

# 成人预防注射健康手册

## CARNET DE VACCINATION INDIVIDUEL ADOLESCENT ET ADULTE

初次家醫看診時請攜帶手冊

Pensez à apporter ce carnet quand vous allez vous faire vacciner

您的預防注射還有效嗎？

La vaccination permet de se protéger et de protéger les autres de certaines infections, elle ne concerne pas que les enfants. **Êtes-vous à jour ?**

姓/Nom \_\_\_\_\_

名/Prénom \_\_\_\_\_

出生日期/Date de naissance \_\_\_\_\_

住址/Adresse \_\_\_\_\_

**Pour plus d'informations, contactez ARCAT :**

如果有需要咨询及协助欢迎联系：(免费)

本会地址：94-102, rue de Buzenval - 75020 Paris

汉语直线电话：01 44 93 29 38/06 89 45 23 07 (微信可)

传真：01 44 93 29 30

电子邮箱：asia@arcat-sante.org

网页：www.arcat-sante.org

<b>Vaccin</b>	<b>Date</b>	<b>Numéro du lot</b>	<b>Signature et Cachet du vaccinateur</b>
<b>VHB</b>		1 <sup>ère</sup> Dose	
<b>VHB</b>		2 <sup>ème</sup> Dose	
<b>VHB</b>		3 <sup>ème</sup> Dose	
<b>Diphtérie Tétanos Polio</b>		Rappel à 25 ans	
<b>Diphtérie Tétanos Polio</b>		Rappel à 45 ans	
<b>Diphtérie Tétanos Polio</b>		Rappel à 65 ans	
<b>Diphtérie Tétanos Polio</b>		Rappel à 75 ans	
<b>Coqueluche</b>		Rappel à 25 ans ou à l'âge adulte, une seule dose	
<b>Rougeole Oreillons Rubéole</b>		1 <sup>ère</sup> Dose - Pour les Non-vaccinés depuis 1980	
<b>Rougeole Oreillons Rubéole</b>		2 <sup>ème</sup> Dose - Pour ceux qui n'ont reçu qu'une seule dose auparavant	

## 乙型肝炎

由一种病毒所引起的肝炎(乙型肝炎病毒)。肝炎病毒可分为多种不同形态的病毒而他们传染方式及病程也有所不同。每年约有两百万人因乙型肝炎死亡。病毒型肝炎虽有多种形态，其中只有乙型和丙型肝炎可形成慢性肝炎。

### Qu'est qu'une hépatite B ?

Elle est causée par un virus (VHB). Il existe d'autres hépatites virales causées par des virus différents et dont le mode de transmission et l'évolution sont différents. L'hépatite B cause chaque année dans le monde environ 2 millions de décès. Seules les hépatites B et C peuvent devenir chroniques.

### 传染方式

乙型肝炎病毒可经由血液传播(共享使用过的用具, 毒品注射器或吸食器具, 经皮穿刺饰品, 刺青/纹身, 铸身, 刮胡刀, 牙刷...等), 没有带安全套的性行为及母婴传染。实际上我们有很多机会, 在不知道的情况下已被病毒感染了, 只要我们能自觉得去做个乙型和丙型肝炎的血液检测即可知道是否已被感染。

### Contamination

L'hépatite B se transmet par le sang (partage d'objet souillé: matériel d'injection de drogues, de sniff, de piercing/tatouage, de scarification, rasoir, brosse à dents...), par les relations sexuelles non protégées - sans préservatif - et de la mère à l'enfant. On peut être infecté sans le savoir, d'où l'intérêt du dépistage des hépatites B (et C).

### 病程的发展/进展

对于成年人有90%的自愈率(虽然感染了该病毒通常自己会好), 只有约1%的人会造成可致命的猛爆型肝炎, 即肝脏在很短的时间内完全损毁衰竭造成死亡(需紧急换肝或可挽回生命)。

感染病毒后, 如果肝脏处于发炎状态超过6个月以上, 即慢性肝炎形成。患者可在数年后使肝脏渐渐硬化损坏。肝硬化形成後, 或可最终发展成癌症。对于艾滋病毒挟带者, 则更可加速疾病的恶化发展。

### Évolution

Chez l'adulte, elle guérit spontanément dans 90% des cas. Dans environ 1% des cas, une forme grave (destruction du foie en moins de 2 mois) avec risque de décès survient (urgence vitale : transplantation de foie). Lorsque l'infection persiste plus de 6 mois (hépatite chronique) elle peut entraîner une cirrhose ou un cancer du foie au bout de plusieurs années. La présence du VIH aggrave l'évolution de l'hépatite.

