

新时尚校园板报即时出系列

适用于：墙报/黑板报/报刊/海报

板报即时出



健康公益日

宣传栏

图文结合 内容丰富 版式灵活
实用性强 知识面广

南海出版公司



新时尚板报
江苏工业学院图书馆
即时藏书章



编绘：赖振辉 冯莺

健康公益日

宣传栏

适用于：海报 报刊
墙报 黑板报

南海出版公司

2006 · 海口

图书在版编目 (C I P) 数据

健康公益日 / 赖振辉, 冯莺编. —海口: 南海出版公司, 2006.10

(新时尚校园板报即时出系列) 、

ISBN 7-5442-3435-5

I. 健... II. ①赖... ②冯... III. 黑板报—图案—中国—图集 IV. J522

中国版本图书馆CIP数据核字 (2006) 第049136号

XINSHISHANG XIAOYUAN BANBAO JISHICHU XILIE

新 时 尚 校 园 板 报 即 时 出 系 列

——健康公益日

编 绘	赖振辉 冯 莺
责任编辑	吴 丹
封面设计	吴 丹
出版发行	南海出版公司 电话 (0898) 66568511
社 址	海口市海秀中路51号星华大厦五楼 邮编 570206
电子信箱	nhcbgs@0898.net
经 销	新华书店
制 版	海口市宏胜电脑制版输出中心
印 刷	成都地图出版社印刷厂
开 本	889 × 1194毫米 1/32
印 张	3
版 次	2006年10月第1版 2006年10月第1次印刷
书 号	ISBN 7-5442-3435-5
定 价	13.00元

南海版图书 版权所有 盗版必究

麻风病的最重要的特征之一是麻风杆菌侵犯身体周围神经，导致周围神经的功能损害，往往表现为肢体畸形。畸形主要有两种类型，即原发性和继发性。原发性畸形是由麻风杆菌感染直接导致组织反应而引起，如手、足及角膜保护性感觉丧失，脱眉和睫毛脱落，爪形指，垂腕等。继发性畸形是由身体麻木部位的损伤而引起的，如手足皴、伤口溃疡、手指脚趾缺失、角膜溃疡和足骨破坏等。

每年1月
最后一个星期日

国际麻风节

麻风病人不再
需隔离治疗

随着医疗水平的不断提高，目前对麻风病人的治疗采用联合疗法，只需三天就可使病人失去传染性。因此，现在对该病采用就地治疗，病人可以在家里和正常人一起生活，不需要到专门的医院诊治。

麻风杆菌的传染性不是很大，只有长期密切地和多菌性麻风病人生活在一起，在皮肤黏膜有破损和自身免疫力较低的情况下，才有可能传染上麻风病。

如何诊断麻风病？

麻风病的诊断主要根据病史、临床症状、细菌检查和组织病理等检查结果综合分析得出结论。对个别一时难以确诊的病例，可以定期复诊和随访或请有关专家会诊，给予排除或确诊。

什么是麻风病？

麻风病是由麻风杆菌入侵人体造成的，其主要症状表现为皮肤出现痒样皮疹、红斑、白斑或突出的一颗一颗的结节。和一般的皮肤病不同，感觉上不痛不痒，但一段时间后，病灶部位会出现麻木、干燥、不出汗的症状；如果生在长毛发的部位，其毛发还会脱落。同时，由于麻风杆菌喜欢在人体皮肤和周围神经中生存，对周围神经会造成破坏，易导致人体畸残。

麻风是可以防治的疾病

MAFENGJIE

2

麻风是一种慢性传染病，在人类历史上已流传三千多年。半个世纪以前，由于长期没有有效的预防和治疗措施，导致众多患者面部和眼的畸残。人们对麻风病广泛存在着恐惧、歧视和排斥心理，导致患者被驱逐、隔离。新中国成立后，我国政府十分重视麻风病的防治工作。如今我国麻风病的流行程度和范围均大大减少，取得了举世瞩目的成绩。



麻风病——不容忽视

麻风病

是由麻风杆菌引起的疾病，主要侵犯皮肤和周围神经。麻风杆菌于一八七三年由挪威学者汉森所发现，抗酸染色为阳性。

它的生存适应能力较低，离开人体后在自然环境中只能存活几天；在摄氏六十度的温度下，一小时后

即丧失生存能力；在夏季日光下直射两三个小时，就可完全丧失生存能力。与传染病源长期密切接触的人，可能会增加传染的机会。而免疫力低下、营养不良、过度疲劳、卫生状况差、住房拥挤、居住环境潮湿、皮肤有破损等多种因素，均是导致其发病的危险因素。

