

# “加强针”有了“混搭”新套餐

## 我市启动新冠疫苗序贯加强免疫接种

还未进行新冠病毒疫苗加强免疫的市民请注意,序贯加强免疫来了!根据国家和江苏省的统一安排,从昨天起,我市正式启动新冠疫苗序贯加强免疫接种工作。当天下午,市疾控中心举行媒体通气会,该中心预防免疫科科长陈杰就序贯加强免疫的相关问题进行集中答疑。

### 序贯加强免疫俗称“混搭”接种

“序贯加强免疫即异源加强免疫,俗称‘混搭’,指采用与基础免疫不同技术路线的疫苗进行加强免疫接种。”陈杰介绍,目前,可选择“混搭套餐”的对象为:已接种过2剂次北京生物、科兴中维、武汉生物的灭活疫苗,满6个月且尚未接种第三剂次的18岁及以上人群。参与“混搭”的疫苗有两款:智飞生物的重组蛋白疫苗(CHO细胞)和康希诺生物的腺病毒载体疫苗。

序贯(异源)加强免疫与同源加强免疫最根本的不同在于加强免疫是否采用和基础免疫同一技术路线的疫苗进行接种。陈杰解释,同源加强免疫即加强免疫采用和基础免疫同一技术路线的疫苗进行接种。需要指出的是,接种不同厂家(如北京生物、科兴中维、深圳康泰)的灭活疫苗仍属于同源免疫,这是使用同一技术路线疫苗在固定免疫程序上进行相互替代的接种方法。

### “加强针”选哪种因人而异

对于准备去接种第三剂次的市民,是选择同源加强免疫还是序贯加强免疫?陈杰表示,凡是符合

序贯加强免疫的对象,可选择同源加强免疫或序贯加强免疫。但不可以同时接受同源加强免疫和序贯加强免疫。根据专家论证意见,同源加强免疫和序贯加强免疫均可以大幅提高受种者中和抗体水平,具有较好的安全性。

他提醒:对于免疫功能受损人群(如恶性肿瘤、肾病综合征、艾滋病患者、HIV感染者等),尽量选择新冠灭活疫苗进行同源加强免疫或重组蛋白疫苗进行序贯加强免疫。

此外,根据目前的国家接种政策,基础免疫接种深圳康泰、医科院生物的灭活疫苗,康希诺生物的腺病毒载体疫苗的人群,不能进行序贯免疫加强,只能进行同源免疫加强,即仍使用原技术路线的疫苗进行1剂次加强免疫;基础免疫接种智飞生物的重组蛋白疫苗(CHO细胞),只需完成全程免疫,即3剂次重组蛋白疫苗(CHO细胞)接种即可,暂不进行任何加强免疫;在序贯免疫启动之前已经用相同技术路线的疫苗完成了加强免疫的群体,根据目前规定,暂不再进行序贯加强免疫。

### 市民应尽早完成加强免疫

现阶段,序贯加强免疫实行免费接种政策。市疾控中心提醒:符合加强免疫的市民,可关注辖区疾控、

卫健部门微信公众号的新冠疫苗接种门诊公告,或咨询辖区新冠疫苗接种门诊,确定好接种时间后再行前往;市民可根据本人基础免疫情况,提前咨询辖区新冠疫苗接种门诊,考虑到接种门诊疫苗供应等实际情况,由市民自主选择同源或序贯加强免疫;接种时请携带好本人身份证件、接种凭证(纸质凭证或健康码电子接种记录),做好个人防护,配合现场工作人员询问,如实提供本人健康状况、既往接种新冠疫苗是否出现不良反应等信息。接种后同样需要在现场留观至少30分钟,无不适情况方可离开。

距离第二剂次新冠灭活疫苗接种时间较长,还能进行序贯免疫加强,只能进行同源免疫加强吗?“根据过去使用其他疫苗的经验,如果间隔增加,总体免疫效果不会受到太大影响。但间隔的时间越长,随着抗体水平下降,一旦有传染源暴露时,感染的风险会增加。完成新冠病毒疫苗全程接种6个月后就能接种加强针,不建议间隔太久,最好不超过12个月。”陈杰说。

他还特别提醒:对将有因公或因私出国需要的市民,请提前了解目的地国家的疫苗接种政策,并主动向接种门诊工作人员咨询报备,根据需要选择同源或序贯加强免疫,以免后期带来不必要的问题。

本报记者 冯启榕  
本报通讯员 顾婷 蒋涛  
本报实习生 陈婧怡

### 早春时节早晚温差大

## 中医提醒:警惕“倒春寒”偷袭

本报讯 前一天气温才高达20℃,第二天又寒风瑟瑟,让人发抖。最近几天,通城气温反复,这种不按常理出牌的冷空气,总是让人猝不及防。昨天,市中医院肺病科住院长中医师徐徐提醒广大市民:早春时节,不要着急脱去冬装,小心“倒春寒”突然来袭,引发呼吸系统疾病。

