜,浓肉汤、火锅汤、老火靓汤,以及所有酒精和含糖饮料。“很多年轻人以为‘不喝酒就没事’,但白酒、红酒同样会阻碍尿酸排泄,奶茶里的果糖更是‘隐形杀手’,危害甚至超过酒精。”杨西超补充。

适量控制“黄灯食物”:猪牛羊等红肉、多数鱼类、豆制品。杨西超表示,无需完全不吃肉,每天红肉摄入量控制在50克以内即可;豆腐、豆干等豆制品嘌呤含量中等,且含优质蛋白,适量食用不影响

尿酸,还能补充营养。

多吃“绿灯食物”:新鲜蔬菜、低脂/脱脂奶制品、鸡蛋。“每天喝300毫升低脂牛奶,能促进尿酸排泄;多吃绿叶菜,补充维生素C,帮助尿酸溶解。”杨西超建议。

除了饮食,杨西超特别强调喝水、作息、运动的重要性。每天饮水2000-3000毫升,以白开水、淡茶水、苏打水为宜,分多次饮用,避免一次性大量饮水,充足水分能让尿酸随尿液排出;避免熬夜,长期熬夜会导致代谢紊乱,肾脏排泄尿酸效率下降;坚持快走、游泳、骑行等温和有氧运动,每周5次,每次30分钟以上,避免剧烈运动(剧烈运动产生的乳酸会抑制尿酸排泄)。 马相

渭南市多形式宣传布病防控知识

近日,渭南市疾病预防控制中心(市卫生监督所)地方病防治科工作人员来到临渭区站南街道秦牛社区青青家园三期,开展布病防控知识宣传。

活动中,工作人员通过宣讲、现场答疑、发放资料等形式宣传布病防控知识。宣讲中,工作人员运用通俗易懂的语言,重点讲解布病的传染源、传播途径及防控措施,着重提

醒居民生鲜奶必须“三煮三沸”方可饮用、牛羊肉烤熟煮透方可食用,引导群众科学防控布病。现场咨询环节,工作人员耐心解答居民疑问,还向群众发放宣传画、宣传折页等,进一步提升了布病防控知识知晓率,对居民养成良好的生活习惯、提高自我防范意识起到促进作用。 石梁

枝头飘香 尝鲜正当时

春日槐花藏着满满的营养与健康

近日,漫步古城街头,一串串洁白素雅的槐花缀满槐树枝头,清甜的香气随风飘散。这抹春日限定的美好,不只是赏心悦目的风景,更是中医眼中清热凉血、清肝泻火的养生好物。近日,记者采访了中医专家,为大家介绍槐花的养生妙用与家常吃法,让这朵小白花,成为春日餐桌上的养生美味。

槐花入药历史悠久,早在《日华子本草》《本草经疏》等经典医学典籍中就有详细记载,作为药食同源的经典食材,它能清热、止便血、有效缓解痔疮不适,还可改善肝火旺盛引发的眼赤、皮肤风热等问题,是春夏换季养生的绝佳选择。

陕西省中医医院营养科副主任尹薇介绍,槐花有两大养生作用:一是凉血止血,如同肠道“灭火器”,对于燥热引发的便血、痔疮出血、肛裂疼痛等问题,能起到温和的缓解效果;二是清肝泻火,堪称清肝“小凉扇”,尤其适合肝火旺盛导致眼红肿痛、头晕脑胀、情绪烦躁、爱发脾气的人群,长期盯着电脑、手机的学生和上班族,日常吃点槐花,还能舒缓

用眼过度带来的不适。现代营养学研究发现,槐花富含槲皮素、芦丁等黄酮类营养成分,这些物质具有良好的抗炎作用,还能帮助保护血管、调节血脂,对日常养护心脑血管健康十分友好,是兼具口感与营养的天然食材。

不过食用槐花也有讲究,肝火旺盛、用眼过度、春夏易上火、有便血痔疮困扰的人群,都适合用槐花做日常食养;而槐花性寒,脾胃虚寒、经常腹泻的人群,以及孕妇、哺乳期女性则要避免食用,以免损伤脾胃健康。

尹薇介绍,想要品尝槐花的清香,两款家常做法简单易上手,可以还原春日味道。槐花鸡蛋煎饼是老少皆宜的吃法,去除槐花的花梗和杂质,放入沸水中焯水1分钟,捞出过凉水沥干,去除青涩味。接着把鸡蛋打入碗里,加面粉和盐,搅成顺滑的面糊,再把槐花拌进去。平底锅刷点油,舀一勺面糊摊成薄饼,小火煎到两面金黄,营养又清爽。



槐花麦饭则是充满春日烟火气的经典做法。槐花挑去枝叶,用淡盐水泡10分钟,冲洗干净,彻底沥干水分。然后将槐花放入盆中,先撒少许盐拌匀,再分次加入面粉和玉米面,轻轻抓散。蒸锅水烧开,把拌好的槐花铺在蒸屉上,大火蒸8-10分钟,蒸好立刻取出抖散,防止结块。将蒸好的槐花麦饭淋上蒜汁,拌匀就可以吃,清香又开胃。

尹薇提醒,槐花虽养生,但性寒味凉,食用时一定要根据自身体质适量食用,切勿贪多,这样才能吃得安心、养得健康,不负春日好“食”光。 马相

做饭尽量少用煎炸烧烤

这样吃少负担,更安心

你每天用的烹饪方式到底藏着多少健康隐患?

煎炸烧烤:好吃却伤身

煎炸、烧烤虽能带来诱人焦香,却会造成食材的营养流失,高温下还可能产生杂环胺、多环芳烃等有害物质。油脂过量、热量超标,更是控脂、减重路上的“隐形绊脚石”。选择健康烹饪方式,锁住食材营养更护身体!

