

健康話題

每週三刊出

長輩顧肺秘密武器上線： 115年全新公費 20 價肺炎疫苗

在冷熱交替或秋冬流感、新冠病毒肆虐的季節，我們常聽到許多長輩因為「感冒併發肺炎」而緊急住院，甚至住進加護病房。衛生福利部歷年的國人十大死因統計，「肺炎」始終穩居第三名，且死亡人數有逐年攀升的趨勢，其中高達九成以上都是 65 歲以上的長者。面對這個潛伏在呼吸道中的「長者殺手」，我們該如何防範？市面上有 13 價、15 價、23 價，現在又多了最新的「20 價」肺炎鏈球菌疫苗，這些數字到底代表什麼意思？鄉親們又該怎麼選、怎麼打？

※致命的長者殺手：什麼是肺炎與「肺炎鏈球菌」？

要了解疫苗，我們得先認識敵人。肺炎，顧名思義就是肺部發生了嚴重的發炎反應。我們的肺部是由無數個微小的肺泡組成，負責將氧氣輸送到全身；當細菌或病毒入侵肺部，肺泡會充滿膿液和發炎物質，導致患者出現高燒不退、劇烈咳嗽、咳出黃綠色濃痰、胸痛，以及嚴重的呼吸困難。

在所有引發肺炎的細菌中，最惡名昭彰、殺傷力最強的就是「肺炎鏈球菌」。它在於許多人正常的鼻咽部，為無症狀之鼻咽帶菌狀態；一旦免疫力降低，病菌就從呼吸道或血液侵襲器官，引發感染症，所以肺炎鏈球菌感染多跟隨在病毒感染之後。剛開始只是一點發燒、咳嗽、流鼻涕，以為是感冒，但幾天後仍不見好轉，或是病情好轉 1-2 天後又開始發燒、不舒服。

最可怕的是，它不僅會造成嚴重的肺部感染，還可能穿透防線進入血液或脊髓液，引發致命的「侵襲性肺炎鏈球菌感染症 (IPD)」。一旦引發敗血症、腦膜炎或心內膜炎，病情往往急轉直下，致死率極高。此外，隨著抗生素的廣泛使用，肺炎鏈球菌的「抗藥性」越來越強，導致臨床醫師在治療時面臨無藥可用的窘境。這也是為什麼醫界強烈呼籲：「預防，絕對勝於治療。」

※破解疫苗密碼：13 價、15 價、23 價、20 價到底差在哪？

既然要預防，打疫苗是最好的方法。但許多鄉親一到醫療院所，聽到各式各樣的疫苗就頭暈眼花。其實，我們可以用最簡單的「防護罩」概念來理解。

肺炎鏈球菌有超過 100 種以上的血清型（就像是穿著不同顏色外套的變異體），其中有幾十種特別容易導致人類重症，肺炎鏈球菌疫苗名稱前面的「數字」（幾價），代表的就是這支疫苗能涵蓋、防禦幾種最危險的血清型。數字越大，防禦的範圍越廣。

除了「數字」，疫苗的「製作技術」更是關鍵，目前主要分為兩大類：
1. 多醣體疫苗 (PPV)：例如 23 價 (PPV23)
• 特性：涵蓋範圍最廣 (23 種)，就像是撒下一張大網。

肺炎鏈球菌感染 6大高風險族群

• 缺點：因為是用細菌表面的多醣體製成，無法激發人體的「免疫記憶」。也就是說，抗體大約經過 3 到 5 年就會消耗殆盡，且再次補打的效果會遞減。
2. 結合型疫苗 (PCV)：例如 13 價 (PCV13)、15 價 (PCV15)、20 價 (PCV20)
• 特性：運用了先進的基因結合技術，將抗原與蛋白質結合。這不僅能產生抗體，還能喚醒人體的「T 細胞」，產生長久的「免疫記憶」。
• 優勢：就像是訓練了一批精銳部隊，只要打過一次，身體就會牢牢記住這個敵人。保護力不僅更強、維持時間更久，還能有效清除鼻咽部的帶菌狀態，阻斷傳播鏈。