对于老人和孩子来说,一旦遭遇“倒春寒”的“偷袭”更容易犯病。俗话说,“春寒冻骨”,春寒的冷空气对哮喘、慢支、慢阻肺等呼吸系统疾病患者来

说,是一种杀伤力很强的寒邪,特别是导致哮喘频繁发作的重要根源。徐徐介绍,当经受冷空气刺激后,人体的气道免疫力下降、功能受损,进而令气道反应性增高,从而引起咳嗽、胸闷甚至呼吸困难。

那么,如何避免“倒春寒”带来的危害呢?徐徐建议,市民应适当补充水分,每天多喝水,让呼吸道黏膜保持湿润,从而可以有效抵御病毒、细菌的入侵;同时,要保持良好的作息,由于入春后早晚的气温比较低,而春季锻炼不宜过早或者过晚,

他建议大家选择散步、慢跑、打太极等一系列不太剧烈的运动,做到劳而不倦、略微汗出为度,避免大汗淋漓、耗气伤阳;此外,要注意做好春捂,俗话说“春不减衣,秋不戴帽”,立春后气温变化仍然比较大,当气温下降时,要及时增添衣物,尤其是老人和孩子切莫骤然脱去冬衣,导致呼吸道免疫力降低。

“其实,对付‘倒春寒’总结起来就是四句话:春季养生要注意,切勿急切减冬衣,时刻保持好作息,春捂补水要牢记!”徐徐说。

通讯员 焦毅 记者 冯启榕

## 冬奥币冬奥钞再次兑换时间确定

3月4日至10日可前往预约银行办理

晚报讯 记者昨天从人民银行南通市中心支行获悉,南通市第24届冬季奥林匹克运动会普通纪念币、纪念钞(以下简称“冬奥币、冬奥钞”)再次兑换的时间确定,此前已预约的市民可于3月4日至10日前往预约承办银行网点进行兑换。

结合南通市现阶段疫情防控形势,经研究决定,原定于2022年2月18日至24日开展的冬奥币、冬奥钞再次兑换延迟至3月4日至10日。公众可在兑换期间,持在预约系统中登记的有效第二代居民身份证原件,前往约定的预约承办银行网点办理预约兑换业务。

众如代他人领取冬奥币、冬奥钞,须持被代领人在预约系统中登记的有效第二代居民身份证原件办理,且被代领人数不超过5人。由于第二代居民身份证原件遗失、未成年人未办理第二代居民身份证等原因,无法出具第二代居民身份证原件的,可以使用户口簿、临时居民身份证原件办理。

各兑换银行联系方式如下:农业银行南通分行 0513-83527959;交通银行南通分行 0513-85058086;浦发银行南通分行 0513-68306711;华夏银行南通分行 0513-81128815。

记者 张水兰 通讯员 顾瑜

## 任港街道新增5条路纳入机动车违停委托执法范围

晚报讯 为有效提升机动车停车秩序治理水平,本月起,崇川区任港街道将豆洲路纳入新增机动车违停委托执法范围,由任港街道综合行政执法局开展委托执法,进行长效管理。

豆洲路南起人民西路大港河东,经珑府至汇秀路,全长约4千米,且符合纳入委托执法范围条件。随着珑府小区及相关商业街陆续交付,该路段停车失范问题日渐严重。为营造良好文明的停车秩序,任港街道综合行政执法局已于2022年2月16日至今在该路段进行张贴机动车违停提示单(告知性)。根据“任港街道综合行政执法局新增机动车违法停车

道路公告”,将于2022年3月1日起,由任港街道综合行政执法局开展委托执法。

根据市公安局交警支队与崇川区城管局签订相关行政执法委托协议,任港区范围内除主次干道以外,背街后巷将由公安交警委托城管履行背街后巷机动车违法停车的非现场采集管理职责。

记者从任港街道综合执法局获悉,目前辖区内汇润路、汇贤巷、汇雅巷、汇秀路等道路已经正式通车,且符合纳入委托执法范围条件,将于本月对上述路段开展机动车违法停车委托执法,进行长效管理。

记者 蒋娇娇 通讯员 姬海军

## 晚间健身效果也挺好



晚报讯 读者吴忠华来电(0513-85110110)咨询:白天工作忙,实在抽不出时间锻炼,请问晚间适合运动吗?

记者就此问题采访了南通市体育科学研究所副研究员、南通市体育科学学会副秘书长卞保应。

卞保应说,很多研究表明,

晚间进行体育运动,除了增强体质等常规作用外,还有几点好处:一是可以缓解压力;二是有助于睡眠;三是能减轻饥饿感。

“晚间运动好处多多,但一些细节也不能忽视。”卞保应提醒说,一是循序渐进,强度不宜过大,更不能做剧烈运动。二是晚间锻炼更要注意交通安全,尤其是户外运动。三是运动锻炼后不要立刻睡觉。四是晚间气温相对较低,尤其是室内和室外温差比较大,运动后要及时穿衣,防止感冒。

记者 王全立