

疫苗预防疾病

接种疫苗，又称为免疫，可预防许多疾病，否则会使人患病甚至死亡。疫苗可增强身体的免疫系统，免疫系统可战胜感染和疾病，使身体恢复健康。如果免疫系统准备充分并足够强壮，可迅速辨识对健康的威胁，并知道怎样战胜。疫苗不会致病。

疫苗怎样发挥作用？疫苗由弱毒或灭活菌组成，它在体内可使身体在同样的细菌致病以前战胜细菌。身体建立这种保护的机制就是通过产生特殊的“抗体”成功地战胜疾病。抗体可保护自己及身边的人群战胜致病菌。

婴儿出生时带有来自母体、能够满足自身需要的抗体。如果母乳喂养，更能增强婴儿的免疫系统。随年龄增加，注射疫苗可构建体内免疫系统。正如良好营养帮助孩子身体发育，注射疫苗有助于免疫系统成熟。

接种疫苗行之有效。过去许多疾病可使人残疾或死亡，如天花现在已经消失，不再需要疫苗了。其他疫苗靶向疾病正在减少。给所有婴幼儿和需要的成年人接种疫苗可预防疾病蔓延和复发。



数量就是力量！如果大多数人注射疫苗，他们对疾病的抵抗帮助那些由于幼小和虚弱不能接种的人群。称为“群体免疫”。

如果足够多的人群接种疫苗，可保护接种者和周围人群。如果疾病找不到没有免疫的人，就不能扩散。随着免疫人群越来越多，发病率就越低。



了解疫苗及其重要性

疫苗可预防儿童多种疾病，包括百日咳、破伤风、急性肺炎、麻疹、乙肝、肺结核及轮状病毒感染引起的腹泻。抗HPV（一种病毒）疫苗可预防癌症。如果儿童注射疫苗，可预防严重疾病。

很多国家都免费给婴幼儿接种疫苗，且每个国家都制定了相应的时间表。医务人员会定期访问婴幼儿以确保他们的正常成长，并且定期接种疫苗以保持健康。

为了增强对某种疾病的抵抗力，许多疫苗不止注射一次。某人注射主要的疫苗系列或者疫苗套盒后，例如半年注射了3次后，仍然需要注射一次或多次疫苗“增强剂”。一旦疫苗失效，“增强剂”可提醒身体怎样抵抗疾病。



<p>? 如果应该接种的时候孩子生病怎么办?</p> 	<p>➡ 如果感冒或小病，可以接种。如患重病，医务人员会指导是否应该延迟。如果家庭其他成员和社区居民都接种，可帮助不能接种的人群预防疾病。</p>
<p>? 疫苗安全吗?</p> 	<p>➡ 疫苗是安全的，不会致病。有些疫苗会引起疼痛和低烧，但很快会消失。如果有人说不安全，与值得信任的医务人员交流，获得可靠信息。</p>
<p>? 疫苗只适合小孩吗?</p> 	<p>➡ 所有的儿童都需要疫苗，但并不意味着成年人不需要接种。对于某些疾病，青少年和成年人需要额外接种，称为“增强剂”以保持预防效果。因为有些疫苗的效果会随时间消失。孕妇也需要接种以保护母婴健康。老年人和重病患者接种疫苗可预防疾病如流感，而他们自己身体没有抵抗力。</p>
<p>? 为什么现在疫苗的数量和种类与我第一个孩子不一样了?</p> 	<p>➡ 对于某些疾病，多家制药公司都可以生产安全有效的疫苗，而接种的时间不同。如果两个国家使用不同的疫苗品牌，或者同一个国家改变了使用疫苗的品牌，接种时间也会变化。如有新的疫苗出产或者旧的疫苗不再适合，也会发生变化。</p>

哪些人群哪些时间需要疫苗？

每个地区、国家，有时一个国家的每个地区都制定了各自需要接种的疫苗清单：

- 有些疫苗需给每个人接种-婴幼儿和成年人。如婴幼儿时期错过了某种疫苗，青少年和成人时期应该补上。
- 有些疫苗只在某些地区有效，只给长期居住或临时访问那里的人接种。
- 有些疫苗不需要给每个人接种，只推荐给某些人群：如孕妇、医务人员或老年人。
- 如果某个地区流行新的疾病，通常每个人都需要接种疫苗。



