

# 鄭惠璇：併發症不能輕視 長者接種減死亡風險

(马六甲26日讯)

不同新冠肺炎疫苗都适合长者吗？什么疾病才不适合接种？长者在接种前与后有没有要注意的事项？

爱极乐班台医院老年医学与内科专科郑惠璇医生，与读者们分享长者接种疫苗所需关注的重点。

她发文告说，我国新冠肺炎病例越来越多，甚至有几天的死亡率超过100例。截至6月底，大约15%的我国人口已接种疫苗，距离实现群体免疫还很远。

她说，冠病起初症状可能会像普通感冒或轻度流感，但是在长者身上可能会迅速恶化。长者不一定会出现典型的冠病症状，

如发烧、咳嗽、呼吸急促、嗅觉和味觉改变及疲倦。他们可能会出现非特异性症状，如意识错乱、腹泻、头晕、头痛、跌倒、行动不便、功能下降、食欲不振和胸痛。

## 僅11%60歲以上長者

“若60岁及以上的长者罹患新冠肺炎，并发症而造成死亡的风险会更高，尤其是患有慢性疾病，如糖尿病、高血压、心脏病和肺病的长者。”

她说，根据新冠肺炎死亡率数据，虽然我国总人口中仅11%是60岁及以上长者，但是在新冠肺

炎死亡病例中却占了70%。

“只要我国可达到60%至80%的接种率，打败病毒的日子指日可待，一些疫情最严重的国家如美国、西班牙和英国，在经过大规模的疫苗接种后，疫情已受控制。”

郑惠璇说，目前，只有三种疫苗获准在我国使用，分别是辉瑞、科兴和阿斯利康，每一种疫苗都是安全有效的新冠病毒疫苗，同样，每种疫苗也存在风险，没有最安全的疫苗。

她也说，接种疫苗是保护自己和家人免受冠病感染的最关键步骤之一。



■长者接种新冠肺炎疫苗，左为郑惠璇医生。

## 副作用久未消 應求醫

郑惠璇指出，副作用是疫苗免疫反应一部分，而冠病疫苗的副作用是轻微和暂时，但在长者中不太普遍。

她说，最常见的副作用是注射部位疼痛、肿胀、发红、疲倦、头痛、发冷、发烧、关节痛、四肢疼痛、肌肉疼痛、噁心、腹泻、感觉不适、淋巴结肿胀和瘙痒。

她说，严重的不良事件非常罕见，例如血栓事件和血小板计数低。在每100万疫苗接种者中，只有大约10人出现血栓，最终死亡的人数更少。

她说，如果长者接种后的副作用，几天后仍未消退，或者他们的副作用非常严重并且通过简单的措施和药物没有改善，应该寻求医疗建议。

### 接種後輕微副作用的處理

- ◆疼痛、发红或肿胀的注射部位，可以热敷或服用Paracetamol
- ◆疲劳，尽量吃和喝足够的食物和水，充足的睡眠。
- ◆头痛，可以服用Paracetamol
- ◆肌肉和关节疼痛，可以服用Paracetamol或使用镇痛凝胶。
- ◆发冷发烧，可以服用Paracetamol，长者应该多喝水，保持正常的体温，打开空调或风扇
- ◆噁心，可以服用止吐药
- ◆腹泻，可以服用止泻药，而且要多喝水

## 接種前健康狀況須良好

郑惠璇提醒长者在接种疫苗之前，健康状况必须良好。

她说，若长者正在经历细菌感染、蚊症或流感导致的发烧或任何需要住院治疗的急性疾病中，就应推迟接种疫苗。如果他们之前被诊断出患有新冠病毒，他们可以在康复后、没有症状并且符合停止隔离的标准时接种疫苗。

“他们必须在接种疫苗后照常服用常规药物，包括胰岛素，但如果他

们正在服用抗凝剂，例如华法林，应在接种疫苗后服用，但不要错过任何剂量。”

她说，那些服用免疫抑制剂（抑制或降低身体免疫系统强度的药物）的人，他们需要与他们的医生讨论，看看是否需要暂停这些药物。

她也说，长者在接种疫苗前要有充足休息和睡眠，喝足够的水，吃足够的食物，但不要大饱，因为可能会导致非常紧张的人呕吐。

## 慢性疾病者須加速接種

郑惠璇说，许多长者患有慢性疾病，使他们面临患上严重疾病风险，因此，他们应该尽快接种疫苗。

她说，大多数长者都适合接种疫苗，除了对药物、疫苗、食物、昆虫叮咬或未知诱因严重过敏者，包括会出现严重的血管性水肿（皮肤或粘膜下方区域的快速水肿或肿胀）、支气管痉挛（支气

管平滑肌异常收缩，导致在呼吸道的急性狭窄和阻塞。伴有喘鸣的咳嗽通常有此症状）、呼吸急促和

或低血压。

她说，免疫抑制的人，例如在服用免疫抑制剂、移植器官患者、接受某些化疗的人，也可能不适合接种。如果长者有任何这些症状，建议他们询问医生关于能否接种、接种的最佳时间，以及是否需要停用某些免疫抑制剂。