乙型肝炎病毒挟带者应定期由专科医师做追踪检查。不是所有的挟带者都需要服药治疗。而药物治疗乙肝挟带者, 至目前为止, 没有任何药品可以将病毒完全由体内清除, 但是可以维持挟带者肝脏机能运作正常, 健康生活。由病毒挟带者母体所生的新生儿, 必须在初生时给予预防性的治疗。

Toute hépatite B nécessite un suivi médical mais pas toujours un traitement : ce traitement ne permet pas de guérir, mais peut ralentir voire stopper l'évolution et réduire la survenue des complications. L'enfant né d'une mère infectée par l'hépatite B nécessite un traitement préventif à la naissance.

### 乙型肝炎预防针

多年来的经验与研, 预防效果是被肯定的。没有危险。给药方式以肌肉注射为主; 分三剂三次在预定的时间内完成。大部份民众注射后, 终身有效, 正常情况下无需追加, 否则16岁以上成年人, 除以下状况者, 则建议注射乙型肝炎预防针: 疫区国家; 例如, 来自亚洲地区的人或旅行者, 挟带者的家人, 注射毒品的人, 与不熟悉其性生活背景的人发生没带安全套的性行为, 以及某些职种人员尚未免疫者, 则必需注射乙肝疫苗。

请向您的家庭医师咨询, 他将开立处方给您, 并由健康保险局承担费用。您也可以经由免费匿名检测中心 (CDAG) 洽询。

施打预防针剂前, 需经血液检测, 了解您是否感染过该病毒, 以决定是否需注射乙肝疫苗, 或是已经免疫者则无需施打。施打疫苗后正常情况下, 终身不会被感染。

### La vaccination contre l'hépatite B

Le vaccin est très efficace et sans danger pour se protéger de l'hépatite B et de ses graves complications : aucune étude épidémiologique n'a permis de mettre en évidence un lien entre ce vaccin et des effets indésirables graves. La vaccination comprend 3 injections espacées et il n'y a pas besoin de rappel. Elle est fortement recommandée pour tous les nourrissons, et après 16 ans pour les personnes exposées au risque d'infection : originaires d'Asie notamment, voyageurs, famille proche ou partenaire d'une personne ayant une hépatite B, usager de drogue injectable, relations sexuelles non protégées. Pour certaines professions elle est obligatoire.

Vous pouvez en parler avec votre médecin qui vous prescrira un test de dépistage, remboursé par la sécurité sociale.

Vous pouvez aussi vous rendre dans une consultation de dépistage anonyme et gratuit (CDAG/Cegidd).

Des analyses de sang permettent de savoir si vous avez été ou non en contact avec le virus, si vous êtes déjà immunisé, si l'hépatite est active.

人类乳突病毒也可称做宫颈癌病毒

## Virus du Papillome Humain - HPV

人类乳突病毒有许多的分类，属常见传染病，经性行为传播。因此在性生活中随时可能被感染，感染者之众(非常多)，感染部位以外生殖器官与肛门为最常见。病毒多以湿疣或皮肤出现颗粒状为表征；需經專業醫師識別後以確診，避免自己多方爬文，嚇自己。

目前有预防针可以早期预防，同时可做为子宫颈癌的早期预防。施打预防针的对象以年轻女孩尚未有过性经验为主。对于子宫颈癌预防可达70%的预防效果。关于宫颈癌的预防，建议25 -65岁有过性经验的妇女作定期的宫颈抹片检查。

Il existe de très nombreux types de virus du papillome humain (ou papillomavirus). Les infections par ce virus sont très courantes, se transmettent par contact sexuel et surviennent le plus souvent au début de la vie sexuelle. Les infections à papillomavirus sont très fréquentes. Au niveau anal et génital, les HPV peuvent être responsables de l'apparition de verrues ou condylomes.

La vaccination contre le HPV est recommandée en prévention des condylomes et surtout, du cancer du col de l'utérus. Cette vaccination est d'abord indiquée chez les jeunes filles, notamment celles n'ayant pas encore débuté leur vie sexuelle. La vaccination n'est pas efficace pour la prévention de 30 % des cancers du col de l'utérus et doit être associée au dépistage du cancer du col de l'utérus par frottis, réalisé régulièrement chez toutes les femmes de 25 à 65 ans.

