

靶向药 PK 免疫疗法：二选一还是双保险？听我一句劝

吴惠容

成都武侯武三医院 610000

〔中图分类号〕R73 〔文献标识码〕A 〔文章编号〕2095-7165 (2025) 07-091-01

面对疾病，尤其是像肿瘤这样“顽皮”又“不讲理”的对手，没人愿意走弯路。靶向药和免疫疗法，这两个医学界的“新明星”，总让患者和家属在选择上头皮发麻。是“一把梭哈”选一个，还是“自带外挂”双管齐下？网络上各种声音此起彼伏，一时间真让人如同在超市货架前挑选口味，左右为难。今天，就用最通俗的话，说说靶向药和免疫疗法的那点事。愿你看完以后，心情能舒坦点，不被选择题难倒！

1 靶向药是什么“神通”？聚焦打击不迷路

给疾病“投药”这件事，过去是“广撒网”，希望能把细胞通通收拾得服服帖帖。靶向药一出场，俨然成了细胞里的“定点狙击手”。名字听起来唬人，其实它的意思就是专门找某一类“异常细胞”下手，比如说，这类细胞身上有独特的“小标记”，靶向药一看到就不手软。很多人觉得，靶向药精准、听起来也“高大上”，大有让人穿上了专属定制的衣服，走在抗病最前沿。

但说到底，靶向药这种“精准术”并不是谁都用得上。是不是有“小标记”，身体负不负担得起新朋友的到来，都要看个体的身体“剧本”。就像不是每个人都能穿一条牛仔裤，体型不合适还真别勉强。更重要的是，靶向药也不是“无敌金刚”，和身体里的各种生理反应要相处一段时间，还可能有一些意想不到的插曲。情绪上别把靶向药神化，但也不用因网络上偶尔出现的吐槽而气馁。明确自己的身体状况，冷静面对，科学理性，才是走稳每一步的秘诀。

2 免疫疗法是“人体整装”，激动人心也要冷静

免疫疗法听起来像是给身体派了新的“安保团队”，让人体自带的防御系统升级，见到异常细胞就大声喝止，甚至“全部拿下”。这类新药一登场，所有担心自身防线被突破的朋友们难免眼前一亮。坊间流行着“激活免疫，逆流翻盘”的豪言壮语，让人觉得仿佛获得了超级英雄的能力，睡觉都能安心点。

但事实比想象复杂得多。免疫疗法更像是“调配军队”，要把人体里本来自带的免疫系统精细调动起来，没有一个“万能按钮”能直接搞定所有局面。免疫系统强悍是好事，但有时可能过于“热情”，连正常细胞也打招呼，有可能闹出点“小摩擦”。个中反应五花八门，绝不是“吃了就灵”，或者全无

副作用。不要只看到宣传的光鲜，忽略了具体的“人一药一病”三方互动。每个人的身体不同，“神奇反转”并不写在说明书里。保有希望，也要保持理智。

3 二选一还是双保险？选择其实不止这两条路

到了用药选择环节，有人坚信“二选一”是康复路上的关键，有人看到网络故事后萌生“双保险”的想法，希望一网打尽，心里才踏实。其实，真正的临床决策，往往比商场买衣服还讲究尺码、季节、需求。每个人的身体都独一无二，疾病的进程、基础状况、药物能不能“握手言和”，都由一大堆因素决定。

举个简单生活例子，有的人适合穿冲锋衣，有的人只能套毛衣，一味攀比或套公式的照搬，有时反而容易让身体吃苦头。单用一个药，有它的科学依据，联合用药，也有明确边界。该单飞时就单飞，该组团时也别嫌麻烦。更实际的是，有时候科学还真没给出标准答案。新的证据、不断变化的方案，都是根据实际调整而来。如果陷入网络讨论的“左右为难”，不如静下心来认真了解自己的身体状况，和医务人员深度沟通，才不会被“成王败寇”的情绪反复叨扰。

特别提醒，“双保险”不是买车险房险，不是越多越安心。药物在身体里也要有“空间感”，盲目堆叠只会让身体负担多一个“累赘”，而非多一个保障。不论选择哪一条路，“适合自己”才是那个隐藏真谛。

4 心情垫底不可怕，理性升级有办法

很多人在面对治疗选择时，常常陷入情绪纠结。家人轮番“查攻略”，微信群里各种消息炸开锅，每一句都像紧箍咒让人夜里翻来覆去。为家人焦虑，为自己担忧，都是大实话。其实与其把心力都耗在选左选右上面，倒不如冷静一会，给自己一点思考时间，把焦虑变现为对自己的呵护。

和家人多聊一聊，把困惑和希望写在纸上，列出自己的关心点。再用简单直白的方式找医疗团队坦诚沟通，别觉得提问是“麻烦”，也别总担心问多了会被“白眼”。把自己的感受摆出来，让选择不仅基于信息，也融合个人习惯、心理承受力和家庭现状。这样一来，不论最后开什么“处方单”，你都能更从容地迎接挑战，无论独自作战还是集结联盟，都是独一无二的决定。

7 结语

预防接种是人类保护自己 and 他人免受传染病侵害的重要手段，也是维护公共卫生安全的基本措施。我们应该根据国家免疫规划和自身的需求，及时接种适合的疫苗，增强免疫力，预防疾病。同时，我们也应该积极宣传预防接种的知识和意义，消除对疫苗的误解和恐惧，共同构建一个健康的社会。

(上接第 90 页)

者接种人员求助。

预防接种后，应避免剧烈运动、吃辛辣刺激性食物、洗澡等，以免刺激接种部位或者影响免疫效果。

预防接种后，应注意观察自己或者孩子的身体状况，如出现发热、红肿、皮疹等轻微反应，可适当休息、多饮水、物理降温等，如反应较重或者持续不退，应及时就医。