※秘密武器誕生：20 價結合型疫苗 (PCV20)

過去，我們常面臨兩難：選 23 價範圍廣但沒記憶，選 13 價有記憶但範圍較窄。因此過去的政策是建議民眾兩種都要打。現今，為了給長輩最頂級的健康防護，並簡化過去繁瑣的兩劑型接種流程，自民國 115 年 1 月 15 日起，公費「20 價肺炎鏈球菌疫苗」正式開跑。它完美結合了兩者的優點：既保留了「結合型疫苗」產生長久免疫記憶的强大防護力，又將防禦範圍大幅擴展到 20 種高風險血清型。這意味著，長輩們未來只需接種「一劑」，就能獲得廣泛且持久的保護！

隨著高齡化社會的來臨，維持長者的健康已成為公共衛生的首要挑戰。對於許多高齡者來說，「預防重於治療」不再只是口號，而是切身相關的課題，許多人常誤以為疫苗僅針對幼童，卻忽略了成人疫苗的重要性；隨著年齡增長，免疫力逐漸下降，高齡者特別需要額外的保護。接種肺炎鏈球菌疫苗不僅是保護自己的健康，更是一種對家人和社會負責的行動。避免住院與併發症，不僅減輕醫療系統的負擔，更能維持生活品質，延續健康的每一天。

除了接種疫苗，保持良好的個人衛生習慣並養成健康的生活方式都有助於降低感染風險。例如，規律運動、充足睡眠、勤洗手、使用酒精消毒、避免與病患密切接觸等等，都可以有效減少細菌的傳播。此外，佩戴口罩、保持良好的環境通風，特別是在流感和呼吸道疾病高峰期，也有助於降低感染機率。

115年1月15日起，長者肺炎鏈球菌疫苗全新升級，守護健康！

已完整接種肺炎鏈球菌疫苗者，不須再接種。

我們接種了，您呢？

AI生成 - 2026年1月15日

長者肺炎鏈球菌疫苗全新升級，打一劑「20價」即享完整保護

什麼是肺炎鏈球菌？

致病細菌常存在於鼻咽部。可能引起肺炎、敗血症、腦膜炎。

形成原因與感染

飛沫傳播。免疫力降低時，或感冒時。

20PCV 功能與保護力

- 涵蓋 20 種血清型，目前國內涵蓋最廣!!!
- 主流結合型疫苗：可誘發完整免疫反應，並具有免疫記憶效果，保護力更持久
- 符合公費資格長者，請踴躍接種！只需一劑，健康無憂。

AI生成 - 2026年4月2日

馬祖日報 生活情報站

毒品危害防制中心諮詢專線

0800-770-885

春遊馬祖 戰地巡禮

立正、稍息、馬祖好

馬祖徒步慢旅

- 1 月至 4 月 | 老兵榮歸馬祖一日遊
- 2 月至 4 月 | 指定步道拍照換好禮
- 2 月至 4 月 | 短影音比賽活動

三福步道 順天步道 東澳步道 安瀾步道

TAIWAN 交通部觀光局 連江縣交通旅遊局 接受交通部觀光局補助 (區)

全國家庭教育諮詢專線

412-8185

服務項目：

夫妻相處/子女教養/親子溝通/人際關係/自我溝通/性別交往/家庭問題

連江縣家庭教育中心 粉絲專頁

04/27~05/03 天氣概況

連江縣	04/27 星期一	04/28 星期二	04/29 星期三	04/30 星期四	05/01 星期五	05/02 星期六	05/03 星期日
白天	17 - 24°C	18 - 23°C	16 - 20°C	14 - 18°C	17 - 20°C	18 - 21°C	18 - 21°C
晚上	18 - 20°C	18 - 20°C	14 - 16°C	17 - 18°C	17 - 19°C	18 - 19°C	18 - 20°C
體感溫度	17 - 25°C	13 - 24°C	8 - 15°C	8 - 13°C	13 - 18°C	15 - 21°C	15 - 20°C

