

癌症患者中安宁疗护在心理治疗的研究进展

吴春丽

上海市浦东新区老年医院 上海

【摘要】癌症患者在近年来，患病率逐渐呈现上升趋势。临床中目前医学重要研究的主要方面以提高患者生活质量为主。安宁疗护主要体现于综合干预，包括患者的心理、生理、社会等层面，发挥积极作用，尤其在患者心理治疗中，应用效果显著，不仅可稳定患者的情绪，还可缓解其临床症状，对提高患者的生活质量具有积极意义，促使患者尽快回归到社会中^[1]。对此，本文将对安宁疗护的特点，以及最新的研究进展，特别是认知行为疗法在癌症患者安宁疗护中的现状进行综述分析，同时为后续临床应用以及完善提供有利依据。

【关键字】癌症；安宁疗护；心理治疗

【收稿日期】2023年5月15日 **【出刊日期】**2023年7月10日 DOI: 10.12208/j.jmmn.2023000368

Research progress in the use of palliative care in psychological therapy for cancer patients

Chunli Wu

Shanghai Pudong New Area Geriatric Hospital, Shanghai

【Abstract】In recent years, the incidence of cancer patients has gradually shown an upward trend. The main aspect of current medical research in clinical practice is to improve the quality of life of patients. Tranquil care is mainly reflected in comprehensive interventions, including the psychological, physiological, and social aspects of patients, playing a positive role, especially in patient psychotherapy. The application effect is significant, not only stabilizing patients' emotions, but also alleviating their clinical symptoms, which has a positive significance in improving patients' quality of life and promoting patients to return to society as soon as possible. This article will review and analyze the characteristics of palliative care, as well as the latest research progress, especially the current status of cognitive behavioral therapy in palliative care for cancer patients. It will also provide a favorable basis for future clinical application and improvement.

【Key words】Cancer; Tranquil care; psychotherapy

前言

近年来，社会不断进步发展，现代化水平也在日益提高，致使人口老龄化以及吸烟率呈现直线上升趋势。虽然我国医疗保障逐渐加强，但癌症在医疗水平中，支出率依然不断增高，这也可能是由于每年癌症死亡人数大量增加所致，加重社会负担^[2]。安宁疗护应用于癌症护理期间，护理效果确切，取得了良好的成绩，同时也得到了社会的重视以及各界学者的探索。安宁疗护在应用期间，通过综合运用以及不断更新完善的理念从而保障患者的生活质量。安宁疗护，主要以患者和家属为护理中心，为癌症患者，尤其是终末期阶段的患者，提供身心以及社会等方面的干预，还可在不同的场所以及时间内为患者提供专业的服务。安宁疗护的措施，涉及方面较多，且多种学科融合交

叉，覆盖各个领域。目前，为促进城市卫生事业健康发展，需提高安宁疗护在癌症综合治疗方面的发展，提高患者的生活质量^[3]。但，安宁疗护目前处于发展阶段，患者需求量激增，在临床中，安宁疗护应用于癌症患者中，还缺乏研究的针对性。为此，为进一步探索心理治疗在癌症患者安宁疗护中的效果，本文以近几年的发展变化为基础进行总结，得出结论，目前盒子里还以认知行为疗法为主，也同时说明了综合治疗的重要性。

1 安宁疗护的现状进展

安宁疗护是以护士为主导、具备多学科合作、医护协作的一种团队模式，涉及内容较为广泛，包括，症状管理、舒适护理、心理照护、死亡教育等方面。另外，还对患者的家属进行哀伤辅导等，以此来提高

生活质量,纠正不健康的心理行为,最终改善癌症评分,引导患者以及家属正确面对死亡。对终末期癌症患者,实施有效护理干预,可减轻患者心理、身体上的痛苦,让患者在最后时光里可以有价值的度过。从疼痛、睡眠障碍、食欲、疲乏方面观察,均有所降低;同时在心理、身体、物质、社会等方面观察,生活质量有所提高。经谈燕^[4]研究证实,癌症患者在实施安宁疗护7天后,患者的失眠、疲倦、呕吐、疼痛等不适感均所有好转,且负性情绪均较刚入院时明显有所好转。另外,患者也能正确面对疾病,面对死亡,这也降低医患纠纷发生率,减少不良事件的发生,降低负面影响。

实施安宁疗护中的患者身体变化与患者所处的环境有密不可分关系,这也成为临床热点话题。传统护理模式,有利于改善患者身体不适,以及心理失衡的状态,且广为应用。经苏孟宇^[5]等人研究证实,居家安宁疗护也可改善患者的生活质量,同时降低负性情绪的发生。一般来说,患者在家以及病房的体验感是不同的,同时也会影响患者的心理状态。对患者进行环境干预,体验丧失亲人以及分离后的感受,加强患者的同理心。另外,患者还可以得到专业的医疗团队的整体护理,现代化医疗技术的不断发展,远程医疗可以控制疾病的发展,改善临床症状,同时,也可实施在线心理治疗、丧亲咨询等服务。此时该服务与住院期间服务效果相同,另外,还可降低影响环境的因素,将家和安宁病房的优势综合在一起。

