

1 例非小细胞肺癌青年患者的心理调适及中医护理

宋长爱

上海中医药大学附属龙华医院 上海 200032

【摘要】：对一例非小细胞肺癌患者进行针对性的心理护理，通过暗示疗法、认知疗法、移情调志法，帮助患者建立积极的情志状态。

【关键词】：肺癌；青年；心理护理

2019年1月，国家癌症中心发布了最新一期的全国癌症统计数据。报告显示，从发病人数看，肺癌仍位居我国恶性肿瘤发病首位，发病人数为78.4万。国际癌症研究所将15~39岁被诊断为癌症的患者定义为青年癌症幸存者，我国学者结合国内文化习惯，将其译为青年癌症患者^[1]。全球范围内青年癌症每年新发近100万例，死亡达35万例，癌症已成为这一群体的最主要死因。青年肺癌患者是一批特殊的人群，相较于中老年患者而言，青年患者思想压力更大，心理承受能力更差，更容易出现紧张焦虑等负面情绪和不良意外事件。所以，针对青年肺癌患者开展心理护理，显得尤为重要。

1 临床资料

患者2020年7月18日因感冒行胸部CT:右肺中下叶肺门旁软组织结节。2020年7月25日全麻下胸腔镜下右肺下叶部分切除术，术后病理：腺癌。2020年9月22日行第1程AP方案化疗（具体方案：普来乐780mg d1，顺铂40mg d1-2，30mg d3），2020年10月13日行第2程AP方案化疗（具体方案：普来乐780mg d1，顺铂40mg d1-2，30mg d3）。2020-10-11胸部CT平扫：右肺癌术后，右下肺外带少许斑片灶；右下肺门旁结节（约29mm×20mm），考虑复发，并累及斜裂胸膜可能；左肺下叶环状小结节。近1周患者大便偏干，日1次。于2020.11.01拟行化疗收入院。患者入院时T 37℃、P 80次/分、R 20次/分、BP 120/70mmHg，NRS评分0分，舌淡胖，苔白腻，脉濡缓，病性：虚，证属肺脾气虚，治疗上予以II级护理，普食，予养血饮、芪胶升白胶囊益气养血，润肠片润肠通便，云光洞益气扶正抗肿瘤，并予中药每日一剂，拟益气健脾，化痰散结，方选六君子汤加减。患者前两次化疗期间，曾出现明显乏力、恶心呕吐，于本次化疗前多次询问化疗后恶心呕吐是否会较前减轻。患者家庭经济状况良好，无经济负担。患者多次住院期间，沉默寡言，无任何家人陪伴，护士与其沟通过程中，患者谈论较多的是陪伴她的两只宠物狗，偶尔提及怕父母亲担心，故而不曾让父母来陪护。本次住院期间，经给予患者针对性心理干预及护理后，患者能坦然面对现况，经常流露出灿烂的笑容。

2 护理问题

2.1 恐惧

与担心化疗所致的恶心和呕吐有关。

2.2 焦虑

与担心疾病预后和复发有关。

2.3 自卑孤独

与疾病的进展和化疗所致的不良反应有关。

3 护理措施

3.1 缓解恐惧

有效的护患沟通减轻恐惧心理。广为流传的医学人文主义名言“有时治愈，常常帮助，总是安慰”放在医学飞速发展的今天依然是那么贴切，那么温暖，也是临床医务人员持续传播、遵循、践行的医学人文精神。经常巡视，了解患者的需求，鼓励患者及时与医护人员沟通，了解其心理问题，及时予心理疏导。对于患者而言，一句鼓励的话，可能会使其消除疑虑，增加同病魔抗争的信心。一段专业知识的讲解，提高患者对化疗性呕吐的认知，从而帮助患者正确应对化疗后的不良反应。针对患者病情和自理能力，遵医嘱隔姜灸、耳穴贴压、穴位敷贴、经穴推拿等技术。

3.2 减轻焦虑

情志内伤是导致恶性肿瘤的重要因素，七情过激均可致气机逆乱或郁滞，使正气卫外祛邪之力大减。肺癌患者多忧思气结或悲伤气消，临床护理中要加强与患者的沟通，缓解其压力，减轻其焦虑等不良情绪。在临床护理中采取以下措施：向患者解释病情及各项操作流程，消除患者紧张和顾虑；鼓励家属陪护，耐心解答患者提出的问题，消除其紧张情绪，使患者感到有安全感；保持病室安静，避免与其他焦虑患者接触；指导患者采用放松术，如缓慢呼吸，听轻音乐等。

3.3 消除自卑孤独

《内经》云“精神不进，意志不治，病乃不愈”。加之该病因疾病、多种并发症及长期治疗所致的不良反应等原因使患者变

得自卑孤独。护理人员应多与患者沟通,了解其真实感受,鼓励患者积极主动应对。鼓励患者家属多陪伴患者,亲朋好友予以情感支持。鼓励病友相互交流治疗体会,提高认知,增强治疗信心。

3.4 中医护理

癌症不仅给患者生理、心理长期带来负面影响,癌症的日益年轻化也增加了社会经济负担。系统、科学的运动疗法作为最重要的康复治疗手段,可有效促进青年癌症患者躯体功能康复,缓解焦虑、抑郁、癌因性疲乏,提高生活质量。《中医学》认为:“心动则神摇,心静则心安。”情志导引是我国古代医疗与导引融为一体独特制情方法,以自我训练为特点,具有调和气血之功。常用的有气功疗法、以意导引法、吐音导引法、行动导引法等。指导其益气保肺功每日1次,提高机体免疫力。中医五行音乐每日2次,每次30min,音量40-60分贝,以益气安神,调和气血,

达到调节情志的目的。饮食调护方面,鼓励患者进食营养丰富、易于消化的高维生素、高蛋白饮食。指导患者进食补益肺气、脾气的食品,如糯米、山药、鹌鹑、乳鸽、牛肉、鱼肉、鸡肉、大麦、白扁豆、南瓜、蘑菇等。食疗方:糯米山药粥^[2]。

4 讨论

由于中青年晚期癌症患者年龄及社会家庭责任的特殊性,跟其他人群相比,这部分人群的心理痛苦水平更高^[3]。临床护理中围绕青年肺癌患者的心理状况,从情志、饮食、康复运动等方面制定个性化的护理方案,减轻或消除患者的不良情绪。护理人员在关注患者身体疾病的同时,更多的是运用情志导引、中医五行音乐、益气养肺功等中医技术抚慰患者心理、社会及灵性层面的需求,将人性化的护理理念贯穿始终。

参考文献:

- [1] 王璐,孙倩,丁四清,等.青年癌症患者运动疗法实施策略的研究进展[J].中华护理杂志,2019,54(6):945-949.
- [2] 上海市卫生局.上海市中医病证诊疗常规 [M]. 上海:上海中医药大学出版社, 2003: 37-38.
- [3] 卢美玲、罗志芹、张秀秀等.中青年晚期癌症患者心理痛苦现况分析[J].天津护理,2019,27(3):253-256.

基金项目:上海市卫计委科研计划项目(项目编号:201540284)