

# 肿瘤患者“阳康”后，何时可以重启化疗？



“阳”过了，如何更好康复成了摆在每个人面前的必答题，对血透患者、肿瘤患者、老年人群等特殊群体来说，因为身体本身的基础疾病，康复更加不能“躺平”交给时间。今起，扬子晚报扬子名医团推出“新冠康复手册”，针对特殊人群，请大咖专家来划康复重点。

通讯员 胥林花 扬子晚报/紫牛新闻记者 杨彦



这个冬天，身边的亲人朋友陆续感染了新冠病毒。对于很多没有接种过新冠疫苗的肿瘤患者来说，心里更加纠结了。肿瘤患者免疫力低于普通人，能不能接种新冠疫苗？如果“阳”了，原计划进行的化疗能够推迟吗？中断的治疗什么时候才能重启？我们邀请到江苏省肿瘤医院（南京医科大学附属肿瘤医院）副院长、肿瘤内科主任医师周国仁为您带来解读。

## 肿瘤患者能不能接种新冠疫苗？

接种新冠疫苗怕产生严重的反应；不接种又担心感染后变成重症病人。这是所有肿瘤患者的烦恼。

肿瘤患者主要集中在60岁以上人群，合并基础疾病多，自身免疫力低，属于易感人群。手术、放疗、化疗对机体免疫力的损伤需要一段时间来修复。比如化疗的骨髓抑制作用会降低白细胞和血红蛋白；消化道肿瘤的手术、化疗容易造成营养不良、贫血等；都会导致机体免疫力的降低，故感染后转重症的风险可能要略高于普通人群。

接种新冠疫苗可以降低感染率和重症率，它的安全性已经得到验证。近期，中国抗癌协会发布专

家共识，建议肿瘤患者在病情许可的情况下接种新冠疫苗。接种前，要咨询经治的医生，医生会结合肿瘤患者的身体状况、免疫功能、治疗用药情况，综合作出评估。肿瘤患者及家属也要注意接种时间，避开治疗期、选择身体状况比较好的时候，按照推荐的剂量方法，足量足疗程接种疫苗。

## 肺癌患者咳嗽明显，会不会变成“白肺”？

目前奥密克戎病毒毒株感染传染力强，但致病力减弱，主要侵犯上呼吸道，对肺的损伤明显降低。大多数感染者包括肺癌病人，都不会出现“白肺”的。

肺癌患者感染新冠后出现咳嗽，可以使用止咳祛痰药物，注意不要多种同类药物重复使用。有些人咳嗽后，用多种止咳糖浆和药物，这是不可取的。是药三分毒，所有的药物都要经过肝脏代谢。要根据咳嗽特点，选择不同的药物，同一类药物只选择一种，而不能同时多种药物混用。

感染新冠后咳嗽通常要1-2周才能康复。如果患者咳嗽持续明显加剧，高烧不退，或者出现呼吸困难等症时，要到医院就诊，

通过胸部CT来排除“白肺”。

## 推迟的治疗何时可以重启呢？

肿瘤患者能否推迟化疗，医生一般会综合考虑三个因素：患者的身体状况和感染程度、肿瘤治疗的迫切性、肿瘤治疗方案的强度来进行判断。比如原发或继发的颅内恶性肿瘤，出现脑水肿、颅内高压等症状，不及时进行抗肿瘤治疗随时会危及生命的，此时，应继续进行化疗。

而大多数肿瘤病人可以适当推迟化疗时间。新冠感染后病程一般1-2周。肿瘤化疗通常3-4周做1次，偶尔推迟1-2周一般不会影响疗效。对于靶向治疗和内分泌治疗的病人，如果平常治疗中没有副作用，感染新冠后没有出现持续高热或者其他让机体难以忍受的症状，是可以考虑继续服药的。

中国抗癌协会《新型冠状病毒肺炎疫情期间实体肿瘤患者的防护和诊治管理相关问题中国专家共识（2022版）》推荐，新冠病毒感染的肿瘤患者在相关症状完全缓解、且连续2次核酸检测阴性（间隔时间大于24小时），可以考虑重启抗肿瘤治疗，医生会根据患者治疗指征、目的及耐受性作出判断。



## 新冠康复后，为何还感觉累？

最近，很多阳性感染者在陆续转阴，但很多人往往会感觉容易疲劳，稍微做一些事情就会觉得很累，精神也难以集中，#转阴后总觉得累是怎么回事#等相关话题也冲上微博热搜。为此，扬子晚报/紫牛新闻记者采访了泰康仙林鼓楼医院呼吸科主任张新，他表示，“阳康”之后，身体还处于脆弱期，特别是因为新冠病毒而脏器受损的患者，身体康复还需要更多时间。