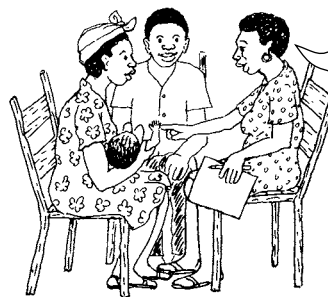
按照我们的文化，每个人都是家庭成员。给孩子们接种，可以保护每个人及其下一代。

保护婴幼儿的常规疫苗

医务人员定期多次检查出生后1岁以内的婴儿，这个阶段他们接种最多疫苗。什么时候接种哪些疫苗应听从自己国家医务人员的建议。

为保证婴幼儿的健康，疫苗非常重要，但居住条件也很重要。安全饮水、良好卫生、至少母乳喂养6个月、良好营养都可以预防许多疾病（请看：水与卫生：保证健康的关键；良好健康来自良好食物。）

如果疫苗接种超过了有效期，或者幼儿时期没有接种所有的疫苗，成年时需要接种疫苗和疫苗增强剂。



这个婴儿生长良好。今天我们给她接种另一种疫苗以保持健康。

每个国家的卫生部门都会为本国的婴幼儿推荐接种疫苗的适宜时间表，包括什么年龄同时接种什么疫苗。如果两种疫苗不能同时接种，那是因为它们它们在体内不能同时很好地发挥作用。

出生		卡介苗 乙肝
2月龄	第一次剂量	小儿麻痹症 五价苗
4月龄	第二次剂量	轮状病毒 肺炎球菌性腹膜炎
6月龄	第三次剂量	小儿麻痹症 肺炎球菌性腹膜炎
9-1周岁		第一次麻疹-腮腺炎-风疹 肺炎球菌性腹膜炎增强剂
18月龄		第二次麻疹-腮腺炎-风疹 小儿麻痹症增强剂
4-6岁		百白破 第二次小儿麻痹症增强剂
9-11岁		破伤风增强剂 2剂量HPV



疫苗接种表都与此类似，不过每个国家接种每组疫苗的年龄不同。每个国家使用不同的疫苗组合，也不是每个地方都需要同样的疫苗。注意自己所在地区推荐的疫苗。

HIV与疫苗

一般情况下，HIV患者与其他人接种的疫苗一样。某些情况下，HIV患者需要另外的剂量，如麻疹疫苗一样。

有些疫苗（如卡介苗，麻腮风三联疫苗和口服脊髓灰质炎疫苗），可保证在接种HIV疫苗前的健康稳定。HIV治疗增强体内免疫系统，使接种效果更佳。

即使母亲患HIV，出生时给婴儿接种卡介苗也很安全。但如果孩子大一点患HIV，先治疗HIV。

妊娠与疫苗

疫苗保护母亲健康和胎儿发育。孕妇还通过疫苗把抗体传输给腹中胎儿，以保证婴儿出生后健康。出生后几周或几个月的婴儿太小，有些疫苗不能接种。

作为女孩的父母和孕妇应了解以下信息：

- 疫苗不影响女性的生育功能。
- 大多数疫苗在妊娠期是安全的。
- 如果女性在青少年阶段接种了所有疫苗，妊娠时需要的疫苗更少。风疹（德国麻疹）疫苗就是很好的例子：给备孕妇女和儿童接种效果最佳，因为风疹对于孕妇很危险。
- 每个人都需要重复接种破伤风疫苗，单独或作为疫苗组合的一部分。如果一名女性最近没有接种破伤风疫苗，妊娠时应补上。疫苗可预防出生时铁锈引起的新生儿感染。
- 有些国家的医务人员还会给孕妇推荐其它的疫苗，如百日咳和流感。

有些疫苗应避免给孕妇接种，如卡介苗或麻疹疫苗。接种前询问妇女是否怀孕。

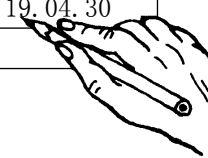


给女孩接种可保证将来的妊娠安全。如果计划怀孕，与医务人员交流，确保所有接种都已完成。

保留记录

索取并保留任何免疫信息，上面记录了接种者姓名和接种日期。孩子需要这些信息入学；成人需要求职、旅行，并使医务人员了解他们已接种哪些疫苗，还需要接种哪些疫苗。如果门诊没有记录卡，你自己保存卡片，并请接种的医务人员填写信息并签名。