蒸:锁营养·最温和

蒸是一种以水蒸气为传热介质的温和烹饪方式,最大程度保留食材中的营养成分,少油低脂,肠胃弱、要控脂的人群超适合。

快炒:短时·锁鲜脆

热锅凉油、高温快炒,3-5分钟“快速断生”,保留食材的脆嫩口感、水分及营养成分,少吸油,少油烟。难熟食材先炒,易熟食材后放,脆嫩爽口又健康。

水煮:0油·无负担

只用水煮,不额外添加油,能滤掉肉类、动物内脏等食材中的脂肪、嘌呤及水溶性杂质,控脂、控嘌呤人群首选。清淡好消化,给肠胃减负担。

空气炸:少油·有焦香

少量油甚至不用油,就能复刻出油炸般的酥脆口感,炸鸡翅、炸薯条都能做。解馋又负担小,平衡美味与健康。

炖煮:暖身·好吸收

小火慢炖,营养充分溶进汤里,好吸收、够滋补,天冷喝超舒服。胃弱、需要补充营养的人群放心吃。 新华

汉中无偿献血者“三免”政策将于5月1日起实施

近日,记者从汉中市中心血站获悉,为进一步贯彻落实《中华人民共和国献血法》,发扬“救死扶伤、无私奉献”的人道主义精神,从5月1日起,汉中市符合条件的献血者或捐献造血干细胞者,可享受免费乘坐城市公共交通工具、免费或优惠游览全市相关A级旅游景区,以及免交公立医院普通门诊检查费的“三免”政策。

据了解,在汉中市献血累计2000毫升及以上的献血者,以及在汉中市获得全国无偿献血奉献奖、全国无偿献血志愿服务终身荣誉奖、全国无偿献血捐献造血干细胞奉献奖的人员可享受“三免”政策。具体为:免费乘坐市中心城区范围内的常规公交线路(不含定制公交、旅游专线等特殊公交线路);游览拜将坛、张骞墓、黎坪、长青华阳、紫柏山、佛坪熊猫谷等多家A级景区时,可享受首道门票免费、半价或其他折扣优惠,部分景区还配套观光车、露营、住宿等优惠项目;在市内公立医疗机构就医时,免交普通门诊检查费,并享受优先就诊服务。

符合条件的市民可通过线上渠道便捷申领荣誉卡,关注“汉中献血”微信公众号,点击“献血关爱”,进入“荣誉卡申请”模块,按系统提示提交相关信息,即可申领电子卡或实体卡,审核通过后即可正常使用。 司霜

遗失声明

旬邑县底庙镇财政所(法定代表人李红彬)丢失2005年9月27日在旬邑县农村信用合作联社底庙信用社开立的专用存款账户开户许可证,账号为930047782011000635,核准号为Z7959000006501,现声明作废。

旬邑县底庙镇财政所 2026年4月24日

科学防制病媒生物 筑牢健康防线

今年4月是全国第38个爱国卫生月,主题为“共建健康城镇,共筑健康防线”。在这个节点上,我们聚焦一个与每个人息息相关的话题——科学防制病媒生物。

病媒生物,通俗来讲就是我们常说的“四害”——蚊子、老鼠、蟑螂、苍蝇,以及近年来需要警惕的蜱虫、跳蚤等。它们虽然体型不大,却是多种传染病的“移动传播者”。

蚊子可传播登革热、基孔肯雅热、乙脑、疟疾等;老鼠可传播鼠疫、流行性出血热、钩端螺旋体病;蟑螂和苍蝇则可能携带痢疾杆菌、沙门氏菌等病原体。

可持续综合防制是“核心”

很多人以为防制病媒生物就是拿着杀虫剂到处喷一喷,其实不然。现代病媒生物防制的核心理

念是可持续综合防制,不再单纯依赖化学药物,而是综合运用环境治理、物理阻隔、生物防制等多种手段,形成长效、生态、安全的防控体系。

为什么要强调可持续呢?这是因为病媒生物的孳生是动态的、反复的。如果只靠喷药,短期内可能见效,但病媒生物很快会卷土重来,还可能产生抗药性,导致“越喷越多、越灭越难”的恶性循环。

每个人都应行动起来

我们呼吁大家做好以下三件事。

第一,做家庭健康的“守门员”。每周进行一次家庭大扫除,清理卫生死角,清除垃圾和积水。把家里收拾干净,就是给家人穿上了一件“防护服”。

第二,做社区环境的“监督员”。发现小区里有垃圾堆积、积水无人清理、或鼠洞明显,及时向物业或社区反映。健康城镇的建设,需要大家共同监督和维护。

第三,做科学防制的“宣传员”。把学到的知识教给家人。告诉孩子“无水则无蚊”,告诉老人“垃圾随时清,害虫不孳生”。可持续的防线,靠的是每个人的持久参与。

“共建健康城镇”不是一句空洞的口号,它体现在每一次收拾垃圾的弯腰中,体现在每一个干净的社区里,体现在每一个没有积水的院落中。

“共筑健康防线”更不是一朝一夕的事,它需要我们久久为功,将爱国卫生运动融入日常生活的点点滴滴,用可持续综合防制的理念,替代过去“重灭轻防、重突击轻长效”的老思路。

让我们以爱国卫生月为契机,从今天做起,从身边做起,科学防制病媒生物,用千千万万个干净整洁的“小环境”,构建起宜居宜业的“大健康”格局,共同筑牢守护我们生命健康的公共卫生防线! 新华

Advertisement for integrated pest control services, featuring text like '全国虫害整合服务商' and '科学防制病媒生物 筑牢健康防线'.