



建立心理社会照护模型

协作照护模型（CoCM）以一名具有心理专业背景的核心人员（例如经过专业心理培训的肿瘤科护士）为中心，

主动进行心理社会评估，提供基于证据的心理社会照护，定期为患者提供专业心理治疗，定期评估患者报告的症状结果，并与

肿瘤团队建立闭环沟通循环，根据需要患者转诊至其他支持服务（如姑息治疗、癌症康复、精神护理和/或社区资源）。

心理与行为干预有新方

基于智能手机问题解决疗法和行为激活治疗改善癌症复发恐惧的随机对照研究发现，干预组在复发担忧量表和癌症复发恐惧量表（差值）有统计学上更大的改善。幸存者众多，而能够提供心理治疗的治疗师有限，新型智能手机心理治疗为降低癌症复发恐惧提供了一种有前景的方法。

烟草使用治疗（TUT）包括询问烟草使用情况、建

议戒烟以及提供基于证据的干预。一项四臂随机对照试验比较了基于行为经济学策略对癌症患者TUT参与的影响，发现临床医生的干预导致TUT参与度显著增加（>3倍），资深医师比一般医生更有可能推动患者参与TUT。

有氧运动或太极拳是否可以改善晚期肺癌患者睡眠、身心症状以及生存率。一项随机对照研究表明与对

照组相比，有氧运动和太极拳显著改善睡眠质量、心理痛苦、身体功能。

此外，与对照组相比，太极拳组患者的生存率在统计学上显著改善。一项癌症诊断后运动和死亡率的泛癌种分析发现，符合指南的锻炼与不锻炼相比，全因死亡率的风险降低25%，与不锻炼相比，符合指南的锻炼与癌症死亡率显著降低相关。

癌症症状管理更加细化

奥氮平治疗晚期癌症患者化疗相关厌食症的随机双盲安慰剂对照研究，奥氮平组体重增加>5%（60%对比9%）和改善食欲（43%对比13%）的患者比例更高。

奥氮平组患者的平均体

重从53.1(±8.9)kg增加到55.7(±9.0)kg，安慰剂组患者的平均体重从53.6(±9.9)kg下降至51.7(±9.7)kg。

经历癌症手术患者的自杀研究。一项对近2万例接受癌症手术的患者

进行的队列研究发现，与普通人群相比，接受评估的10个癌种（共15种癌症）自杀率显著增高，大约50%的自杀发生在手术后的前3年内。男性、离婚或单身患者的自杀风险最大。

儿童青少年人群远期影响需要重视

儿童期患癌对于成年后的远期影响，在一项大型（3085例）儿童癌症成年幸存者的队列研究中，幸存者自我报告10个领域症状（心脏、肺部、感觉、运动、恶心、疼痛、疲劳、记忆力、焦虑和抑郁），近50%成年幸存者存在中度至高度的多症状

负担，与不同的社会人口学和治疗因素相关。症状群负担越高的幸存者，生活质量与功能状态越差。

儿童和青少年癌症幸存者患主要精神疾病（MPD）的长期风险增加，一项大样本研究发现与对照组（51210例）相比，癌症幸存者（5121例）

患六种MPD的风险增加，排序为自闭症谱系障碍、注意力缺陷/多动障碍、双相情感障碍、重性抑郁症、强迫症和创伤后应激障碍。应针对心理健康问题的早期迹象对这一高危人群早期干预。

孕期患癌并接受抗癌治疗对孩子认知与行为是否存在

影响？一项多中心队列研究报告了产前接触母体癌症及抗癌治疗的9岁儿童认知功能和行为能力的评估，研究发现孩子的平均认知水平和行为结果均在正常范围内，在产前接受化疗的儿童中，未发现智商与化疗药物、暴露水平之间存在关联。

