责任编辑：荆冰
美编：杜晓静
电话：010-58302828-6847
E-mail:ysbjingbing@163.com
医师报 2024年8月22日

肺癌放疗中的多学科合作

▲ 广西壮族自治区玉林市第一人民医院 叶小莲

肺癌放疗取得了很大发展，医生、放疗师和护士合作很重要。他们需要互相沟通，共同合作，确保治疗精准有效，提高患者生存率。但是，合作中涉及的技术操作和沟通仍然是挑战。要成功合作，不仅要懂专业知识，还要学会团队合作和有效沟通。

放射治疗师在多学科合作中的技术操作作用

在肺癌放疗的多学科合作中，放射治疗师的作用是不容忽视的，他们主要负责放疗计划的设计与执行，以及放疗设备的操作与管理。这些工作涉及到专业技术性较高的放射物理知识，放射治疗师在多学科治疗模式中，复杂的技术操作与判断更显示了其不可或缺的角色。

在放疗计划的设计上，放射治疗师通常会对肺癌患者进行胸部CT扫描，利用专门的计算机软件，根据医生的治疗目标和患者肺部的三维结构信息，设计出一套最优的治疗方案。此过程需要深厚的放射物理知识和丰富的操作经验。

在放疗计划的执行阶段，放疗师需要通过对放疗设备的精确操作，将设计好的放疗方案实施到每一个具体的治疗环节中。在实施过程中，不断根据患者病情的变化，调整治疗方案，在保证治疗效果的最大限度地降低射线对正常组织的损害。

放射治疗师在设备的现场管理中也有重要作用，因为放疗设备的正常运行直接关乎到治疗效果的实现，所以放射治疗师需时刻保持设备的最佳状态，及时发现和处理设备的异常情况。

从上述角度来看，放射治疗师在多学科合作中，对于肺癌放疗的成功率有着显著的影响。他们不仅是技术操作者，更是治疗过程中的关键协调者和保证者。

多学科合作模式下的沟通协调策略

在肺癌放疗的多学科合作模式中，良好的沟通协调策略绝对不可忽视。医生、放射治疗师和护士分别扮演各自的关键角色，平衡合作和独立思考，这对于提高患者治疗的效果颇为重要。

首先，明确合作分工是基础。医生作为决策者，需要对患者的病情给出准确评估和治疗方案；放射治疗师是执行者，准确操作设备，保证每次照射都能达到最佳效果；而护士则需要提供多方面的护理和心理援助，保障患者心理与生理的稳定。

建立高效的沟通渠道是关键。通过定期的病例讨论、患者评估会议，以及邮件、电话等实时沟通工具，能够快捷，准确地传递信息，确保团队成员能够及时把握最新的病例动态和配合治疗。

其次，提倡开放的沟通氛围有利于释放团队创新活力。同侪之间互尊互谅，才能形成良好的团队气氛。团队内部的尊重和理解有助于提高团队的凝聚力和集群效应。

针对性的培训有助于减少沟通误差。通过定期的培训和教育可以提高医护团队的专业能力，也能让团队成员对其他项目有更全面的理解，减少不必要的误解和歧义。

综合来看，在多学科合作模式下，擦亮沟通协调的策略，齐心协力，才能击败肺癌这个看似强大的对手。

肺癌放疗多学科合作模式的未来发展趋势

肺癌放疗多学科合作模式是现代医疗实践的重要组成部分，未来发展趋势也备受关注。预见到几个方向：智能化、个性化和精细化。

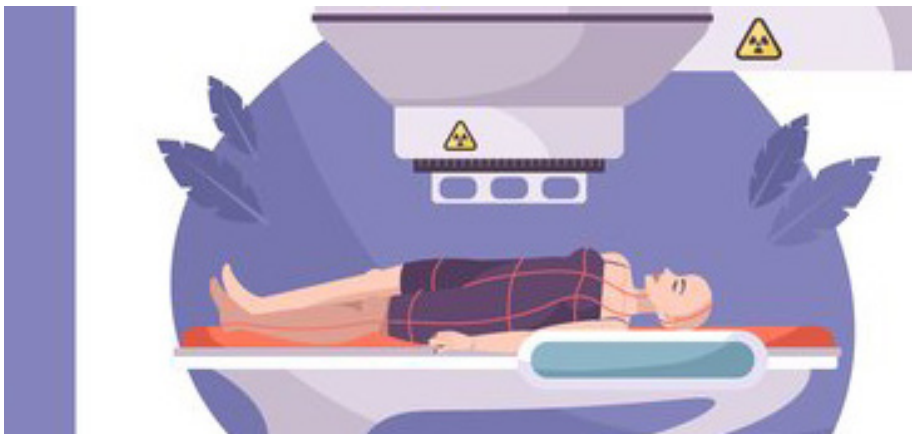
智能化是技术进步带来的新趋势，信息化手段将极大提高多学科团队协作的效率。在放射治疗中，医生、放射治疗师、护士能够利用相关医疗设备实时掌握病人的病情并调整治疗策略，提高治疗的精度与效果。

个性化，就是根据每个病人的具体病情、身体情况、生活习惯等，采取不同的治疗策略和护理方式。这需要医生深入了解病人，进行综合评估，并在多学科团队的参与下，共同确定最适合病人的治疗方案。

