



# 《中国肿瘤心理治疗指南》即将发布

## 多机构联手：我国肿瘤心理治疗的里程碑式事件

### 联合发布

中国抗癌协会  
中国抗癌协会肿瘤心理学专业委员会  
北京抗癌协会肿瘤心理专业委员会  
中国老年肿瘤协会姑息治疗专业委员会  
中国医促会肿瘤姑息治疗与人文关怀分会  
中国老年学和老年医学学会肿瘤康复分会  
出版单位：中国人民卫生出版社



柯杨 教授

我从事癌症研究及医学管理工作多年，见证了医学技术的不断进步，同时也看到医学技术进步带来了许多新的问题——在医疗服务分科越来越细，对机器的依赖程度越来越高的同时，医学人文精神却没有同步提高，加之我国医疗体制改革尚未成功，积累的各类问题使医患关系日益紧张。肿瘤临床也是如此，尽管癌症诊疗方面的研究不断有所突破，新药、新方法层出不穷，但是患者所承受的疾病和治疗的双重痛苦以及对死亡的恐惧并没有减少，相比于恶性肿瘤的治疗效果的部分提高，医疗对人的关爱和抚慰仍显得微不足道。

因此，近年来，对医学目的的诘问从来没有停止；对医学人文精神的呼唤声浪渐高；从精神、心理层面关爱患者的专业性努力，尽管举步维艰，却从未放弃。2011年，我高兴地看到我国第一本《心理社会肿瘤学》论著出版，并且很荣幸为之做序。时隔5年，第一本《中国肿瘤心理治疗指南》又摆在了我的面前，当我翻阅这本指南时，不但看到了严谨的证据和指导，更感受到了医学人文情怀的传播，尤其让人感动和自豪的是北医人的努力。

我相信这本指南会成为心理社会肿瘤学融入肿瘤常规诊疗的一个开端。我衷心地盼望肿瘤临床的医护人员，为肿瘤患者及家属服务的精神科医生、心理医生能够阅读这本指南，并按照指南中的推荐意见尽最大努力帮助恶性肿瘤患者和他们的家属减轻痛苦，提高生活质量。让医学成为有温度的科学，更让大爱在医学中绽放。

北京大学常务副校长

柯杨

2016年4月



赵平 教授

四十年前，我的第一位患者，一个年轻的话剧演员因白血病在我面前永远闭上了眼睛。望着他那苍白而又秀丽的面孔，泪如泉涌的我决心终生以医疗为职业，普度众生。我曾为成功救治无数患者而自豪，也常常面对晚期肿瘤患者而

力不从心。患者失望的眼泪常常让我的心在收紧。担任肿瘤医院的院长后，我不停地思考，如何能够给予肿瘤患者更多的心理关怀。我同意一位外国医生墓碑上的话，很少是治愈，常常是安慰，更多是关怀。

当我得知中国抗癌协会肿瘤心理学专业委员会编纂了《中国肿瘤心理治疗指南》一书，我很高兴。这本书将对中国的肿瘤临床工作将产生很大的影响。中国癌症发病率持续攀升的态势很难在短期内得到缓解。尽管癌症治疗的水平在迅速提高，但是中国癌症的死亡却依然

是生命的第一威胁。癌症患者依然在死亡的恐怖中挣扎。现在，我们正在经历着医疗观念的巨大变革，医生开始认识到不应该只注重对患者机体的治疗，更应该学会关心患者，关注患者的感受，尤其是癌症患者。癌症患者心理的创伤不仅可以影响治疗的效果，甚至可能使患者走上绝路。心理关怀是癌症患者最突出的需求，但是到目前为止，如何给予科学、人道的帮助仍然在探讨中。

感谢《中国肿瘤心理治疗指南》的问世，我相信它不仅能够帮助心理医生提供更加有效

的心理治疗。我还希望这本书能够帮助更多的医生、护士以及患者的亲朋好友能够学会一些心理关怀的技术，帮助亲人摆脱不治之症的阴霾。更重要的是，这本书提出了中国肿瘤心理治疗的规范和标准，可以成为中国肿瘤心理治疗的里程碑。