发现麻风病后，病人应及早接受多种药物联合治疗。服用联合化疗药物后一周内可杀灭患者体内几乎所有的细菌，使其失去传染性。患者可以在家服药，边治疗边工作，无需隔离。采用世界卫生组织推荐的联合化疗方案，少菌型病人经半年的氨苯砜和利福平两种药物治疗，即可治愈。

病人应遵照医嘱，按时服药治疗。在治疗期间，注意合理的饮食、有规律的作息，并注意个人卫生，避免过度疲劳、着凉和酗酒等。



爱耳日的由来

由于药物、遗传、感染、疾病、环境噪音污染、意外事故等原因，每年约新生3万聋人。听力的障碍严重影响着这一群体的生活、学习和社会交往。目前，我国有聋人2057万。卫生部等十部门落实政协提案，确立每年3月3日为全国爱耳日。

据了解，1998年3月，在政协第九届全国委员会第一次会议上，政协委员针对我国耳聋发生率高、数量多、危害大，预防工作薄弱这一现实，提出了《关于建议确立爱耳日宣传活动》的提案。卫生部、教育部、民政部、国家计划生育委员会、国家广播电影电视总局、国家质量技术监督局、国家药品监督管理局、全国妇联、中国老龄协会、中国残联等十个部门对该提案给予高度重视，一致同意确定全国爱耳日。

首次全国爱耳日的主题是：
预防耳毒性药物致聋。



人的耳朵是由外耳、中耳和内耳三部分组成的。

正常人的耳朵大约可分辨出40万种不同的声音。当声音发出时，周围的空气分子就连串的振动，这些振动就从声源向外传播。当声音后，通过耳廓的集音作用入外耳道，

我们的耳朵

会发生一是声波，到达外耳把声音传并将到达

的信息加以加工、整合就产生了听觉。

听觉是人类社会生活的必要的交流渠道，能使我们感知环境而产生安全感和参与感。听觉对健康而言是很重要的。因此，请您善待您的耳朵。

耳鸣不可忽视

耳鸣，是一种常见的临床症状，原因有多种，但对于某些肿瘤来说，耳鸣却是一个不可忽视的早期症状，也是导致病人求医的主要原因之一。

耳鸣是病人耳内有响声的自觉感觉，各人的表现差异较大，如蝉鸣、虫叫、钟表响、风声、机器轰鸣等，轻重不一，这些症状常使病人心烦意乱，以致影响生活。

爱耳日

☆ 2001年3月3日是我国第二个爱耳日，当年的主题是：
减少耳聋发生，实施早期干预。

☆ 2002年3月3日是我国第三个爱耳日，当年的主题是：听力助残
——救助贫困聋儿。

☆ 2003年3月3日是我国第四个爱耳日，主题是：提高人口素质，减少出生听力缺陷。

可导致耳聋的疾病

4 可导致耳聋的外耳疾病有耳垢栓塞、外耳道闭锁、外耳道炎症肿瘤导致的外耳道狭窄等。可导致耳聋的内耳疾病有各种急、慢性中耳炎、中耳肿瘤、鼓膜外伤、听骨骨折或脱位、耳硬化等。

可导致耳聋的内耳、听神经及神经系统疾病包括各种急、慢性传染性疾病的耳并发症，像流行性脊髓膜炎、流行性乙型脑炎、麻疹、猩红热、风疹等，除了可导致氧性中耳炎而使听力减退外，还会侵犯内耳及其传入径路，造成感音神经性耳聋。

QUANGUOAIERRI



3月3日

全国爱耳日

预防耳聋需注意：加强体质锻炼，积极预防疾病；尽量避免使用耳毒性药物，主要是链霉素、新霉素、卡那霉素、庆大霉素以及奎宁、氨基类药物；尽量避免接触重金属及其制品，如砷、铅；尽量避免噪声接触；一旦患病，特别是耳科疾