不少人吃了几天的药，感染新冠病毒的症状就基本消失了，在经过核酸或者抗原检测后显示为阴性，以为自己已经康复，其实并非如此，在刚转阴的这段时间恰恰是身体相对脆弱的时候。张新主任告诉记者，单纯的上呼吸道感染，在没有其他心肺受损的情况下，经过2-3周的休息后可逐渐恢复正常工作和生活，但如果患有肺炎、心肌损伤等的患者，康复则需要更长时间，还要定期复查和随访，注意休息、加强营养，因为脏器的损伤在短期内无法恢复。

2022年11月，世界卫生组织（WHO）对发表于2020年的《新冠肺炎个人康复指南》进行了更新。其中也提到，疲劳是新冠恢复期患者最常报告的导致虚弱的症状，通常被描述为一种全面的身体和精神疲倦感。张新主任解释，体力的不足与精神压力可以导致精神疲倦，极少数严重精神症状，不排除由新冠病毒造成的神经损伤所致。此外，因为新冠感染后身体恢复的时间较长，长期住院或居家养病可导致肌肉力量和耐力的明显下降，会出现“废用性萎缩”，可能做一些小动作都需要费很大力气。锻炼可以帮助恢复力量和耐力，但需要在安全的前提下进行。

如果稍微活动后就感到疲劳及其他症状加重，这在科学术语中被称为“劳累后不适”，通常发生于体力或脑力消耗后的数小时或数天内。如出现上述情况，就应当避免导致不适的那些活动，保存体能。张新主任提醒，因为新冠病毒会攻击心肌细胞，剧烈运动可能存在一定风险，建议在感觉良好的情况下，逐渐增加活动量和训练量。“可以先进行八段锦、太极拳等相对温和的运动，循序渐进。跑步、游泳等对心肺功能要求较高的运动在康复后的一段时间内不要尝试。”扬子晚报/紫牛新闻记者 许倩倩

## 新冠康复手册之血透患者篇： 管好水分防感染，安然度过特殊时期

规律的血液透析是肾衰患者赖以生存的基石，在新冠感染高峰期，血透患者该怎么做才能更好地度过这一艰难时刻？江苏省人民医院（南京医科大学第一附属医院）肾内科主任毛慧娟教授支招。

毛慧娟教授提醒，新冠感染会打乱血透患者本来透析的节奏，因为疫情影响，还会发生各种突发事件，因此血透患者要更加严格地做好自我管理。体温过高时可以遵医嘱进行必要退热处理，但普通人群大量饮水就不适用于血透患者了。血透患者发热可以适量饮水但要控制好体重增长，两次透析间期体重增长要控制在干体重的4%以内为宜；同时避免进食火腿肠、方便面、坚果、水果、果脯、咸菜等高盐、高钾、高磷的食物。

不少患者因为担心疫情影响透析治疗，容易出现紧张焦虑等情绪，这可能会影响睡眠，甚至导致血压波动、增加心衰风险。这一点

其实患者无需担心，我们各个透析中心都会按照疫情防控要求及患者的病情安排透析治疗，所以各位患者只需调整好心态，放松心情，服从医院统一安排即可。

随着感染患者不断增多，另外感染存在潜伏期，所以也建议患者透析中尽量全程佩戴口罩。部分患者感染后进食量减少，建议根据体重增长情况调整超滤量并及时调整干体重，避免过度脱水。透析中监测氧饱和度，必要时吸氧。如果出现乏力、呼吸困难、脉氧低时建议提前结束透析治疗，必要时给予进一步检查治疗。

对于血透患者来说，家中可以备一些常用的退烧药、降压、降钾、降磷、扩血管的药物。发热时更应做好健康监测，每日测量血压、血糖（糖尿病）、体重。家里可以备指脉氧仪，监测指脉氧，如出现高热不退、胸闷气喘、憋气、血氧饱和度下降至95%以下等异常情况，及时

就诊。

血透患者免疫功能差，病毒清除能力差，可能转阴比普通人群所需的时间更长，恢复也会更慢一些。很多血透患者本身还合并有心脑血管疾病，所以建议患者不要剧烈活动，保持情绪稳定，控制好血压、体重，冬季保暖也很重要。即便没有新冠病毒，冬春季节血透患者也非常容易出现各种感染，所以在当下特殊时期，各位血透患者尽量做到血透室和家“两点一线”，出门全程佩戴口罩，避免去人员密集的场所。尽量避免乘坐公共交通，与其他人保持安全距离，并按要求及时进行抗原检测。江苏省人民医院目前对新型冠状病毒核酸或抗原检测阴性、阳性的透析患者进行分时段、分区域管理，确保透析患者均能得到更好的治疗与保护。

通讯员 董菊

扬子晚报/紫牛新闻记者 许倩倩 杨彦