

成人疫苗 接種懶人包

3分鐘一次懂



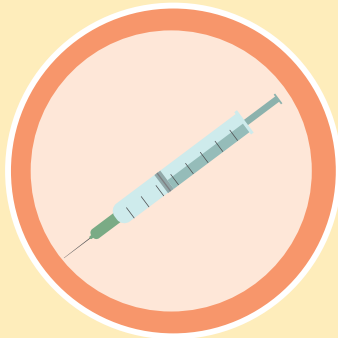
存下健康保單 幸福**接種**而來

成年人也需要接種疫苗

流感、肺炎鏈球菌、百日咳、A型肝炎、B型肝炎、帶狀疱疹以及人類乳突病毒¹都可透過疫苗接種提前預防，但仍有許多成年人罹患這些疾病，除深受併發症之苦、影響生活品質、增加醫療支出，甚至可能演變為重症！您知道50歲開始免疫力會大幅滑落²，小心許多疾病可能悄悄盯上您了！



健康的成人也會因感染疾病影響生活，甚至重病



隨年齡增加體內抗體多已減少或消失³



50歲開始免疫力與抵抗力大幅下降²，感染疾病風險也隨之升高

免疫系統會隨年齡增長而變弱，導致對抗外來病原的作戰能力降低，變得容易感染疾病且可能會衍生其他的疾病⁴。因此，成人不該忽視任何疾病可能帶來的威脅，讓事前的預防勝於後續治療！

一表讓你了解要接種哪些疫苗

成人接種疫苗不僅是為預防疾病、提升自身保護力，以及降低住院與死亡的風險，也是維持生活的獨立性與品質⁸。

定期審視並接種，讓疫苗成為您健康保單之一！

建議接種 如果有感染疾病的風險，可依建議接種

疫苗種類	不同年齡層的疫苗接種建議			
	19-26歲	27-49歲	50-64歲	≥65歲
季節性流感疫苗	每年1劑 ⁵			
破傷風、白喉、百日咳相關疫苗	每 10 年接種一劑 Td，其中一劑以 Tdap 取代Td 孕婦，孕期28-36周 ⁵			
人類乳突病毒疫苗	3劑 ⁵	3劑 ⁵		
麻疹、腮腺炎、德國麻疹混合疫苗	未接種者2劑 1981年後出生之醫療照護人員與前往流行地區者，1劑 ⁵			
A 型肝炎疫苗	有醫療、職業或生活方式風險者2劑 ⁵			
B 型肝炎疫苗	醫療照護人員與感染高危險群， 若B型肝炎表面抗體陰性者，接種1~3劑疫苗 ⁵			
帶狀疱疹疫苗	高風險者2劑非活性 ¹⁵		2劑非活性 或1劑活性減毒 ¹⁵	
肺炎鏈球菌疫苗	高風險，1劑結合型疫苗+1劑莢膜多醣疫苗 ⁵			1或2劑 ⁵
日本腦炎疫苗	有職業、生活方式風險或欲前往流行地區者 1劑嵌合型活性減毒疫苗			



此表為依照衛生福利部疾病管制署成人預防接種建議時程擬定⁵

疫苗接種迷思破解

Q 1. 成人為什麼也要接種疫苗？

- ◆ 幼兒時期可能漏打或未產生抗體⁶
- ◆ 疫苗保護時效是有限的，抗體會隨時間減少甚至消失³
- ◆ 50歲以上免疫力大幅降低，感染疾病與演變為重症的風險也隨之升高²
- ◆ 除了依照年齡接種，若屬於該疾病的高危險族群也建議接種⁷



Q 2. 聽說50歲以上比較容易生病？

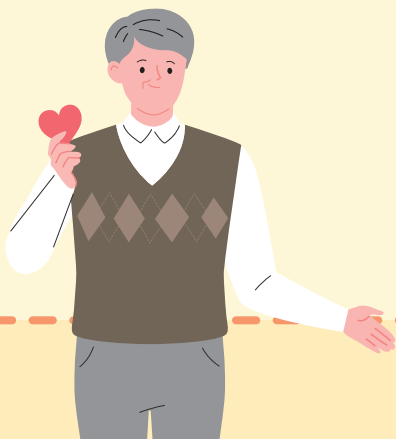
50歲以上
72%有慢性病⁹

流感併發重症
的患者73%
為50歲以上*¹⁰

*根據疾管署統計，2019年10月起迄2020年1月6日流感併發重症病例累計499例，年齡層以65歲以上為主(42%)，其次為50至64歲(31%)。

50歲開始免疫力下降，感染疾病與重症的風險皆較一般人高²。流感重症中高達99%未接種該季疫苗¹⁰。

接種疫苗、健康飲食與規律運動為預防疾病的措施之一！



疫苗接種迷思破解

Q3. 哪些疾病可透過疫苗預防？成人罹患這些疾病會怎樣？

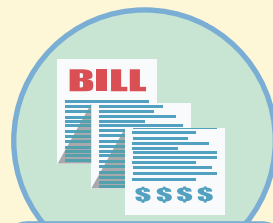
流感、肺炎鏈球菌、百日咳、A型肝炎、B型肝炎、日本腦炎、麻疹、帶狀疱疹以及人類乳突病毒¹。