如何预防耳聋？

病(如中耳炎)、感染性疾病(如脑膜炎、麻疹、腮腺炎)、代谢性疾病(如糖尿病)、心血管疾病，一定要积极治疗。

此外，为预防下一代耳聋，应避免近亲婚育，注意围产期的保健，妊娠期要避免疾病，避免使用耳毒性药物。

含铁食物 助听力

缺铁易使红细胞变硬，运输氧的能力降低。耳部养分供给不足，可使听觉细胞功能受损，导致听力下降。补铁，则能有效预防和延缓老年人耳鸣、耳聋的发生。每100克常用食品中含铁量各有不同，其中紫菜含46.8毫克、虾皮16.5毫克、海蜇皮17.6毫克、黑芝麻26.3毫克、黄花菜12.6毫克、黑木耳11.9毫克、苋菜10.5毫克、豆制品4—6毫克。



3月3日

爱耳日

您的听力正常吗？

如果您的听力出现以下症状，专家建议您及时请医生或听力专家对您的听力进行检测。

丧失高频音(比如妇女和儿童的声音、鸟鸣声)；在音乐厅、剧院等公共场所，声源距听者较远，听起来常感到困难；听电视或电话有困难；在一群人中与人交谈很困难，常因误解了别人所说的话而感到窘迫。

听力损失属于机体健康问题，通常有一个缓慢的过程，常常表现为许多患者自己尚未明显觉察，而是周围的人先发现问题的存在。



健康听力 幸福生活

随着老龄化社会的到来，老年人的听力健康日益引起全社会的关注。老年性听力损失与耳病已成为影响老年人晚年生活质量的重要因素，有关统计资料显示，我国六十岁以上的老年人有一点三四亿，其中百分之三十以上的老年人深受听力损失与耳病的困扰。因此，开展保护老年人听力健康的宣传教育活动，不仅可以帮助老年人掌握有关听力损失与耳病预防、发现、康复和治疗的知识和切实提高生活质量，而且能够唤起全社会理解和关注老年人听力健康。



校园意外 伤害事故

据了解,我国每年约有1.6万名中小学生非正常死亡。2000年,中小学生因安全事故、食物中毒、溺水、自杀等死亡的,平均每天有40多人,就是说每天有一个班的学生在“消失”。安全事故已经成为14岁以下少年儿童的第一死因。



三月最后一个星期一



中小學生安全教育日

涉及青少年生活和学习方面的校园安全隐患有20多种:食物中毒、体育运动损伤、网络交友安全、交通事故、火灾火险、溺水、毒品危害、性侵犯、艾滋病等。

有专家指出,通过安全教育,提高中小学生的自我保护能力,80%的意外伤害将可以避免。

让花朵不再凋零

小明是某省重点中学的优秀学生,在一次放学回家的路上,被迎面而来的大卡车带出十余米,一个十几岁的孩子就这样离开了人间。近年来,中小学校发生像小明这类的交通事故不断增加,交通事故已成为中小学生的一大杀手。而由交通事故、食物中毒、危房倒塌、溺水、网络犯罪等意外伤害造成的校园和青少年学生的惨剧实在太多了。

交际与沟通

一般情况下不要与网友见面,也不要通电话。如果网友要求与你通电话、见面,一定要征得父母或老师的同意。与网友最初见面时,最好有父母或老师在场。中小學生真诚待人应当鼓励,但也要学会隐藏自己,保护自己,这两者之间并不矛盾。在公众留言簿、论坛、聊天室中参与网上交流,要像对待大街上的陌生人那样对待网上认识的人,同时要建立与父母经常性的沟通。



偿还“

睡眠债务”

科学家们发现，每个人需要睡眠的时间长短依赖于多种因素，包括年龄。对大部分成年人来说，每晚7至8个小时是最佳的睡眠时间。

睡眠太少就会造成“睡眠债务”，就跟在银行里透支一样，最终，你的身体将要求你必须偿还这个债务。我们似乎不能适应睡眠时间比需要的时间要少，即使我们可能习惯了用减少睡眠来完成日常工作的安排，但我们的判断力、反应能力以及其他官能仍会被削弱。



世界睡眠日

3月21日



睡眠与健康

睡眠和健康关系密切，睡眠不好，身体机能就会发生紊乱。几乎所有精神失调的人都有睡眠方面的问题，比如心情沮丧的人经常在凌晨时醒来，而且无法再入睡。缺乏睡眠还会引发癫痫症发作。健康的人如果极度缺乏睡眠，可能会导致进入精神疾病的偏执狂和幻觉阶段，而中断睡眠则会引发狂躁抑郁症患者的癫狂(兴奋和极度活跃)。

