



# 健康长廊

清溪镇婚育新风进万家宣传系列

清溪镇人民政府卫生和计划生育局 宣



## 预防接种

### 什么是疫苗?

疫苗是指为了预防、控制传染病的发生、流行,用于人体预防接种的预防性生物制品。

孩子到了入托、入学的年龄,学校会要求孩子预防接种,所以孩子必须在入学前完成规定的每一类疫苗预防接种,以保证正常入学。

预防接种就是把能使人产生对某种传染病的抵抗力的疫苗接种于人体,儿童进行预防接种后,就会获得对传染病特异的免疫力,这样就不易被传染病感染或者感染后不发病。接种疫苗是公民对自身健康的保护,也是对群体预防传染病的应尽义务。

### 为什么要预防接种?



**我国预防接种分两类**

一类疫苗是指由政府免费提供,公民应当依照政府的规定受种的其他疫苗。

二类疫苗是指由公民自费并且自愿受种的其他疫苗。



## 学龄前与学龄期保健

### 什么是学龄前期?

3岁到7岁的小孩,即从幼儿期到上小学这段期间是学龄前期,从入小学起(6—7岁)到进入青春期(女12岁,男13岁)为止的就是学龄前期。



### 为什么要做好学龄前期的保健?

学龄前期儿童求知欲、控制、理解、分析、综合能力增强,喜欢模仿,所以意外伤害较多,也是长知识、接受文化科学教育的重要时期,应加强教育,让孩子养成良好的个人卫生习惯,增强抵抗力预防疾病,预防意外,要保证充足的营养和休息。



## 青少年保健

### 为什么青少年期也要做好保健?

处于过渡期的青少年,生理和心理尚未完全成熟,需要关注和正确引导。

### 什么是青少年期?

青少年是指处于10—20岁年龄段的人群,体格生长迅速,内分泌功能逐步完善,两性的第二特征更加明显,男孩出现遗精,女孩出现月经,到青春晚期已具备生殖功能。



- 青少年期注意事项“十不宜”**
1. 不宜盲目减肥。
  2. 不宜扎耳戴笠。
  3. 不宜吸烟嗜珠。
  4. 不宜烫发。
  5. 不宜不戴乳罩。
  6. 不宜用激素促使乳房发育。
  7. 不宜长期使用健美丰乳膏。
  8. 不宜穿高跟鞋。
  9. 不宜穿尖头高跟鞋。
  10. 不宜长期用一侧牙齿咀嚼食物。



社会主义核心价值观:富强、民主、文明、和谐,自由、平等、公正、法治,爱国、敬业、诚信、友善。