傳染給家人



影響生活品質



增加醫療負擔



嚴重恐重症

流感會發燒、頭痛、肌肉酸痛、喉嚨痛及腹瀉等腸胃道症狀，也可能併發肺炎、腦炎、心肌炎等¹²。可透過疫苗、加強個人衛生等方式預防¹¹。

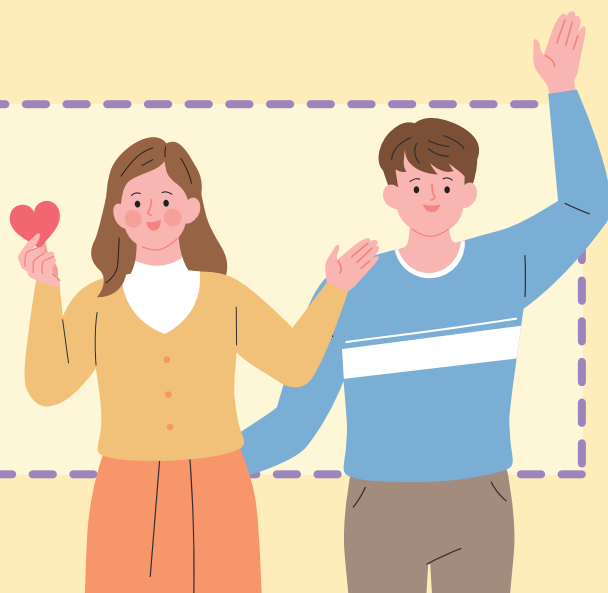
肺炎症狀通常較為急性，包括發燒、畏寒、咳嗽合併痰液。有慢性疾病患者，演變重症風險也較高¹²。

百日咳一年四季都可能發生、傳染力強，主要症狀為咳嗽¹³。

帶狀疱疹病毒若初次感染會引發水痘，之後病毒會藏在神經節中，隨年齡上升免疫力下降時，則容易引發帶狀疱疹¹⁴。

Q4. 我接種疫苗可以保護家人？

免疫力會隨年齡增加而下降，一旦罹患疾病，容易導致病情加劇²。接種疫苗不只可提升自身免疫力並預防疾病，也可保護無法或尚未接種疫苗的家人，免於暴露在感染的風險中。



* 本衛教資訊無法取代專業醫護人員的指導。若有醫療及疫苗接種相關問題，務必請教您的醫護人員。

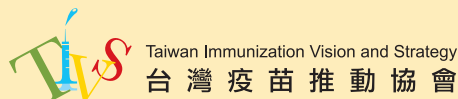


台灣疫苗推動協會
官方網站



更多詳細資訊
請掃QR CODE

1. Centers for Disease Control and Prevention .Vaccine-Preventable Adult Diseases.
2. Faragher R, et al. Better immunity in later life: a position paper. Age. 2014;36(3):9619. doi:10.1007/s11357-014-9619-2.
3. Pera A et al. Immunosenescence: Implications for response to infection and vaccination in older people. Maturitas. 2015 Sep;82(1):50-5. doi:10.1016/j.maturitas.2015.05.004.
4. Centers for Disease Control and Prevention. Pertussis Frequently Asked Questions. -Do pertussis vaccines protect for a lifetime? Link: <https://www.cdc.gov/pertussis/about/faqs.html#lifetime>(最近一次訪問：2021.09)
5. Centers for Disease Control and Prevention. Hepatitis B. Penina Haber, MPH and Sarah Schillie, MD, MPH, MBA.- Immunogenicity and Vaccine Efficacy. Link: <https://www.cdc.gov/vaccines/pubs/pinkbook/hepb.html#Schedule>(最近一次訪問：2021.09)
6. Fuentes E et al. Immune System Dysfunction in the Elderly. Jan-Mar 2017;89(1):285-299. doi: 10.1590/0001-3765201720160487.
7. Pinti M et al. Aging of the immune system: Focus on inflammation and vaccination. Eur J Immunol. 2016 Oct;46(10):2286-2301. doi : 10.1002/eji.201546178.
8. Taiwan Centers for Disease Control衛生福利部疾病管制署.成人預防接種建議時程表109年1月版.
9. Anderson EL. Recommended Solutions to the Barriers to Immunization in Children and Adults. Mo Med. 2014 Jul-Aug. doi:11(4): 344-348.
10. Taiwan Centers for Disease Control衛生福利部疾病管制署.預防接種-各類對象預防接種建議.
11. T Mark Doherty et al. Adult vaccination as part of a healthy lifestyle: moving from medical intervention to health promotion. Ann Med.2019 Mar;51(2):128-140. doi: 10.1080/07853890.2019.1588470.
12. Health Promotion Administration, Ministry of Health and Welfare衛生福利部國民健康署.民國104年中老年身心社會生活狀況長期追蹤調查成果報告2015 Taiwan Longitudinal Study on Aging Survey Report.
13. Taiwan Centers for Disease Control衛生福利部疾病管制署. 流感併發重症-最新消息及疫情訊息-新聞稿2020/1/10發佈
14. Taiwan Centers for Disease Control衛生福利部疾病管制署. 流感併發重症-季節性流感防治/季節性流感疫苗Q&A.
15. Taiwan Centers for Disease Control衛生福利部疾病管制署. 侵襲性肺炎鏈球菌感染症-疾病介紹.
16. Taiwan Centers for Disease Control衛生福利部疾病管制署.百日咳-疾病介紹.
17. Taiwan Centers for Disease Control衛生福利部疾病管制署. 疫苗簡介-帶狀疱疹疫苗(Zoster Vaccine).
18. 此表為依照衛生福利部疾病管制署成人預防接種建議時程擬定;並參考 2022年7月台灣皮膚科醫學會帶狀疱疹疫苗接種建議 2022 皮膚科醫學會衛教-醫師版 (derma.org.tw)及衛生福利部傳染病防治諮詢會預防接種組 111年第5次會議紀錄<https://www.cdc.gov.tw/File/Get/81UoTSMO2vjnzR9t0KcvA>



本手冊由台灣疫苗推動協會製作發行