



兒童免疫、過敏及傳染病科
專科醫生莊俊賢

隨着防疫措施全面鬆綁，本港每日新增確診個案已連續多天達過萬水平，疫情發展不容樂觀，構築更強大的疫苗免疫屏障刻不容緩。特區政府早前引入復必泰二價疫苗，並宣布年滿18歲可由即日起預約接種二價疫苗作為第3、4或5劑（或康復人士的第2、3、4劑）疫苗。到底二價疫苗副作用與之前的有無分別？曾引起心肌炎等副作用的人士又適合接種二價疫苗嗎？接種前又有什麼注意事項？今次邀請了兒童免疫、過敏及傳染病科專科醫生莊俊賢為大家講解。

構築免疫屏障 二價疫苗就緒

現時特區政府引入的復必泰二價疫苗，是源自自信使核糖核酸（簡稱mRNA）的復必泰疫苗。其成分一半為原始病毒株，另一半是針對Omicron變種病毒株BA.4-5變種病毒株研發，是一種作為加強劑疫苗，適用於18歲或以上成人和12歲及以上抵抗力差的青少年接種。莊俊賢指出，本港由去年6月開始流行BA.4-5，比率逐漸增加，近期則流行BA.5，其中BQ.1.1屬BA.5分支，接種二價疫苗後，所產生針對BA.4-5的抗體水平和保護率都較接種原始株疫苗為高。

從未接種者 先打科興復必泰

特區政府早前接納衛生署轄下聯合科學委員會建議，宣布年滿18歲人士可預約接種二價疫苗作為第3劑（或作為康復人士的第2劑）疫苗；以二價疫苗作為第4針：若50歲或以上，已接種3針；或已接種2針並曾確診新冠康復3個月後，也可預約二價疫苗作為第4針；至於18至49歲則需距離第3針6個月，方可接種二價疫苗。以二價疫苗作為第5針：即已打第4針逾6個月的成年人，或已打3針但曾染疫的成年人，可於康復6個月後，自行預約打第5針或康復後的第4針加強保護。惟從未接種者，則未有建議可直接接種二價疫苗，有意接種者先接種兩

劑科興或復必泰原始病毒株。

至於安老院舍方面，院友可經外展疫苗接種服務接種疫苗。除復必泰二價疫苗外，亦可繼續選擇接種科興或復必泰原始株疫苗作為其第3、第4或第5劑疫苗。不過，並非每個年齡層都可打二價疫苗作為加強劑，莊俊賢解釋，如12歲或以上的青少年、抵抗力差，到第4針才可選擇二價疫苗，所以大部分建議都是需要年滿18歲。至於長者因免疫力低，接種二價疫苗作為一個加強劑，其保護率和抗體水平方面可能較原始病毒株為高。

對曾在接種復必泰原始株疫苗後，出現懷疑心肌炎等副作用，在接種二價疫苗後會否出現同樣情況？莊俊賢解釋，與原始病毒株疫苗一樣，兩者可能引起副作用是相似的，沒有特別多。如接種復必泰原始病毒株疫苗後曾出現心肌炎症狀如氣促、心悸和胸口痛等徵兆，就未必適合接種二價疫苗，惟接種前最好先諮詢醫生意見。一旦出現這些徵兆，請立即向醫護人員求助。青少年及年輕人在接種復必泰疫苗後一星期內應避免劇烈運動。



曾現副作用接種前須諮詢
長者可作加強劑

接種前後注意事項

A. 接種前建議：

1. 充足睡眠：每日睡眠時間應達6至8小時，充足休息有助提升免疫力。

2. 飲食健康：多進食新鮮蔬菜、水果和堅果類，攝取足夠的維他命及礦物質幫助身體各細胞和器官的正常功能。

B. 接種後建議：

1. 充足水分：水能促進身體循環作用，加速代謝速度，更能緩解接種所產生的免疫反應。

2. 白肉優先：建議多選擇優質蛋白質如白肉與蛋豆類，白肉脂肪含量較低，減少對身體的負擔，更有助體內提升免疫系統、製造白血球及抗體。

當然，最重要是培養健康生活好習慣，長遠而言養成規律的運動習慣，當感覺身體不適，出現疲勞、欲睡、肌肉酸痛、鼻咽喉不舒服等，建議馬上就醫。

■對抗疫情，最好是培養良好的生活習慣。



新冠肺炎咳嗽與秋冬咳嗽之分

劉偉成
註冊中醫師

以外尚有以以下特徵。轉變明顯加重，病者可能之前已有病史，除此不會傳染別人，通常有時間性、季節性，天氣因有可能只是秋冬的氣管敏感咳嗽，秋冬咳嗽其實當大家稍有咳嗽時，無需立刻擔心起來，到底秋冬咳嗽和新冠肺炎咳嗽有何分別？咳嗽：近日過萬宗感染，不時見到很多咳嗽的秋冬冬季天氣寒冷，稍一不慎就會傷風感冒

	新冠	秋冬咳嗽
發病	急	較慢
發熱	可有	無
喉痛	可有	無
喉癢	可有	可有
鼻水	可有	可有
疲倦	可有	無
周身酸痛	可有	無
腸胃不適	可有	無
核酸測試	陽性	陰性

1. 新冠引起之咳嗽，因症狀比較複雜，或建議尋求中醫進行視診，但通常都伴有肺氣不宣發現象，可用以下藥材緩解：

桔梗6克、荊芥6克、紫菀10克、百部6克、白前6克、甘草3克、陳皮3克

2. 秋天敏感咳，通常以津液受損，燥金犯肺為主，易伴有喉乾、痰少、大便乾等，常見於需要多說話工作之人，例如老師、售貨員等，可用以下藥材緩解：

沙參10克、麥冬10克、玉竹10克、天花粉10克、桑葉8克、白扁豆10克、甘草6克

3. 冬天咳嗽，通常是肺氣郁滯，腎氣虛弱，上實下虛現象，易伴有氣促、喉癢、咳嗽反覆，痰多、遇冷加重，易見於老年人或伴有長期病人士，可用以下

藥材緩解：

紫蘇子10克、薑半夏10克、陳皮6克、肉桂3克、前胡3克、厚樸6克、當歸5克、炙甘草6克、生薑2片，紫蘇葉5克、大棗2枚

食療方面，可用以下湯水進補：

鱈魚肉1片、百合10克、無花果2個、陳皮1塊、豬肉適量
煮法：將鱈魚肉、無花果和百合洗淨，煮沸8碗水。先放入豬肉，待水再沸起後，再放入鱈魚肉、無花果、百合及陳皮，以中大火煮沸後，轉小火煲2小時即可。