中国癌症基金会理事长  
中国预防医学会肿瘤预防与控制专业委员会主任委员

赵平

2016年4月

### 指南节选

## 肿瘤相关性抑郁：抗抑郁药物对其同样有效

肿瘤的发生发展与心理社会因素有着不可忽视的联系，其情绪反应以抑郁最为常见。抑郁是伴随负性生活事件（如肿瘤诊断和治疗应激）的正常心理体验，但如果人们不能良好地应对肿瘤这个疾病，肿瘤就会明显影响他们的生活、工作和社会功能，从而导致抑郁障碍的发生。

Derogatis 等进行的一项随机研究，调查了215例住院及门诊恶性肿瘤患者，其中47%

的患者出现精神症状，在这47%的患者中，有13%的患者伴有重度抑郁。抑郁性障碍的发生与肿瘤的发展进程相关，Meyer 等对628例晚期恶性肿瘤患者抑郁的患病率进行了调查，结果发现，相比早期肿瘤，晚期肿瘤患者更易出现抑郁。

临床上，抗抑郁治疗药物已经被广泛用来治疗各种躯体疾病伴发的抑郁障碍，而且研究表明抗抑郁药物对肿瘤相关性抑郁同样有效。

选择性5-羟色胺（5-HT）再摄取抑制剂是近年临床上广泛应用的抗抑郁药，Fisch MJ 等一项随机双盲对照研究，163例伴有抑郁症状的晚期恶性肿瘤患者分别服用氟西汀（20 mg/d）和安慰剂治疗12周，结果发现，服用氟西汀可提高患者生活质量，减轻抑郁症状，且氟西汀的耐受情况良好。此外，Morrow GR 等进行的一项随机双盲对照研究发现，帕罗西汀能改善恶性肿瘤患者的抑郁

情绪，但对化疗患者的疲乏没有显著改善。

Cankurtaran 等的一项研究对米氮平和丙咪嗪的疗效进行了对比，将伴有重度抑郁障碍的恶性肿瘤患者分为3组，分别给予米氮平、丙咪嗪及安慰剂治疗，结果发现，米氮平可以有效地改善恶性肿瘤患者的抑郁和失眠，其疗效优于丙咪嗪。此外，部分学者研究发现，米氮平还能改善恶性肿瘤患者恶病质、恶心和潮红等症状。

## 肿瘤患者焦虑障碍：应进行心理和药物综合干预

恶性肿瘤是一个重大的负性事件和应激事件，患者不得不面对恶性肿瘤给自己生活带来的巨大变化，有部分患者在面对恶性肿瘤时会伴随有精神障碍。其中，焦虑障碍在恶性肿瘤患者中很常见。

在面对威胁生命的疾病时，焦虑是一种正常的反应，它通常在两周内逐渐消失。若焦虑症状持续存在，则会发展为焦虑障碍。焦虑障碍是一组障碍，包含广泛性焦虑障碍、惊恐障碍、广场恐怖、特殊恐

怖症、社交焦虑障碍、急性应激障碍和创伤后应激障碍。

对恶性肿瘤患者焦虑最有效的干预应包含心理干预和药物干预。个体心理干预改善恶性肿瘤患者的焦虑症状（强烈推荐，中等质量证据）。

认知行为治疗短期改善恶性肿瘤患者的焦虑症状（强烈推荐，高质量证据）。对于持续恐惧和焦虑的患者，一线药物是苯二氮卓类药物（强烈推荐，高质量证据）。

（下转第23版）

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

名誉主编：

季加孚 赵平 刘端祺

主编：唐丽丽

执行主编：

刘巍 王丕琳 吴世凯

强万敏 刘爱国

本期轮值主编：唐丽丽

编委：

李小梅 王昆 刘晓红

周晓艺