

疫苗效果變差？

BMI 超過30要注意！

$$\text{身體質量指數} = \frac{\text{體重 kg}}{\text{身高 m}^2}$$

	18.5-23.9	24-30	> 30
--	-----------	-------	------

抗體數
疫苗效果

正常

遞減

慢性發炎
免疫反應弱

-50%

免疫T細胞
受影響

重症、致死率較高！

若已排到疫苗或符合資格，
不論廠牌建議立即施打哦~

【疫苗效果會變差嗎？BMI超過30要小心 疫苗Q&A】

研究發現接種疫苗產生的抗體數量卻變少了？

留言身高、體重，小編幫你算 BMI（身體質量指數）

- 一、肥胖者罹患covid-19的重症率、死亡率本就偏高，若施打疫苗效果也可能不如預期
- 二、尤其是BMI > 27開始體內因為免疫減弱、慢性發炎等因素，導致疫苗注射後的抗體產量遞減，研究顯示BMI > 30的族群抗體只剩一半！

打疫苗之前、之後，飲食怎麼調整？見留言區一樓文章

若符合資格排到疫苗，建議不論廠牌都先施打喔！

AZ 莫德納 高端 都可以達到保護效果！以下 Q & A 幫大家列出來

■ 4 種人打疫苗要注意：

1. 對於 疫苗成分 有嚴重過敏反應史者不予接種。
2. 發燒者應該暫緩接種。
3. 患有急性中重度疾病者，宜待病情穩定後再接種。
4. 目前缺乏孕婦接種新冠疫苗之臨床試驗及安全性資料，孕婦若為COVID-19之高職業暴露風險者或具慢性疾病而易導致重症者，可與醫師討論接種疫苗之效益與風險後，評估是否接種。

■ 接種前可先向醫師說明過去疫苗接種過敏情況，交由醫師評估後再決定，若本身有中重度疾病或慢性疾病，建議接種疫苗前一律先向醫師清楚告知自身狀況

■ 常見 副作用：

接種部位疼痛、紅腫，可適度冰敷，勿揉抓接種部位；疼痛、全身無力、肌肉痛、頭痛、腹瀉、注射部位腫脹硬結、噁心嘔吐、發燒等，症狀通常呈現輕度或中等強度，大部分於接種後7天緩解或消失。

接種後應於接種單位或附近留觀至少15分鐘，離開後自我密切觀察15分鐘，

先前曾因接種疫苗或任何注射治療後發生急性過敏反應之民眾，

接種後請於接種單位或附近留觀至少30分鐘。

義大減重LINE@

義大減重FB臉書粉絲專頁

義大減重官方網站