健康需要好睡眠

人一生中有三分之一的时间是在睡眠中度过，睡眠作为生命所必需的过程，是机体复原、整合和巩固记忆的重要环节，是健康不可缺少的组成部分。

据世界卫生组织调查，全世界有30%左右的人有睡眠问题。

国际精神卫生组织于2001年将每年的3月21日，定为“世界睡眠日”，以引起人们对睡眠问题的关注。

现代社会生活节奏快，压力大，以及夜生活等习惯，都会影响都市人群的睡眠质量。你的睡眠质量如何?每天能睡几小时?让我们一起来探讨，共同“打造”有质量的睡眠。



秋天，地气清肃，自然界的阳气由发散趋向收敛。古代养生学家认为，此时睡眠宜早卧早起，与鸡俱兴。顺应阳气的生长，使肺气得以舒张；

秋天的健康睡眠法

不宜终日闭

户或夜间蒙头睡觉，养成开窗而居、露头而睡的习惯；要经常开窗通气，使室内空气流通，以利于减少呼吸道感染、头晕、疲倦等。此外，要保证睡眠充足，神志清醒，以应顺收敛之气。

据中国最近的一份调查研究报告显示：中国40%的人群睡眠欠佳，50%以上的中学生睡眠严重不足，30%以上的学生每周至少一次上课打瞌睡。

不说不知道

世界睡眠日

3月21日

什么是睡眠？

睡眠是一种主动过程，并有专门的中枢管理睡眠与觉醒，睡时人脑只是换了一个工作方式，使能量得到贮存，有利于精神和体力的恢复；而适当的睡眠是最好的休息，既是维护健康和体力的基础，也是取得高度生产能力的保证。

你知道吗，即使是在睡眠中，我们的身体仍在静静地活动着。怎样让自己的体质变得更容易在睡眠中燃烧能量呢？

懒人减肥秘诀

睡前三小时前结束晚饭，多做燃脂按摩、减肥操、瘦身沐浴。

睡眠中燃烧的能量一般是400卡路里。

人即使是躺着，心脏一样在跳动，血液照常在循环，呼吸并未停止，体温维持正常，内脏也在持续运动着。

人体睡觉时所需的基础代谢能量，如果没有食物来供给，就靠储存在肌肉内的肝糖以及燃烧脂肪来补充。

睡眠中会分泌成长荷尔蒙和与代谢有关的荷尔蒙。晚上睡觉时，前半段睡眠分泌的是成长荷尔蒙，以及和肌肤、头发、伤口修复等蛋白质再生有关的荷尔蒙。现在你就可以明白睡眠为何如此重要了。

在睡眠中燃烧脂肪

你每天需要 多少睡眠？

为更多地了解你需要多少睡眠，坚持1—2周的简单睡眠记录会对你很有帮助。每晚上床前，简略记下时间和你当时的感觉(是否想睡觉)。清晨起来时，估算你前一天晚上真正睡着的时间，尤其要记录彻夜未眠或夜里有一段时醒着的情况。同时记录下在一天不同时间段里你或清醒或是昏昏欲睡的感觉。重点记录你的机体处于不很活跃(兴奋)的状态时的感受。这样，通过回顾你的记录，就会知道你是否缺乏睡眠。

世界睡眠日 3月21日



健康的睡眠

好的一天始于好的睡眠。没有什么比你以最佳的精神状态投入新的一天的工作更令人惬意的了。遗憾的是，我们并不是每晚都睡得安稳香甜，在正常的睡眠日，每三人中就有一人难以入眠或失眠。

希望你拥有一个健康的身体，一个良好的心情，能在夜晚酣然入睡，在白天充满热情去工作。

你睡得还好吗？
3月21日是世界睡眠日。世界睡眠日是由国际精神卫生和神经科学基金会于2001年发起的一项全球性活动，其重点是引起人们对睡眠重要性和睡眠质量关注。中国睡眠研究会自2003年将其正式引入中国。

肺结核的早期信号

得了肺结核，除了肺部受到直接损害外，病人常感到疲乏无力、食欲减退、消化不良、消瘦、夜间盗汗、午后发热、两颊潮红等。主要表现为轻度咳嗽吐痰或痰中带血。结核性胸膜炎的病人可出现胸闷、胸痛气短。有的病人可表现为高热、常被按感冒治疗而延误就诊。

一旦发现上述症状，应及时到医院就医，做必要的检查。

如胸部透视、拍片、痰涂片查结核菌、结核菌素试验（Ot试验）、查

血沉，以便早

确诊。



世界防治结核病日

3月24日

认识结核病

世界卫生组织的专家将结核病疫情比喻为漂浮在“大海”中的一座“冰山”，我们所能发现的部分，仅仅为“冰山”的顶部，疫情的大部分隐藏在水下，随着顶部的融化，下部才不断浮出水面。这个比喻道出了结核病防治工作的长期性和艰巨性。