接种记录表			
姓名： 米拉 库玛			
出生日期： 2019. 02. 10			
健康状况及过敏物：			
疫苗名称和类型	接种日期	接种地点	下一次注射时间
卡介苗	19. 02. 10	生育中心	
口服小儿麻痹症	19. 02. 10	生育中心	19. 03. 30
乙肝	19. 02. 10	生育中心	19. 03. 30
百白破-B型嗜血杆菌流感-乙肝	19. 03. 30	婴儿门诊	19. 04. 30
口服小儿麻痹症	19. 03. 30	婴儿门诊	19. 04. 30
轮状病毒	19. 03. 30	婴儿门诊	19. 04. 30



常见疫苗

大多数国家都常备以下疫苗：

- 结核病
- 破伤风
- 白喉
- 百日咳
- 乙肝
- B型嗜血杆菌流感，可引起严重疾病。
- 脊髓灰质炎
- 轮状病毒，引起婴幼儿腹泻
- 肺炎球菌，引起肺炎和其他感染
- 麻疹
- 风疹（德国麻疹）
- HPV,引起宫颈癌

如需要，可接种以下疫苗：

- 脑膜炎球菌感染
- 霍乱
- 黄热病
- 日本脑炎
- 蝉传性脑炎
- 甲肝
- 水痘
- 流感
- 伤寒
- 狂犬病



卡介苗预防肺结核	
<p>卡介苗皮下注射。出生后尽快接种。</p> <ul style="list-style-type: none"> • 如有家庭成员患肺结核，孩子们从没有接种过卡介苗，尽快接种。 • 不要给孕妇接种卡介苗。 • 母亲患HIV的婴儿出生时可接种卡介苗。对于HIV确诊患者，先用抗逆转录病毒治疗，再接种卡介苗。 	<p>肺结核是严重感染，通常在肺部，用药物治疗可痊愈。如果不治疗，肺结核会损坏肺脏，使病人停止呼吸。卡介苗可预防最危险的肺结核，帮助身体抵抗其他感染。</p>



可使用疫苗套盒减少注射次数。注射一次五价苗可预防五种疾病：白喉、百日咳、破伤风、乙型肝炎、嗜血杆菌乙型流感。有些国家接种六价苗，除以上五种疾病外，还可预防小儿麻痹症。

百白破(又称为DTaP, Tdap)预防百日咳、白喉和破伤风)	
<p>百白破疫苗预防3种疾病。五价苗和六价苗都包括了破伤风，6月龄前，婴儿连续注射3次</p> <ul style="list-style-type: none"> • 儿童经常需要注射3次DPT的增强剂或组合，以预防白喉和破伤风。 • 孕妇注射DPT保护婴儿。 • 接种6次DPT（3针疫苗和3针增强剂）可预防破伤风几十年。如果儿童时期没有完成接种，或者伤口又深又脏，需要注射破伤风疫苗。 	<p>白喉大多影响儿童，使喉咙严重肿胀而不能呼吸。</p> <p>百日咳引起孩子哮喘，呼吸困难。严重影响婴儿。</p> <p>破伤风会迅速致命。任何人都可能由于伤口而感染此病。如果母亲不接种破伤风疫苗，新生儿可能感染。</p>
乙肝疫苗预防乙型肝炎	
<p>婴儿6个月前需连续注射3-4次疫苗。</p> <ul style="list-style-type: none"> • 出生时注射第一次，其余在半岁以前注射，可同时与百白破或者五价苗和六价苗一起注射， • 如果婴儿期没有注射乙肝疫苗，儿童和成人期应该注射3次乙肝疫苗 	<p>乙型肝炎引起严重的肝脏疾病，甚至肝癌。出生时可经母亲传染给婴儿，或通过性生活和不洁针头相互传染。</p>
Hib可预防嗜血杆菌乙型流感	
<p>半岁以前，婴儿连续注射3次，可与DPT或者五价苗与六价苗一起接种。</p> <ul style="list-style-type: none"> • 1岁或15月龄以前需要增强剂。 • 除非患有镰状细胞贫血症或免疫系统疾病，成人和5岁以上儿童都需要接种Hib疫苗。 	<p>嗜血杆菌乙型流感与一般的流感不同。会引起脑膜炎、肺炎、皮肤和骨感染，及其他严重疾病。</p>

