

# “阳康”后拍CT “纤维灶”吓到你？

## 专家说：它就像个“伤疤”，不要自己吓自己

### 第 医 线

“医生，我的肺是不是纤维化了啊？”“我的肺部有磨玻璃阴影要紧吗？”最近，很多“阳康”后的患者从网上看到建议拍胸部CT，结果看到报告单上的“肺纤维灶”“磨玻璃影”吓了一跳。对此，上海市胸科医院呼吸与危重症医学科副主任李锋告诉他们，如果只是出现了感染后的肺间质异常，本身没有特别症状，不需要过分担心。

### 3至6个月后再拍胸CT

74岁的李老伯有30多年的吸烟史，既往有轻度的肺气肿，戒烟后他很注重锻炼，每天坚持万步走，平时身体也一直很好。然而，去年12月下旬感染新冠病毒后，他的两肺多发炎症，类似于“白肺”，当时紧急收入了上海市胸科医院的呼吸与危重症医学科病房。经过抗病毒治疗及密切的监护，李老伯“阳康”出院了。近日，他来医院复查胸部CT，却发现自己肺部出现了肺间质改变。

李老伯吓坏了，专家却告诉他，肺部病灶已经好转吸收，出现的部分肺间质改变不用担心。“那我还要吃药吗？要治疗吗？”李老伯依旧忧心忡忡。

“不需要额外治疗，可以等到3至6个月后再来复查。”得到了医生的明确答复，李老伯这才松了口气。

许多像李老伯一样的“阳康”患者，都会担心自己的肺。李锋昨天还在网上接待了一位男性患者顾先生。顾先生说自己以前患有咽炎，去年12月底感染了新冠病毒，从今年1

月中旬开始不停咳嗽。在当地输液治疗后依旧不见好转，春节后他又拍了一张CT，没有特别异常，但咳嗽就是好不了。李锋告诉他，有的人本身气道敏感，咳嗽时间会比较长，不用担心。

也有年轻患者特别紧张。市民李先生去年9月份单位体检肺部没有问题，“阳康”后竟查出了“磨玻璃小结节”。他挂了李锋的专家门诊，询问自己是否会得肺癌。李锋告诉他，刚刚感染好就去查胸部CT，的确可能会发现有些磨玻璃影、磨玻璃小结节，这些都是因为感染之后出现的，一般不会再扩大，过一段时间就会慢慢康复了。他建议这类患者观察随访，3—6个月后复查CT即可。同时他也提醒，如果没有特别不舒服，胸部CT至少在“阳康”后3至6个月再进行。

### 轻症基本不需干预

“其实，对于轻症肺炎患者肺部CT检查提示的纤维条索影，基本不需要干预。”李锋介绍，新冠感染后胸部CT报告经常会有“肺纤维灶”这个诊断，有的患者一看到“纤维”两

个字就很慌。其实肺纤维灶通常是因为肺部受到各种病原菌感染，比如新冠病毒，自然愈合后遗留下的纤维化病灶，是机体自我修复的表现。一般而言，纤维灶的范围都很小，不会扩散到肺部的其他部分，基本不会影响健康，也不会出现肺功能下降、活动耐力下降这些问题。

肺部纤维灶不是坏东西，它就像我们手上划了一个小破口后留下的“伤疤”，不需要额外治疗，也不用吃药。

肺部纤维化是如何发生的？李锋介绍，发生机制很复杂，通常是在不同的诱因下，比如吸烟、空气污染、感染等因素，导致肺部成纤维细胞增殖及大量细胞外基质沉积并伴炎症损伤、肺间质组织结构破坏为特征的肺部病变。胸部CT表现为两肺的磨玻璃影、实变影、网格影、蜂窝影、支气管扩张等。

关于肺纤维化有两个概念，一个是指特发性肺纤维化，也就是大家觉得比较担心的那种；第二类叫继发性肺纤维化，可以继发于风湿免疫病、感染，比如目前新冠后出现的感染相关肺纤维化。

### 要听专业医生解读

“症状轻的患者仅仅是出现了肺间质性炎症(或肺间质异常)，算不上肺纤维化。”李锋介绍，感染后肺纤维化患者多数是新冠重症、危重症患者，曾经出现过白肺，经过一系列新冠治疗好转后，复查CT发现肺部纤维化。

对于这类与感染新冠病毒相关的肺纤维化患者，又分为两种情况，一种是感染后的间质性肺炎(或肺间质异常)，表现为磨玻璃影、实变影，可以不需要额外治疗，也可以采用抗氧化治疗，3—6个月后再来复查，基本就会慢慢吸收好转。另一种是感染后的肺纤维化，出现网格影、蜂窝肺，也不需要过分担心。目前对于感染后肺纤维化患者，主要采用抗炎、抗氧化的治疗，病情特别严重的，建议采用抗纤维化药物来治疗，多数在3—12个月也会慢慢好转。简单理解，新冠感染是导致肺纤维化的诱因，感染好了，肺纤维化自然会慢慢消散。

“因此，大家不要自己吓自己，要听专业医生解读。”李锋建议这两类患者可以去拍个CT，一是平时不怎么咳嗽，感染后咳嗽时间长了，症状始终未缓解的人；二是“阳康”后胸闷、走路气喘，甚至动一动就出汗，可能还有低热的人。此时应去医院拍个胸部CT，看看肺部是否有炎症，同时需要验血常规、C反应蛋白等。 本报记者 左妍

