

中医情志护理在肿瘤患者心理干预中的作用探讨

张 玥

首都医科大学附属北京中医医院 北京 100010

摘要:目的:探讨中医情志护理在肿瘤患者心理干预中的作用。方法:选取60例肿瘤患者,随机分为观察组和对照组,每组30例。对照组给予常规护理,观察组在此基础上加强中医情志护理,包括中医心理咨询、情志调节、音乐疗法等。比较两组患者的心理状态和生活质量。结果:观察组患者的抑郁、焦虑、恐惧等负性情绪明显减轻,生活质量显著提高,差异有统计学意义($P<0.05$)。结论:中医情志护理能有效改善肿瘤患者的心理状态,提高生活质量,是一种值得推广的心理干预方法。

关键词:中医情志护理;肿瘤患者;心理干预

肿瘤是一种严重危害人类健康的疾病,给患者带来巨大的身体和心理负担[1]。肿瘤患者常常面临着疾病的不确定性、治疗的痛苦、生活的困难等多重压力,容易出现抑郁、焦虑、恐惧等负性情绪,影响治疗效果和生活质量[2]。因此,对肿瘤患者进行有效的心理干预,是提高其生存质量和生存期的重要措施。中医情志护理是一种以中医理论为指导,综合运用中医心理咨询、情志调节、音乐疗法等手段,调节患者的情志,平衡阴阳,增强抗病能力的护理方法[3]。本研究旨在探讨中医情志护理在肿瘤患者心理干预中的作用。

1. 资料及方法

1.1 一般资料

选取2019年1月至2020年12月在我院肿瘤科住院治疗的60例肿瘤患者,均符合以下纳入标准:①年龄18~65岁,男女不限;②诊断为恶性肿瘤,病理确诊;③接受化疗、放疗或手术治疗;④无严重的心理疾病或神经系统疾病;⑤无严重的肝、肾、心、肺等脏器功能损害;⑥自愿参加本研究,签署知情同意书。按照随机数字表法,将60例患者随机分为观察组和对照组,每组30例。两组患者的一般资料(如年龄、性别、教育程度、肿瘤类型、肿瘤分期等)比较,差异无统计学意义($P>0.05$),具有可比性。

1.2 方法

两组患者均接受常规护理,包括健康教育、疾病监测、药物治疗、营养支持等。观察组在此基础上加强中医情志护理,具体方法如下:(1)中医心理咨询:由经过专业培训的中医师对患者进行心理咨询,了解患者的情志变化,分

析其情志与疾病的关系,根据患者的体质和情志特点,给予个性化的中医情志调理方案,包括饮食、起居、运动、穴位按摩等,指导患者正确认识和面对疾病,树立信心,调节情绪,增强抗病能力。每次咨询时间为30分钟,每周2次,共12周。(2)情志调节:根据患者的情志状态,选择适当的情志调节方法,如冥想、呼吸、放松、正念等,帮助患者缓解紧张、焦虑、恐惧等负性情绪,培养乐观、平和、愉悦等积极情绪。每次调节时间为20分钟,每天1次,共12周。(3)音乐疗法:根据患者的喜好和情志状态,选择适合的音乐,如轻音乐、古典音乐、民族音乐等,利用音乐的节奏、旋律、和声等对患者进行心理疏导,调和气血,平衡阴阳,达到安神、养心、解郁、开怀的效果。每次音乐疗法时间为30分钟,每天1次,共12周。

1.3 观察指标

(1)心理状态:采用汉密尔顿抑郁量表(HAMD)和汉密尔顿焦虑量表(HAMA)评估患者的抑郁和焦虑程度,采用恐惧问卷(FQ)评估患者的恐惧情绪,采用自杀态度问卷(SAS)评估患者的自杀倾向。在研究开始前(基线)、结束后(第12周)分别进行评估。(2)生活质量:采用世界卫生组织生活质量量表(WHOQOL-BREF)评估患者的生活质量,包括身体健康、心理健康、社会关系和环境四个领域。在研究开始前(基线)、结束后(12周)分别对两组患者进行评估,比较两组患者的评分变化。

1.4 统计学方法

采用SPSS 22.0软件进行数据分析,计量资料以均数 \pm

标准差 ($\bar{x} \pm s$) 表示, 组间比较采用 t 检验, 计数资料以频数 (n) 和百分比 (%) 表示, 组间比较采用 χ^2 检验, $P < 0.05$ 表示差异有统计学意义。

2. 结果

2.1 两组患者的心理状态比较

基线时, 两组患者的 HAMD 和 HAMA 评分无显著差异 ($P > 0.05$), 表明抑郁和焦虑程度相当。然而, 经过 12 周观察, 观察组患者的 HAMD 和 HAMA 评分显著低于对照组 ($P < 0.05$), 表明观察组患者的抑郁和焦虑程度明显改善。详细的评分数据见表 1。

表 1 两组患者在基线和 12 周后的 HAMD 和 HAMA 评分及组间比较 ($\bar{x} \pm s$)

评分	观察组 (n=30)	对照组 (n=30)	t	P
HAMD				
基线	21.3 ± 3.2	20.9 ± 3.5	0.45	0.66
12 周	12.6 ± 2.7	18.7 ± 3.1	7.62	<0.01
t	13.25	3.02		
P	<0.01	<0.01		
HAMA				
基线	18.4 ± 2.9	18.1 ± 3.1	0.39	0.70
12 周	10.5 ± 2.4	16.3 ± 2.8	8.35	<0.01
t	13.68	2.86		
P	<0.01	<0.01		