脊髓灰质炎疫苗预防小儿麻痹症	
<p>半岁以前，婴儿接种3-4次。</p> <ul style="list-style-type: none"> • 出生时接种第1次，半岁以前完成接种，可与百白破疫苗一起。 • OPV(口服疫苗)可口头滴注，而IPV(灭活疫苗)需注射。每个国家情况不同，但通常都备有两种疫苗 	<p>脊髓灰质炎可引起四肢麻痹、呼吸困难，甚至死亡。由于几乎所有的人都接种了疫苗，小儿麻痹症几乎已灭绝。</p>
轮状病毒疫苗 (RV) 预防轮状病毒	
<p>半岁以前，婴儿注射2-3次，根据疫苗厂家要求。口服。</p> <ul style="list-style-type: none"> • 与百白破疫苗或五价苗一起注射。 <p>婴儿接种后2周，换尿布时特别清洗手以避免轻微感染。</p>	<p>轮状病毒是引起严重腹泻、发热和呕吐的常见病毒。很容易扩散，对婴幼儿特别危险。</p>
肺炎球菌（共价）疫苗预防肺炎和其他感染	
<p>婴儿注射3次。</p> <ul style="list-style-type: none"> • 一般与DPT或五价苗同时注射。有些国家在半岁以前注射2次，后来再注射1次。 	<p>该疫苗可预防由肺炎球菌引起的肺脏、大脑和血液严重感染。</p> <p>给所有青少年接种最重要，但对中\老年人也有效。</p>
麻疹、麻疹-风疹和麻疹-腮腺炎-风疹疫苗预防麻疹	
<p>该疫苗经常作为疫苗套盒的一部分：麻疹-风疹和麻疹-腮腺炎-风疹疫苗。儿童至少需要接种2次。</p> <ul style="list-style-type: none"> • 如果麻疹爆发，给半岁以前的婴儿接种疫苗，随后完成其余2次接种。 • HIV儿童患者需要2-3次接种，但严重患者需要治疗HIV，接种前需要稳定健康。 	<p>麻疹很容易在儿童之间迅速传染，引起皮疹、发热和咳嗽。如果不治疗，会引起腹泻、眼睛或耳朵感染，失明甚至死亡。</p>
风疹，麻疹-风疹和麻疹-腮腺炎-风疹疫苗预防风疹	
<p>儿童至少需要接种1次，与麻疹疫苗一起。</p> <ul style="list-style-type: none"> • 许多儿童接种2次，因为风疹疫苗是2种常见疫苗组合的一部分：MR(麻疹和风疹)及MMR(麻疹、腮腺炎和风疹)，需接种2次。 • 有些地方大多数人婴儿期不接种该疫苗，主要针对大一点的女孩。 	<p>风疹可引起皮疹、发热，会慢慢消失。如果孕妇患风疹，对正在发育的婴儿非常危险。</p> <p>给所有孩子接种可预防孕妇感染。同样，接种过的女孩以后怀孕时不会感染。</p>

HPV疫苗预防乳头瘤病毒

根据年龄，女孩需要接种2-3次。

- 9-10岁之间接种第一次，6个月后第2次。对于15岁及其以上女孩，第一次接种，4周后第2次，12周后第3次。

该疫苗预防妇女宫颈癌和男性某些癌症。对女孩特别重要，如果预算允许，疫苗充足，有些国家也给男孩接种该疫苗。

某些地区和某些人群需要的疫苗

霍乱

霍乱是一种可引起患者迅速脱水而致命的腹泻性疾病，特别是婴幼儿。（请看腹痛、腹泻和寄生虫，28-29页）。

当疾病一旦发生或者可能发生时，特别是在难民营或安置点，需使用疫苗控制。预防霍乱的疫苗一般口服。根据疫苗厂家要求，2-3次。如果某个地区反复发作，需要注射疫苗套盒或者1个增强剂。

孕妇、哺乳期妇女和HIV患者也应该接种霍乱疫苗。



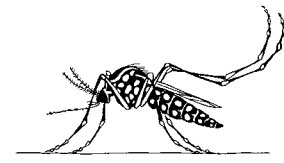
脑膜炎球菌感染

该疫苗预防在北非和中非最流行的非常严重的脑膜炎感染。疫苗对于儿童和成人均有效。如果某地区爆发此病，需要大量疫苗。孕妇可安全使用。根据疫苗厂家要求，注射1-2次。不同地区使用针对当地流行的脑膜炎细菌的相应疫苗。

黄热病

黄热病是由蚊子携带病毒引起。如果某地爆发黄热病，扩散迅速，对于儿童特别危险。

在黄热病流行地区，给9-12月龄婴儿注射麻疹疫苗时同时接种黄热病疫苗。如果某地新发生黄热病，给每个6月龄以上的人接种。



日本脑炎

日本脑炎在某些亚洲国家流行，由蚊子携带和传播的病毒引起。接种疫苗应该从15岁以下儿童开始，随后，给所有的新生儿接种。根据疫苗厂家要求，儿童需要1-2次注射。

蜱传性脑炎

此病由一种肉眼很难发现，潜入皮肤的非常细小的蜱虫引起。

儿童通常需要注射3次疫苗，第1次在1-3岁之间，7个月后第2次，距第2次9-12个月后第3次，根据疫苗类型和厂家要求。蜱传性脑炎常见地区，每隔3-5年需要增强剂。此病对于老年人特别危险，可针对50岁以上的人群接种。