## 二零二三年上海中招政策出台

本报讯(记者 陆梓华)市教委今天上午发布了关于2023年本市高中阶段学校招生及相关考试文件，政策框架总体保持稳定，学业水平考试科目、招生录取批次、名额分配计划占比等均保持不变。

综合考虑本届学生实际情况，在个别方面做了优化。名额分配综合评价录取批次现场综合评价暂停，相应成绩按满分10分计。体育中考统一考试暂停，相应成绩按满分15分计。

此外，名额分配到校志愿数由1个增加至2个，其他各批次志愿数保持不变，各批次志愿填报均在市级统一平台上进行。《上海市教育委员会关于2023年本市高中阶段学校招生工作的若干意见》全文可登录“上海教育”网(<https://edu.sh.gov.cn>)查阅。各类相关配套政策及操作细则将陆续公布，同时各区及学校将会通过家长会等方式告知学生及家长。



### 沪上小学校园防疫预案不松懈

针对杭州近日两所小学发生的孩子感染新冠病毒情况，沪上小学防疫预案不松懈，通过晨检、巡检等一系列防疫举措，确保学生健康和校园安全。

杨建正 摄



### 今日论语

上海紧缺养老护理员，但招工中却有不少套路：求取得先交钱培训，给的证书五花八门……据媒体报道，由于培训和评价渠道信息不够公开透明，加上务工人员年龄结构偏老、文化层次不高，习惯于通过劳务中介找工作，中介得以“垄断”招工渠道，种种乱象由此滋生，培训认证成了一些机构的牟利工具。

随着人口老龄化加剧，社会对养老护理员的需求在持续扩大；尤其是照护失能失智老人、高龄老人，对护理人员的专业素养提出了更高要求。提高养老护理员这支服务队伍的职业化、专业化水平，不仅能让老年人享受到更高质量的晚年生活，还有助于提高从业人员的收入水平和职业认同感，让他们的劳动付出得到更多回报，从而更愿意长期投身于养老行业。

然而，有的劳务中介却利用“信息不对称”，将培训认证作为牟利工具。在报道中，养老机构表示认可的是由上海市养老服务行业协会颁发的“养老护理员”证书，而且不会将是否持证作为入职门槛；有的养老机构会在护理员入职后安排他们培训学习。但到了有的中介那里，就变成了没有证不能介绍工作，引导求职者交钱培训，提供的证书却未必对路，还可能是“假证”……

这样的招工套路，不仅有可能“坑”了求职者的金钱、时间和精力，还会打击到求职者投身养老行业的热情。养老行业要变得更加规范与完善，需要相关部门加大监管力度，把行业中的不良机构、不规范行为清除出去，维护求职者的合法权益。与此同时，更要减少“信息不对称”，把职业技能培训、技能等级认定、技能提升补贴等信息通过更广泛的渠道公布出去，比如短视频平台、社交平台等；还可以帮助养老机构直接与求职者对接，减少“中间商赚差价”。

养老行业有巨大的需求和潜力，老年人需要更专业化的照护，养老机构缺少优秀的养老护理员，不少求职者跃跃欲试想投入这个行业，政府部门也在推出政策、吸引人才加入。促进行业更规范地发展，才能让各方面的付出与投入更有效果，也让城市在面对持续提高的老龄化率时更有底气。

## 养老行业要减少「信息不对称」

纪玉

送书籍送技术送服务还送上欢笑

## “三下乡”给村民送“大礼包”

本报讯(记者 吴旭颖)今天上午10时，崇明区陈家镇的村民，自发聚集在镇里的新时代文明实践分中心。中心外的空地上传来卡车引擎的轰鸣，中心内的舞台上则响起婉转动人的沪剧……热闹的声音交织成一曲“交响”，传到村民们耳朵里，全是“收获”——2023年上海市文化科技卫生“三下乡”启动仪式正在此举行，这也是上海市开展“三下乡”工作的第28个年头。

农资卡车上满载着价值60万元的蔬菜良种、园艺种苗、微生物有机肥和农业科普书籍。由市委宣传部提供的社会主义核心价值观宣传教育图书，已经送到村民手上。

室内服务点，农技专家们热情讲授蔬菜果木良种培育、种植技术和农药使用知识。上海农林学院的师生们还为村民送上绿植并讲解种植方法。一批法律工作者、青年志愿者为大家带来法律咨询、创意手工制作、智慧手机操作教学等服务。青年书法家们则在现场为村民画生肖、写福字。科技感满满的VR模拟驾驶体验项目，吸引了不少人好奇的目光。瑞金医院、仁济医院、岳阳医院的20余名医生，为人们提供中西医结合义诊。文慧沪剧团也带来文化大餐，名角名家联袂登台，牡丹奖获得者潘前卫表演的滑稽脱口秀、白玉兰奖得主杨音带来的沪剧《小镇之

恋》等演出赢得阵阵掌声。

启动仪式上，《2023年上海市文化科技卫生“三下乡”常下乡项目》正式发布，社会主义核心价值观主题下乡演出、“法律进乡村”活动、科技特派员进村入户工程、高素质农民培训等63项“三下乡”服务项目将贯穿全年。

此外，市委宣传部还向陈家镇赠送价值15万元的文体器材、5万元图书，市司法局援建价值15万元的法治文化设施，市卫生健康委赠送健康礼盒200个，上海新华传媒连锁有限公司与陈家镇陈西村结对共建乡村图书室，把先进文化、实用科技、健康生活源源不断地送到农村。