结核病是一种经空气传播的慢性传染病，一例传染源每年可以通过空气传染10—15名健康人。结核病流行历史漫长，疫情机制复杂，而且在不断更新。人类至今未能控制结核病，结核菌仍在大气中游荡，污染空气，伤害个人，危害社会。

结核病早防是关键

3月24日是“世界防治结核病日”，我国是世界卫生组织列出的全球22个结核病高负担国家之一，目前，我国的结核病形势依然不容乐观。

早发现、早治疗，对于结核病而言至关重要。与结核病患者密切接触者，长期使用皮质激素、免疫抑制剂等药物治疗者，过度劳累、营养不良的糖尿病患者等，均应定期体检，尤其出现低热、乏力、盗汗等结核中毒症状时，更应及时到专科医院就诊。

结核菌感染情况

据调查，我国三分之一的人口曾受到结核菌的感染，受结核菌感染人群中，有百分之十的人发生结核病。如果不采取有效控制措施，在未来十年内可能有三千万人发生结核病。

西部十二个省、市、自治区的疫情十分严重，西部地区人口数量占全国的四分之一，而传染性肺结核病人人数却占全国的三分之一。



什么是结核病? 3月24日

结核病是由结核杆菌感染引起的慢性传染病。结核菌可侵入人体各种器官,侵入肺部的,称为肺结核病。

结核病俗称为痨病,是一种古老的传染病。在历史上,它曾在全世界广泛流行,是危害人类健康的主要杀手之一。1882年,科霍发现了结核病的原菌为结核杆菌,但由于没有找到有效的治疗药物,结核病仍然在全球广泛流行。自上世纪50年代以来,不断发现有效的抗结核药物,使结核病的流行得到了一定的控制。



世界防治 结核病日

随地吐痰是种坏习惯

痰,是呼吸道的分泌物。呼吸道分泌少量的黏液是正常的,它可以对人起一定的保护作用。当人吸入比较冷和干燥的空气时,呼吸道可以使进入肺部的空气湿润和升温,也可以使空气中的尘埃及细菌颗粒吸附在湿润的支气管壁上,经支气管推向上呼吸道,通过咳

嗽排出体外,起到了保护肺脏的作用。

我们必须把痰吐在痰盂内,或者吐在卫生纸内丢入垃圾箱,让我们生活的环境更洁净些,更清新些。我们人人都要做到:不要随地吐痰!不准随地吐痰!把随地吐痰的恶习彻底铲除。

结核菌的传播途径

核菌的痰液,通过咳嗽、打喷嚏、大声说话等方式经鼻腔和口腔喷出体外。如果空气不流通,含菌的痰液被健康人吸入肺泡,就可能引起感染。由此看来,传染性的和病人接触的程度及自身抵抗力有关。咳嗽传染是最主要的传播方式。

结核菌随着被破坏的肺组织和痰液,通过上呼吸道排出体外。含有大量结





3月24日

防治结核病日

我国疫情现状

中国是全球22个结核病高负担国家之一，结核病人数量位于世界第二位。我国卫生部经过四次全国结核病流行病学抽样调查，分析得出我国结核病疫情还相当严重，部分地区有蔓延趋势的结论。

据调查全国已有三分之一的人口感染了结核菌，受感染人数超过4亿。受结核菌感染人群中有10%的人发生结核病，如果不采取有效控制措施，在未来10年内可能有3000万人发生结核病。

由于结核病的生物学特性和社会因素——人口流动性增加，耐药性结核病人增多，结核菌与艾滋病的双重感染等因素影响，再加上近二十年来各国对结核病的忽视和人口数量的倍增，使得这一古老的传染病又成为严重的公共卫生问题。据调查显示，全球三分之一的人口（约十七亿）已感染了结核菌，如不采取措施，近十年内还将有三亿人受结核菌感染。

全球疫情现状

12

卡介苗接种的对象和目的



卡介苗接种主要对象是新生婴幼儿，接种后可预防发生儿童结核病，接种卡介苗对儿童的健康成长很有好处。卡介苗接种被称为「出生第一针」，所以在产院、产科新生婴儿一出生就应该接种。如果出生时没能及时接种，在一岁以内一定要到当地卫生防疫站计划免疫门诊去补种。