为了进一步提高安宁疗护的效果,人才培养也是尤为重要的。经田茂宇^[6]等人研究证实,专业的临终关怀医师团队要比非专业的护理效果更加显著,且医师以及护士的专业技能也会影响安宁疗护的效果。除此以外,专业护士领导的安宁疗护,可以通过跨学科的协调各项工作,从而强化教育和宣传计划,继而改善癌症患者的生活质量,减轻其心理痛苦,同时也增加社会服务功能。对此,国家针对安宁疗护工作人员选择上,应尽量以医护工作人员为主导,培养专业的人才。除了人才选择上需要重视,还需关注癌症患者的照顾者。癌症患者的照顾者,常伴有照顾病人的负担,需求也是各有差异。护理人员在安宁疗护工作期间,应培养预后意识,对照顾者进行关注,尤其是照顾者在面对家属死亡后的情绪上。护理人员的工作压力可能与患者住院情况、随访次数、家属参加分享活动、医疗费用等问题有关。在实施期间,对家属建立培训组织,培训期间采用通俗易懂的语言方法向家属传授疾病相关知识,让家属充分了解,可在突发事件到来

时,能够积极应对,同时也提高家属的心理应激适应水平,引导其保持乐观积极的心态面对生活,有利于提高癌症患者的治疗效果以及生活质量。另外,还有经王丹^[7]研究证实,在康复期癌症患者的治疗期间,志愿者加入安宁疗护其中,也可改善患者的心理状态,改变对死亡的认知。总而言之,安宁疗护的参与人员不仅结构特殊,其还需具备一定的专业性,这也需要全社会群体的参与与支持。

2 心理治疗情况的进展

安宁疗护目前由症状管理理论、二元应对理论、叙事护理理论、舒适护理理论、和谐护理理论、毕生关怀理论框架组?成,常常可用于实践中,这也同时为护理干预提供多种选择。心理治疗首先由西方主导应用,后期引入,再由中西方结合发展,最后转变为本土发展。心理治疗在6个理论中,可发挥积极作用。

癌症对于大部分患者来说,都是非常严重的心理应激事件,致使他们无法实现自我调节,严重导致心理情绪发生紊乱,甚至会出现过激行为,最终导致出现心身疾病。这种局面主要是由于痛苦造成的,也是导致患者失去尊严的重要原因。对患者赋予权力,令他们通过信念、态度、期望继而来控制自身的情绪。心理危机干预,主要干预对象为受打击的个人,对其实施心理咨询、心理治疗、心理监测等,令其快速走出负性情绪。心理危机干预应用于安宁疗护中,可降低外界带来的压力,有效提高正性情绪,改善患者的生活质量,提升患者的自尊感。在整体治疗以及护理期间,应纳入心理工作。

认知障碍,不仅存在于患者以及家属之间,还存在医疗工作人员之间。认知障碍设计领域较广,主要包括社会、文化、教育、情感等领域。认知疗法是心理治疗的主要方法之一,对情绪加强管理,同时信念认知发生转变,纠正不良的认知行为,改变做事方法,从而帮助患者改善情绪变化。加强对安宁疗护的认知,可提高临床效果,也可将现实情况与认知情况达到一致,促使患者可达到准确的预后意识,以及对死亡的情绪准备。其中,正念癌症康复的方法是具有代表性的,可纠正患者不良的心理行为,改善患者的负性情绪,可通过自身调节,改善失眠、食欲不振等症状,效果明显。该方法的核心主要是关注当下,接纳自己的变化,适应各种突发事件,能够重新正视自己,最重要的是和自己达成和解。另外,意义疗法也是比较常用的治疗方法,即认知-行为-存在的干预,现如今,与中国传统文化相结合,使其更加具有独立性,创造性^[8]。对丧失生命价值感以及生活质量的患者,可起到