精细化主要是针对护理工作，包括精细的护理评估、实施和管理等。精细化护理不仅能够提高病人的生活质量，还能减少病人的并发症，提高病人的生存质量和生存期。

未来，肺癌放疗多学科合作模式还应加强实践研究，继续探索如何更好地结合各学科，提高肺癌治疗效果。多学科模式下的权利分配、协作关系、职业培训等方面也将成为重要的研究和改革方向。

肺癌放疗需要医生、放疗师和护士紧密合作，他们共享信息，提供最好的护理。放疗师的技术操作关键，还要负责设备使用和维护、剂量计算等工作。团队合作和有效沟通很重要，可以增强患者理解和信任。未来，科技可能优化模式，提高治疗质量。但合作基础、专业技能和同情心始终重要，对成功放疗至关重要。



通过穴位按摩提升肺功能

▲ 广东省东莞市企石镇企石医院 成玲芳

呼吸是人体和世界连接的桥梁，每一次吐纳都是氧气输送的过程，更是体内废气和毒素排出的过程。呼吸的健康状态会对人体的生命质量产生直接影响。但是现在社会节奏较快，生活压力较高，很多人的呼吸系统面临着挑战，如慢性呼吸道疾病和肺功能下降等问题日趋严重。而我国传统的中医智慧为我们提供了一条独特的路径，那便是通过穴位按摩的方式来提升人体的肺功能，使呼吸成为一门艺术。

认识主要呼吸穴位

中医理论认为，人体的经络系统就像一张复杂的网络体系，贯穿于全身当中，其中蕴含着很多和呼吸功能相关的穴位。首先，简要介绍一下与呼吸相关的穴位。①云门穴：在胸部前外侧，锁骨下窝凹陷中，按摩此穴可以宣肺理气，有效缓解胸闷不适感；②中府穴：在云门穴下一寸，平第一肋间隙处，是中气汇集之地，按摩可促进气血循环，增强肺部功能；③肺俞穴：位于背部第三胸椎棘突下，旁开1.5寸处，是肺脏精气输注于背部的特定穴位，按摩可调理肺气、缓解咳嗽、气喘等症状；

其次，简要阐述穴位按摩的技巧。①准备工作：选择安静环境，确保身心放松；将双手洗净，必要时可以涂抹一些按摩油或乳液，以减少摩擦；②定位准确：使用手指轻轻按压穴位，寻找最为敏感的点，也就是“得气”感强烈位置。③按摩手法：常用的按摩手法包括按揉、点按和推法等。按摩时需确保力度适中，以感到酸胀或者轻微疼痛为最佳，有效避免过度用力对人体造成损伤；④呼吸配合：按摩时需配合深呼吸，在吸气时加重按摩力度，在呼气时缓缓放松，使呼吸和按摩可以形成统一的整体。

针对不同呼吸问题的按摩方案

对于不同的呼吸问题需要采取不同的按摩方案。在咳嗽痰多问题中，应重点按摩患者的肺俞穴和中府穴，配合列缺穴，使用点按和按揉相结合的方法，以帮助人体化痰止咳；在胸闷气短问题中，需要加强云门穴的按摩，配合深呼吸练习，以促进肺部气体交换，缓解胸闷症状；在哮喘或者过敏性呼吸道疾病当中，需要定期按摩上述穴位，积极探索其他肺经穴位，比如，太渊穴可以增加肺部免疫力有效减少病症发作频率。

按摩时间和呼吸练习

首先，穴位按摩的时间需要控制在3～5 min，总按摩时长控制在20 min左右；一般会选择在早晚饭后1 h进行按摩，避免在饱腹或者饥饿状态按摩。按摩频率需要结合人体的自身状况进行灵活调整，以其适应度为最佳。其次，在按摩之前可以进行较为简单的扩胸运动或者深呼吸练习，以帮助人体放松，为穴位按摩做好准备工作。按摩结束之后需要进行深呼吸练习或者腹式呼吸练习,以巩固按摩效果，促进人体内的气体流通，有效提升肺部活力。

饮食与生活习惯的协同作用

穴位按摩和饮食生活习惯存在良好的协调作用，因此，需要重视日常饮食和生活习惯的调整。首先，饮食调养。应当多食用一些维生素C和E含量较多的食物，如绿叶蔬菜等，这些食物具有抗氧化作用，可以保护肺部细胞功能；蛋白质的适量摄入可以增强肺部抵抗能力。其次，生活习惯调整。在日常生活中做到戒烟限酒，远离二手烟和空气污染源；确保室内空气清新，定期进行通风换气；坚持适量的运动，每天进行慢跑或者太极拳等，以提高心肺功能。

综上所述，呼吸是生命中最为基础且微妙的动作，其中蕴含着无尽的力量。通过穴位按摩可以有效缓解各种呼吸问题，提高人体的肺部功能，让每一次呼吸都能够成为滋养身心的力量。但是，任何改变都需要长期地坚持和努力。因此，在接受穴位按摩时，需要与日常生活中的饮食和生活习惯有效协调，做到持之以恒，有效享受呼吸所带来的畅快和舒适。