什么叫“卡介苗”？

卡介苗是一种用来预防儿童结核病的接种疫苗。接种后可使儿童产生对结核病的特殊抵抗力。由于这一疫苗是由法国学者卡迈尔与介兰发明的，为了纪念发明者，将这一预防结核病的疫苗定名为“卡介苗”。



腹泻时能吃大蒜吗？

大蒜，辛温爽口，它可解毒消痛，为此很多人认为腹泻时多吃些大蒜可止泻杀菌。事实上，腹泻有多种原因引起，如果因受凉或误食不洁食物引起，此时的肠壁血管通透性变异，肠内局部黏膜组织炎性浸润，大量的体液渗入肠腔，使整个肠腔处于“过饱和”的紧张应急状态，如果再进食大蒜，这“辣滋滋”的大蒜素刺激肠壁，促使血管壁进一步充血、水肿，使更多组织液涌入肠内，加剧了腹泻，这样反而使病情加重，延迟康复。因此，腹泻时不宜用吃大蒜来止泻。

世界卫生日

4月7日

牙膏
不宜储存过久

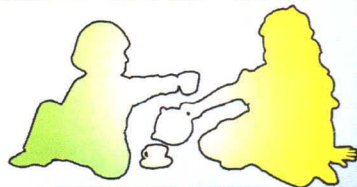
SHIJIE WEISHENG RI



存过久。

牙膏买来就用，不要储存过久，有害无益。牙膏一般由发泡剂、摩擦剂、黏合剂、保温防冻剂等物质组成。其中碳酸钙、氢氧化铝、磷酸氢钙、甜味剂和一些防腐抗菌药物在经过一定时间后会起化学反应，势必降低牙膏的去污、保洁、净化作用。体质敏感或体弱者使用过期牙膏后，很可能产生过敏反应。另外，牙膏的铅质外壳在经历较长时间后，会有较多的铅离子进入牙膏内部，诱发铅中毒，危及健康。儿童发生中毒的症状是智力发育停滞、头昏、乏力、记忆衰退等。因此，牙膏宜买来就用，不要储存过久，有害无益。

为什么献血后要少饮茶？



人在献血后，体内制造血细胞的“工厂”骨髓组织会加速制造血细胞，而制造过程中需要的原料主要是铁及蛋白质。如果缺乏这两样原材料，骨髓将“难为无米之炊”。

因此献血之后应多吃些富含蛋白质及铁的食物。献血后的一段时间里应少饮茶，尤其餐后更不能立即饮浓茶。因为茶叶中含有较多的鞣酸，这种物质可以与蛋白质结合，生成不易被人体吸收的物质，从而使献血者的血细胞恢复减缓。

SHIJIE WEI SHENG RI

实施免疫规划，保护儿童健康

我国目前施行的计划免疫主要是对一周岁儿童进行卡介苗、脊灰糖丸、百白破混后制剂、麻疹疫苗和乙型肝炎疫苗的基础免疫及以后的加强免疫。按照规定儿童的免疫程序是：孩子在一周岁以内必须依次打八次防疫针，口服三次糖丸疫苗；在一岁半至二周岁、四岁、七岁时仍需加强免疫，要打五次防疫针，服二次糖丸疫苗。



全国预防接种 宣传日 4月25日

只有孩子才需要打疫苗吗？

否。在发达国家，公众主动接种疫苗预防疾病已非常普遍，而在我国，人们更多地将疫苗与孩子联系在一起，认为只有孩子才需要接种疫苗。其实，不管是对孩子还是成人，接种疫苗都是事半功倍的举措。

目前儿童接种的疫苗可分为计划免疫疫苗、计划免疫管理疫苗、各省纳入计划免疫管理的疫苗和推荐扩大使用的疫苗四种。

计划免疫疫苗是由政府出资购买的疫苗。目前计划免疫疫苗一般包括卡介苗；口服脊髓灰质炎减毒活疫苗；全细胞吸附白百咳、白喉、破伤风联合疫苗；吸附白喉、破伤风联合疫苗；麻疹疫苗；新生儿用乙型肝炎疫苗；流行性乙型肝炎疫苗；A群流行性脑脊髓膜炎疫苗等。计划免疫管理疫苗暂无。各省纳入计划免疫管理的疫苗由各省制定，包括有价和无价的。其他疫苗均为推荐使用疫苗。

疫苗的种类有哪些？