甲肝

甲肝通过食物和水传染，伤害肝脏。患者特别疲倦，有时持续数月。可自行消失，并且不会复发。甲肝常见地区，不需要接种。但在该病少发地区，疫苗可预防疾病。

根据疫苗厂家要求，注射1-2次。如果给儿童注射常规疫苗，第1次在1岁左右注射，第2次在6-18个月后注射。

水痘 (水痘)

疫苗可预防水痘，该病可引起发热、皮疹、瘙痒和倦怠，持续1-2周。根据疫苗厂家要求，给每个孩子注射1-2次，青少年和成年人也可接种。

流感

流感病毒每年都会流行几个月，引起发热、畏寒及其他感冒症状，但更严重。大多数病人会自愈，但婴儿、老年人和病人会更严重。每年都会生产新型疫苗以应对变化的流感病毒。给孕妇接种非常重要，她们可把抗体传输给婴儿，而婴儿在半岁以后才能接种。

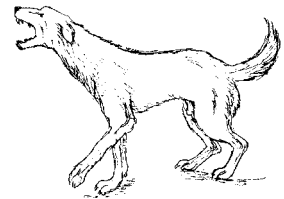
通常每年注射1次。半岁-5岁注射2次，相隔4周。

伤寒症

伤寒症引起发热、呕吐及其他症状，通过食物和水互相传染。可采用抗生素治疗。勤洗手、使用洁净水和严格卫生可预防传播。预防伤寒的疫苗有两类：注射和片剂。如果伤寒爆发，或者到伤寒流行地区旅行，需接种疫苗。

狂犬病

狂犬病由动物携带的致命病毒引起，通常是狗或猫。狂犬病在有些国家很常见，而有些国家很少见。给所有狗注射疫苗可减少对人的伤害。如果某人被狗咬，需要立即注射狂犬疫苗系列，还需要注射狂犬免疫球蛋白（请看：紧急抢救，75页）。用肥皂和水彻底清洗伤口15分钟以上非常重要。



动物咬后注射狂犬疫苗：当病人同时需要免疫球蛋白和狂犬疫苗时，先注射免疫球蛋白，再注射疫苗。被咬第1天给病人上臂肌肉注射1整瓶疫苗（根据厂家要求，0.5ml或者1ml），然后第3天和第7天再注射。第14天（2周）-28天（4周）之间再注射第4次。2岁以下的儿童病人，注射大腿肌肉。不要注射臀部。

如果没有免疫球蛋白，立即彻底清洗伤口并注射狂犬疫苗可预防狂犬病。

提前注射狂犬病疫苗可有效预防，但通常给直接接触动物的易感人群注射。

医务工作者：接种疫苗的关键

医务工作者是通过接种疫苗保持大人和孩子健康最重要的力量。即使没有直接给人接种疫苗，但你的建议很重要。作为社区成员，邻居们信任你胜过其他来自政府接种项目的工作人员。

如果你在医务室或门诊工作：

- 对每个家长保持热情友好。让他们尽量提问，他们的每个问题都很好。
- 由于注射带来疼痛，尽量使孩子感觉舒服。可以在注射后使用彩色玩具或声音转移孩子注意力。
- 在接种前，给群众和家庭宣传每一种疫苗，并解释为什么需要接种。讲解给上臂会带来的轻微疼痛和发热，以减少家长的担心；如果家长注意到任何危险症状，如过敏反应时该如何处理。
- 如果门诊没有合适的疫苗，寻求其他门诊是否备有，并与家庭商量另外的接种时间。你可以在他们的门诊记录或免疫卡上记录日期以提醒。
- 帮助家庭使用健康小册子或其他方式保存免疫记录。有助于鼓励人们计划和规划孩子们的健康。