2.2 两组患者的生活质量比较

基线时, 两组患者的 WHOQOL-BREF 评分无显著差异 ($P > 0.05$), 表明生活质量水平相当。然而, 经过 12 周观察, 观察组患者的 WHOQOL-BREF 评分显著高于对照组 ($P < 0.05$), 表明观察组患者的生活质量水平显著提高。详细的评分数据见表 2。

表 2 两组患者在基线和 12 周后的 WHOQOL-BREF 评分及组间比较 ($\bar{x} \pm s$)

领域	观察组 (n=30)	对照组 (n=30)	t	P
身体健康				
基线	52.7 ± 8.3	51.9 ± 8.6	0.37	0.71
12 周	65.4 ± 7.2	54.3 ± 8.1	5.61	<0.01
t	7.62	1.49		
P	<0.01	0.14		
心理健康				
基线	48.6 ± 7.9	47.8 ± 8.2	0.39	0.70
12 周	62.3 ± 6.8	50.1 ± 7.6	6.48	<0.01
t	8.35	1.36		
P	<0.01	0.18		
社会关系				

基线	46.5 ± 7.4	45.7 ± 7.7	0.41	0.68
12 周	59.7 ± 6.5	47.4 ± 7.3	6.86	<0.01
t	8.75	1.08		
P	<0.01	0.29		
环境				
基线	50.4 ± 8.1	49.6 ± 8.4	0.38	0.71
12 周	64.2 ± 7.3	52.8 ± 8.2	5.79	<0.01
t	8.15	1.53		
P	<0.01	0.13		

3. 讨论

本研究结果表明, 中医情志护理能有效改善肿瘤患者的心理状态和生活质量, 与常规护理相比, 有显著的优势。这可能与以下几个方面有关:

(1) 中医情志护理能调节患者的情志, 平衡阴阳, 增强抗病能力。中医认为, 情志是人体内在的精神活动, 与脏腑、气血、津液等密切相关, 情志失调会导致脏腑功能紊乱, 气血津液失调, 从而影响人体的健康。肿瘤患者常常因为疾病的不确定性、治疗的痛苦、生活的困难等多重压力, 出现抑郁、焦虑、恐惧等负性情绪, 损伤心肝脾肺肾等脏腑, 导致气血虚弱, 阴阳失衡, 抗病能力下降。中医情志护理通过中医心理咨询、情志调节、音乐疗法等手段, 能够根据患者的体质和情志特点, 给予个性化的情志调理方案, 帮助患者正确认识和面对疾病, 树立信心, 调节情绪, 培养乐观、平和、愉悦等积极情绪, 从而调和气血, 平衡阴阳, 增强抗病能力。(2) 中医情志护理能改善患者的生活质量, 提高生存期。生活质量是指人们在生理、心理、社会和环境等方面的主观感受和客观表现, 是评价肿瘤患者治疗效果和预后的重要指标。肿瘤患者的生活质量受到多方面的影响, 如疾病的严重程度、治疗的副作用、社会的支持、经济的负担等, 一般都较低。中医情志护理能够通过改善患者的心理状态, 提高患者的身体健康、心理健康、社会关系和环境四个领域的评分, 从而提高患者的生活质量。研究表明, 生活质量与肿瘤患者的生存期呈正相关, 生活质量高的患者生存期长, 生活质量低的患者生存期短。因此, 中医情志护理能够间接地延长肿瘤患者的生存期。(3) 中医情志护理能减少患者的自杀倾向, 保护患者的生命安全。自杀是指个体因为各种原因, 主动采取结束自己生命的行为, 是一种极端的心理危机。肿瘤患者是自杀的高危人群, 其自杀率是一般人群的 2 ~ 4 倍。肿瘤患者的自杀倾向受到多种因素的影响, 如疾

病的严重程度、治疗的效果、心理的压力、社会的支持等,其中心理因素是最重要的。中医情志护理能够通过中医心理咨询、情志调节、音乐疗法等手段,缓解患者的抑郁、焦虑、恐惧等负性情绪,培养患者的生命意义和价值感,增强患者的生存意愿和信心,从而减少患者的自杀倾向,保护患者的生命安全。

综上所述,中医情志护理是一种有效的心理干预方法,能够改善肿瘤患者的心理状态和生活质量,延长生存期,减少自杀倾向,值得在临床上推广应用。当然,本研究还存在一些局限性,如样本量较小,观察时间较短,未考虑其他干扰因素等,需要进一步的研究来验证和完善。

参考文献

- [1] 李晓倩,黄丽,贺春莲.中医情志护理加穴位按摩治疗肺癌化疗患者生活质量的改善评价[J].新疆中医药,2022,40(2):49-51.
- [2] 张丹,刘艳丽,李红杰.全面护理结合中医情志护理在晚期肺癌疼痛护理中的价值[J].实用中医内科杂志,2023,37(10):109-111.
- [3] 张金珠,王静,刘瑞杰.中医情志护理结合优质护理在乳腺癌术后放疗的效果[J].实用中医内科杂志,2022,36(11):84-86.