帮助作用,令患者重新追寻生命的意义,感受剩下时间。情绪失控的主要来源是身心的痛苦以及尊严丧失,而自身能够很好的控制死亡过程,被认定是一种人格独立的方式。帮助患者赋予更多的权利,可令患者产生与自我效能一致的信念,这样能更好地控制自己的身体,与自己达成和解,这也是意义疗法的另一种应用。目前,认知行为疗法具有多样性,其中,生活回顾法是较为常用的方法。生活回顾法主要通过过去的经验予以总结,影响患者如今的生活质量。该方法主要包括两种模式,其一欣赏成就,其二解决冲突,具有一定的安全性自己可行性,被大部分患者认为是最有效的方法。患者应用生活回顾法,积极与他人分享记忆,可实现记忆恢复,尤其是积极的记忆。这种记忆是他们最宝贵的记忆,包括他们在生活中学到的教训,以及未来对他人的希望,从而提高患者对情感的需求。另外,重塑也是另外一种治疗方法,也是改善安宁疗护的重要方法。独立生活、与家人一起生活、经济地位、教育、职业等均不会影响康复希望水平。但,年龄、性别、居住环境、婚姻状况等对患者的希望程度存在一定的影响,同时,这也为希望重塑认知提供了重要方向。除此以外,“SHARE 模式”也是目前比较流行的,主要是通过真诚的沟通,告知患者疾病的状况,以及对应的治疗方法、疾病对日常生活的影响,包括手术方案,手术对自身的影响,手术需要注意相关事项等。鼓励患者多与家属进行沟通,能够表达自己内心的情绪,也可在适当范围内进行合理发泄。为消除患者心中的顾虑,可适当根据公开的病情信息,对患者进行讲解,令患者减少诸多不良心理情绪,达成自我和解,能够重新正视自己以及周围的环境。对于改善心理状态以及睡眠质量具有积极作用,同时,还可提高与医护人员的配合度,采用药物治疗也可减轻疾病给患者带来的疼痛感。这也与以人为中心的理念相符合,强调个人在疾病中的作用。因此,有关研究证实^[9],认知行为疗法与其它疗法联合应用,对安宁疗护患者心理治疗,可降低患者焦虑、抑郁等负性情绪,提高患者的生活质量,令患者觉得生活很有意义,从而转变自己的心态,积极面对疾病。

其实,除了认知疗法,心理治疗中的其它疗法也在安宁疗护中,效果较为明显。对于癌症患者来说,不管是社会作用、生物作用还是心理作用对患者的影响是极为明显的,同时身体各方面的机能对患者的心理也是有一定影响的。身体功能的调整以小组锻炼模式最为常见,通过有限的资源,运用到更多患者中,

可使身体、情感、心理达到相互融合的地步。除此以外,经杨漫丽^[10]研究证实,交互式引导成像以及渐进式肌肉放松对缓解疾病疼痛也有一定的积极效果,这种辅助手段,可改变患者的心理状态,这也是通过现代应用的成果,该手段可加强自我管理、提高自我价值。

3 小结

在癌症患者治疗中,予以安宁疗护,具有一定的应用价值。心理疗法主要以认知疗法为主的一种综合治疗。需始终坚持以患者为中心的服务理念,实施个体化的优质护理措施,完善安宁疗护的系统结构,积累临床经验,从而为安宁疗护事业发展提供依据。

参考文献

- [1] 兰燕. 安宁疗护在晚期癌症患者护理工作中的应用效果[J]. 医学理论与实践,2022,35(14):2478-2480.
- [2] 卢美玲,罗志芹. 终末期癌症病人安宁疗护需求研究进展[J]. 护理研究,2022,36(5):850-857.
- [3] 吴媛,张玉玺. 居家安宁疗护在晚期癌症患者中应用的研究进展[J]. 中华现代护理杂志,2022,28(27):3810-3814.
- [4] 谈燕,张周云. 安宁疗护对临终癌症患者的护理效果[J]. 当代临床医刊,2022,35(2):96-97.
- [5] 苏孟宇,王真,张玉玺,等. 居家安宁疗护对晚期癌症患者生活质量和情绪影响的 Meta 分析[J]. 中华护理杂志,2021,56(8):1249-1255.
- [6] 田茂宇,王星月. 基于多学科协助模式的安宁疗护对癌症临终患者生命质量的影响[J]. 健康必读,2021,9(22):204.
- [7] 王丹,刘芹,卞丽娟. 康复期癌症志愿者参与安宁疗护的效果研究[J]. 重庆医学,2021,50(24):4200-4203.
- [8] 陈芷谦,丁金锋,魏丽,等. "安宁疗护阶段"的起源和发展及其在中国癌症安宁疗护领域的应用前景[J]. 癌症,2021,40(2):45-51.
- [9] 迪丽胡玛尔·库尔班,曾钥,朱凌霄,等. 认知行为疗法对癌症患者复发恐惧及负性情绪影响效果的 Meta 分析[J]. 上海护理,2022,22(8):18-23.
- [10] 杨漫丽,万艳平,陈狮,等. 渐进式肌肉放松训练在癌症患者中的应用进展[J]. 中华护理教育,2020,17(5):415-418.

版权声明: ©2023 作者与开放获取期刊研究中心(OAJRC)所有。本文章按照知识共享署名许可条款发表。

<http://creativecommons.org/licenses/by/4.0/>



OPEN ACCESS