人类乳突病毒预防针注射日期安排

Vaccin	Date	Numéro du lot
HPV		1 <sup>ère</sup> Dose
HPV		2 <sup>ème</sup> Dose
HPV		3 <sup>ème</sup> Dose

## 注意事项 **Conseils pratiques**

### 提供预防注射的地桌及专员 **Par qui et Où se faire vacciner ?**

- **家庭医生** par votre médecin (généraliste, médecin du travail), ou une infirmière avec une ordonnance du médecin, les sages femmes pour certains vaccins.
- **免费预防针注射中心** (可向当地市政府卫生单位或药师洽询). 此外部分非健保局定规的预防针剂将有不同的收费标准 Dans un centre de vaccinations public, c'est gratuit (renseignements auprès de votre mairie, de votre pharmacien). Ailleurs, selon le vaccin et la prescription médicale, la sécurité sociale en rembourse tout ou une partie.
- **预防针剂买回家暂时存放时, 请务必放在冰箱内, 但无需冷冻. 请注意避免放在冰箱门上, 因温度较不稳定.** Une fois achetés, les vaccins doivent être conservés dans un réfrigérateur jusqu'à leur utilisation.
- **海外旅游预防注射** Si vous devez voyager, renseignez vous auprès de votre médecin, de l'ambassade, sur les vaccinations obligatoires ou recommandées.
- **黄热病A** La vaccination anti fièvre jaune : ne se fait que dans des centres agréés par le ministère de la santé **可上以下官方网站查寻**

### 更详细的讯息 **Pour en savoir plus**

请参看以下网站 [www.sante.gouv.fr](http://www.sante.gouv.fr) 找 «dossier vaccination» 预防注射篇

## 基本预防注射时间表 **Calendrier général** (source Inpes 2015)

### 青少年与成年人 **Adolescent - Adultes**

<b>11/13 岁</b> <b>11/13 ans</b>	白喉 破伤风灰白质炎 百日咳：追加 Diphthérie, Tétanos, Poliomyélite, Coqueluche : rappel
<b>14 岁</b> <b>14 ans</b>	针对女孩, 特指还没有性经验的. 2剂 HPV pour les filles 2 doses
<b>25岁</b> <b>25 ans</b>	白喉 破伤风灰白质炎 百日咳：每十年追加注射一次 Diphthérie, Tétanos, Poliomyélite, coqueluche : en une fois, rappel tous les 10 ans
<b>65 岁以上</b> <b>65 ans et plus</b>	流感疫苗：所有年龄层 Grippe : tous les ans 白喉 破伤风灰白质炎：每10年追加一次 Diphthérie, Tétanos, Poliomyélite tous les 10 ans

## 追加预防注射时间表 **Calendrier de rattrapage**

### 未曾注射过预防针的人 **Pour les personnes non encore vaccinées**

<b>11/18 ans</b>	<b>两剂</b> Rougeole – Oreillons – Rubéole : Deux doses
<b>11/15 ans</b>	Hépatites B
<b>16 岁以上</b> <b>A partir de 16 ans</b>	针对危险族群 <b>Hépatite B s'il existe facteur de risque</b>
<b>15/19 岁</b> <b>15/19 ans</b>	特别建议没有性经验的年轻女孩. HPV pour les filles et jeunes femmes <b>3剂</b> 3 doses
<b>19/29 岁</b> <b>19/29 ans</b>	<b>一剂</b> Rougeole – Oreillons – Rubéole : Une dose
<b>29 岁以上</b> <b>Plus de 29 ans</b>	特指怀孕妇女未曾注射过该预防针剂者 Rubéole pour les femmes non vaccinées - La vaccination de toutes les femmes en âge de procréer permet de protéger les bébés lors des futures grossesses

本会备有其他资料供民众免费索取

## Autres documents santé en mandarin/français à votre disposition à ARCAT

- 认识艾滋就一点也不可怕 VIH/SIDA, affiches sur le VIH/SIDA
- 48小时紧急事后预防 48h (traitement post exposition)
- 难以启齿的健康问题 Parler de problèmes de santé gênants (IST)
- 各种避孕方法 Les méthodes de contraceptions
- 肺结核 La tuberculose
- 各类型肝炎 Les hépatites
- 简单医疗常用词句 Termes médicaux
- 匿名检测中心 Liste des CDAG
- 子宫颈癌的预防 Prévention du cancer du col de l'utérus

专有名词单字注解：

Hépatite B	乙型肝炎	Diphthérie	白喉
Rougeole	麻疹	Tétanos	破伤风
Oreillons	腮腺炎	Coqueluche	百日咳
Rubéole	德国麻疹	Poliomyélite	急性灰白质炎/小儿麻痹
BCG	卡介苗	Grippe	感冒
HPV	人类乳突病毒	Rappel	追加剂