许多门诊没有准备所有需要的疫苗。如果家庭在门诊遇到不愉快的经历，他们就不会再来。即使人手不够或疫苗不足，也要想法使家庭愉快，下次再来。



鼓励社区居民接种疫苗：

- 与家长保持联系。虽然大多是母亲带孩子去接种，如果父亲懂得了接种疫苗的重要性，孩子们更愿意与父亲一起去。当然，祖父母和其他家庭成员也很重要。
- 如有家庭没有接受疫苗注射，分析是什么原因，也许是交通、经费或者其它你可以帮助解决的原因。给他们讲解疫苗的安全性及其保障作用。
- 邀请接生婆和其他帮助孕妇和新妈妈的妇女参加培训，他们可以回答接种的问题并帮助人们接种。
- 发动孩子们参与接种计划。如果孩子们在学校了解这些知识，他们就会给父母兄妹和邻居宣传。
- 针对社区行动。与家庭主妇，或经常访问门诊的家长、教师和神职人员和社区负责人交流，鼓励更多人参与接种计划。



你最了解社区。如何保证所有的孩子都能接种？针对哪些人群？怎样才能激励他们？他们最关心什么？家庭中谁做主？怎样发动受人尊敬的社区领导参与？人们是否很难得到健康指导和健康服务？怎样才能更方便？



学校可教育学生疫苗的重要性和原理。给在校学生提供接种可使更多孩子接受疫苗。



用所有的语言广播通知更有效。

我是我们镇的接种冠军。我发动了很多人参与并接受疫苗。

家长们喜欢我们门诊贴的关于疫苗的宣传语。

我帮助我的教民获得关于疫苗的有效信息。

公众参与: 接种疫苗的平等性

接种疫苗根除或减少了很多以前引起死亡的严重疾病，在疫苗免费或低价获得的地区，在卫生部门可有效流通疫苗的地区确实如此。所以接种疫苗不能缺少政府和生产厂家的参与。医务人员、教师和其他社区负责人应该大声呼吁疫苗的安全性，应保证每个需要的公民都免费获得，无论年龄大小。人们应呼吁政府解决不安全饮水、卫生匮乏、贫穷、歧视、缺乏疫苗-所有这一切影响健康水平。

疫苗管理

适宜温度保存疫苗 (冷冻链保存)

适宜温度保存疫苗非常重要。有些疫苗遇热会变质失效。有些疫苗需低温但不能冷冻，否则也会失效。疫苗从出厂到社区医生给当地孩子接种，都需要低温保存。如果运输途中或保存温度过高、过低，疫苗都会失效。

冷藏盒用来保存和运输疫苗及用来稀释的液体。了解哪种疫苗需要在哪些温度保存，及适宜的保存工具。一般来说，疫苗保存在2° C -8° C之间比较适宜。阅读冰箱上疫苗清单，看哪些疫苗不能高温；哪些需要冷冻。



可以冷冻保存疫苗：

麻疹
麻疹-风疹
麻疹-腮腺炎-风疹
卡介苗
口服小儿麻痹症
黄热病
日本脑炎

低温但不能冷冻：

霍乱
五价苗
乙肝
b型流感嗜血杆（液体）
HPV(人乳头瘤病毒)
IPV（灭活小儿麻痹症）
流感
肺炎球菌
轮状病毒（液体和冻干）
破伤风（DT, Td）

有些疫苗在光照下会失效，包括卡介苗和麻疹-腮腺炎-风疹疫苗。为预防光照和强光，应保存在深色器皿和专门的包装里面。

如果疫苗已经准备好与稀释液混合，也应该低温保存。接受过培训的工作人员知道混合后的疫苗可保存多长时间，在工作结束以前是否应该扔掉。

了解如何贮存、制备和注射疫苗

每个人都应积极接种，许多医务人员都知道怎样注射。如果你打算宣传接种和处理疫苗，培训应包括以下内容：

- 怎样准备疫苗。
- 怎样给不同年龄人群接种合适剂量。
- 怎样发现保质期，如何处理过期疫苗。
- 如何选取合适的针头，注射角度和注射身体部位

为了你自己和你帮助的人的健康，给每个人接种以前都要洗手。采用一次性针头，并安全地处理。

对疫苗垃圾负责

疫苗项目最后也是最容易被忽视的一步即处理垃圾。塑料袋、针头和生物材料如果被燃烧、不安全掩埋或遗漏在孩子们容易捡拾的地方，会危害人类健康和环境。应该制订安全的垃圾处理计划：

- 采用同样的运输车把垃圾运送到安全处理地点。
- 修建有掩埋点的小区垃圾处理站。
- 帮助社区门诊修建简易的垃圾处理系统，包括垃圾分类和掩埋点（请看：社区环境指南。第19章：医疗垃圾）。