115年4月連江縣立醫院門診時間表

科別	星期一			星期二			星期三			星期四			星期五			星期六		
	上午	下午	急診	上午	下午	夜診	上午	下午	急診	上午	下午	夜診	上午	下午	急診	上午	急診	
家醫科	陳紹宇	曹玉鈞		王格	陳紹宇		陳君鼎	謝春福		劉增應	張志華		陳君鼎	王格		排班醫師		
外科一診	陳行鑫	劉瑞文		陳行鑫	劉瑞文		陳行鑫	許智凱		許智凱	劉瑞文		許智凱	許智凱		排班醫師		
婦產科				鍾明宗			鍾明宗									鍾明宗		
小兒科		劉雅之					劉雅之								劉雅之			
骨科	陳俊諱			陳俊諱	潘韋綱		陳俊諱	潘韋綱		潘韋綱			潘韋綱			潘韋綱		
復健科		陳志嘉									陳志嘉							
疼痛科				劉瑞軒							劉瑞軒							
皮膚科	馬軍	馬軍			馬軍													
腸胃內科	(併家醫科)			(併家醫科)			(併家醫科)			(併家醫科)			(併家醫科)					
新陳代謝科				(併家醫科)						(併家醫科)								
泌尿科	(併外科)			(併外科)						(併外科)								
眼科	林文智						林文智			林文智								
新疫苗							(併小兒科)											
牙科一診	牙科醫師	牙科醫師		牙科醫師	牙科醫師		牙科醫師	牙科醫師		牙科醫師	牙科醫師		牙科醫師	牙科醫師		牙科醫師	牙科醫師	
牙科二診	支接醫師	支接醫師		支接醫師	支接醫師		支接醫師	支接醫師		支接醫師	支接醫師		支接醫師	支接醫師		支接醫師	支接醫師	
戒煙門診	(併家醫)			(併家醫)			(併家醫)			(併家醫)			(併家醫)					
糖尿病				謝春福						陳紹宇			王格					
超音波	陳君鼎			陳紹宇	陳志嘉		支接醫師	王格		陳君鼎	劉增應		謝春福					
腸胃內視鏡	陳君鼎			劉雅之						陳君鼎			陳紹宇					
體檢門診							陳志嘉			曹玉鈞								
國際旅遊醫學門診							併體檢門診			併體檢門診								
急診一線	支接醫師	支接醫師	值班	支接醫師	支接醫師	值班	支接醫師	支接醫師	值班	支接醫師	支接醫師	值班	支接醫師	支接醫師	值班	支接醫師	支接醫師	
急診病房二線	林文智	劉瑞軒	醫師	曹玉鈞	陳俊諱	醫師	王格	陳行鑫	醫師	劉雅之	陳君鼎	醫師	劉瑞文	陳紹宇	醫師	值班醫師	醫師	

*家醫科門診接受一般內科醫療諮詢及超音波預約。*婦產科門診可實施子宮頸抹片檢查，並接受乳房X光攝影預約。*小兒科門診可實施小兒預防注射及小兒預防保健。
網路掛號：連江縣立醫院首頁 (網址為：http://www.matsuh.gov.tw/)。門診當日當診時間內不接預約掛號(包括電話預約)，僅接受現場掛號。
各項超音波與胃腸鏡等檢查請親至門診預約。
牙科門診預約專線：23995 轉 1218(於上班時間內皆可預約)。
掛號時間：週一至週六上午 8 時至 11 時 30 分。週一至週五下午 13 時 20 分至 17 時。
門診時間：週一至週六上午 8 時 40 分至 12 時。(掛號病患最遲於 11 時 40 分前到診時間)。週一至週五下午 14 時至 17 時 30 分。(掛號病患最遲於 15 時 10 分前到診時間)。
本院自 111 年 1 月起推廣高齡友善照護環境，若您或您的家人符合 85 歲以上敬老對象，請於看診時先向詢問護理人員報到，以便安排優先看診(需本人親自在場)。
本院宗旨：便捷貼心，優質醫療，關懷社區，促進健康。