高质量研究指引学科发展

盘点2023年心理社会肿瘤学研究新进展



唐丽丽教授

北京大学肿瘤医院康复科 何毅 唐丽丽

重视老年人群症状

一项随机对照研究发现，老年评估（GA）干预对于患有晚期癌症的老年患者报告症状毒性有积极的影响。与对照组相比，GA干预组报告更少2级以上的症状毒性（总体：88.9%对比94.8%；核心症状：83.4%对比91.7%）。

这表明对于晚期癌症的老年患者，GA干预有助于降低患者报告的症状毒性。在另一项针对老年女性癌症幸存者的随机临床试验中，太极拳与力量训练在化疗后的前6个月内显著降低了跌倒相关的伤害发生率。太极拳组的跌倒率从基线的每100人约4.3次降至每100人约2.4次。

安宁疗护与终末期问题

尽管早期姑息治疗对于癌症患者带来的获益已经有了很强的循证依据，但在临床实践中的实施仍面临诸多障碍，尤其是在供需之间存在的错位问题。

因此，提出精准姑息治疗作为一种务实的解决方案，需要从传统的早期姑息治疗模式转向更为精准的治疗方式。目前，初步的研究已经开始支持这一模式的可行性。一项对1929例终末期青少年和年轻（AYA）癌症患者的

医疗记录审查发现，当讨论治疗目标时，69%的患者希望将重点放在姑息治疗上。然而，仍然有29%的患者在生命的最后一个月中花费时间在ICU，32%的患者多次到急诊室就诊。

此外，当讨论发生在离死亡超过30d之前时，AYA在生命的最后14d更不太可能接受化疗、ICU治疗、急诊就诊。这说明早期的讨论可能有助于减少生命的最后阶段接受过度治疗的情况。

■ 案例展示

北京大学肿瘤医院心理社会肿瘤学专科联盟单位风采展示

疗愈之约：打开通往患者的心路之门

▲广西医科大学附属肿瘤医院乳腺及骨软组织肿瘤内科 贺鲜姣 陈莹 陆永奎

恶性肿瘤因疾病和治疗所带来的身体和心理的伤害给患者及家属带来极大的困扰和痛苦。因此，肿瘤治疗不应该只是装在瓶子里的药，更应该是一场以心灵温暖心灵的过程。

广西医科大学附属肿瘤医院乳腺及骨软组织肿瘤内科团队从2020年创办“疗愈之约”团体心理辅导活动起，坚持每两周举办一期，至今共举办了57期。2023年“疗愈之约”团体心理辅导系列活动融入心理学技术、医学人文关怀的理念，通过心理咨询、心理测评与指导、冥想催眠疗愈练习、正念呼吸训练、同伴教育、抗癌经验分享、写贺卡、寄祝福等方式送温暖、传递爱，抚平身心疲惫，促进平和、舒适、助力患者康复。

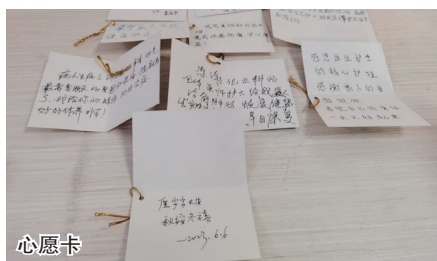
一路走来，我们坚持在探索中前进，在创新中发展。2023年我们融入了芳香情绪调节、芳香穴位按摩、读书分享、死亡教育、散文朗诵、音乐疗愈等内容，同时也在“三八妇女节”“母亲节”等重要节日，融入应景的节日主题活动，给患者带来新的体验新的感受。“疗愈之约”团体心理辅导活动就像一扇“门”，打开通往患者及家属的心门之路，让医护人员能启迪她们的内心，帮助她们疏解压力、促进癌症康复。



第四十八期“疗愈之约”团体心理辅导活动合影



患者龙老师分享诗歌创作



心愿卡

肿瘤心理专栏
CPOS

Chinese Psychosocial Oncology Society
主办：中国抗癌协会肿瘤心理学专业委员会

主 编：唐丽丽

本期策划：何毅

编 委：吴世凯 李小梅

吕晓君 王霞

周晓艺 宋丽华