

注射疫苗保健康

对每一个人来说,最珍贵的东西莫若健康。每个国家对于国民的健康,都不遗余力地卫护着。因为只有健康的国民,才能有富强的国家。

政府对人民健康的关怀,从食品的安全、环境的状况、药物的作用,还包括个人行为如吸烟、酒精安全如饮酒驾车,乃至安全地带,最合体的火车,甚至个人携带物品的多少,都一一关注。

世界卫生组织和《世界人权宣言》成立和发布70周年之际,其总干事强调:健康是一项人权,而不是那些有能力支付者享有的特权。更重要的是健康权利不是与生俱来的,而是每一个人,包括我们这一代人,持续努力争取的。世卫组织,任重道远,它负责维护着世界70亿人口的健康。

作为世卫组织的成员,新加坡在卫生医学的标准是首屈一指,可以媲美世界最先进的国家。在我们五百六十多万万的公民,男人的寿命预期是81,而女人的寿命预期是85,人均卫生总支出是占国内生产总值的4.9%,人均卫生总支出大约是5500元新币。

降低感染风险 注意事项

在人类历史长河,传染病曾经造成大量的人命死亡,譬如天花、黑死病、黄热病或者伤寒症,可造成数百万甚至千万人们死亡。单单1860年天花爆发,就使中国、印度等国死亡人数多达1500多万。

这些传染病的病原体有细菌、病毒、寄生虫或真菌。而疾病可以在人与人之间蔓延,甚至人与共同患上由动物传染的病。

要降低自己感染或者感染他人的风险,我们应该注意以下的事项:

- 避免脏手
- 注射疫苗
- 明智的使用抗生素
- 有感染病的迹象和症状时,就留在家中
- 注意食物的卫生
- 消毒住所不干净的地区
- 实行安全性行为

● 避免与患病动物产生密切接触
 疲乏,收缩能力而引致的。特别是多胎怀孕、胎儿特大、产次过多、高血压综合征、分娩次数多等因素。此外,胎位未能及时完整的排出,或阴道生产道裂伤,也可能

在这些方法中没有比注射疫苗更能增强人体的免疫力,它保护人们避免受到感染或者对抗疾病来得更为有效。估计全世界每年有两三百万的人因为缺乏注射疫苗而死亡。

最近假借的新闻使大家对疫苗重新受到关注。根据世界权威医学杂志《柳叶刀》排名显示,新加坡的公共卫生在全球排名第一。新加坡疫苗接种覆盖率很高,我们早已进行全儿童免疫接种。我们甚至有家安胎高注册怀孕率,入园的小学生,家长必须提供疫苗接种记录,不全的就要及时补上。

对于要孩或年幼的儿童,我们市民都对注射疫苗有经验。在这类儿童所注射的疫苗包括:肺结核、白喉肺炎、白喉、破伤风、百日咳、风疹、小儿麻疹症、感冒B型肝炎、腮腺炎和德国麻疹、肺炎球菌病等。

名医亲笔

连亮恩医生
 妇产专科医生
 伊丽莎白医药中心



全国成人疫苗接种

至于成年人,本地的市民,特别是所谓弱势群体如长者,孕妇,往往忽略注射疫苗的重要性。为了达到全民免疫的目标,卫生部一年前制定了全国成人疫苗接种计划,为18岁以上的市民提供注射疫苗指导,以保护自己和人免受传染病的侵害。根据国家免疫专家委员会建议7种能预防11种疾病的疫苗。这包括了:

- 流感
- 肺炎球菌 (PCV13 / PPSV23);
- 人乳头瘤病毒 (HPV / HPV4);
- 破伤风,白喉和百日咳 (Tdap);
- 麻疹,腮腺炎和风疹 (MMR);
- 乙型肝炎和; 水痘。

其中流感疫苗与肺炎球菌疫苗最为重要。孕妇及长者最好要注射这两种疫苗以保健康。

子,子宫破裂的机会高,通常最好是做剖腹生产。
 ● 前置胎盘影响阴道生产。
 ● 脐带绕出来,这通常是在羊水破裂时掉出来。这是产科最

以上所说的情况占了一般产妇生产的百分之四十。如果病人的诉讼情况越来越高,医生为了避免被告,相信建议剖腹生产的几率会随之大大增加。

洲,另外将近三分之一是发生在南亚。在农村地区及贫困程度教育程度较低的地区,产妇死亡率较高。当然,良好的医药设备,可以大大的减少孕产妇死亡率。

名医亲笔

连亮恩医生
 妇产专科医生
 伊丽莎白医药中心

更多产妇 选剖腹生产 比率增至30%

本地越来越多产妇选择剖腹生产,比率已增至30%。
 《海峡时报》报道,国大医院和竹脚妇幼医院的受访妇产科医生表示,孕妇产选择剖腹生产的数字有上升的趋势。

国大医院妇产科中心顾问医生安顿达·卡勒 (Dr. Anita Kalra) 观察,过去5至10年有这趋势。

而待产孕妇之所以选择剖腹生产主要是之前已接受过剖腹生产,为了避免子宫破裂,再次分娩时就选择剖腹生产。
 她补充说,曾经剖腹生产的孕妇,还是会选择这生产方式。

卡勒医生也表示,孕妇再次选择剖腹生产占国大医院剖腹产手术的多数。

另一个选择剖腹生产的主要原因是对自己分娩过程的恐惧感,以及后遗症如尿失禁和产后的性生活;有的产妇则因为其他原因如工作等而在某个特定的日期生产。

根据在本月11日出版的英国



剖腹生产是一项大手术。

(ISTOCK)

权威医学期刊《柳叶刀》(The Lancet) 公布的数据显示,在2015年,全球妇产科医生估计共进行2970万次的剖腹生产手术,占所有接生手术的24%。

在2002年,全球妇产科医生共进行1600万剖腹生产手术,占接生手术的12%。

值得一提的是,约有60%的国家过度使用剖腹生产手术,25%的国家则是使用不足,在需要情况下没有为孕妇进行剖腹生产手术。

世卫提醒: 减少不必要剖腹生产

从医学角度来看,剖腹生产也有其他风险如造成产妇产后血、胎儿宫内窒息以及胎儿定位异常等。

《柳叶刀》的研究报告对越来越多孕妇选择进行剖腹生产手术是否值得医学界自由。孕妇都不应该要求医生为她进行剖腹生产。

来减少孕妇产选择进行剖腹生产手术的短期和长期影响。