



日前，中国抗癌协会肿瘤心理学专业委员会（CPOS）在湖南长沙邀请国内外著名专家学者举办了四个工作坊，分别为心理痛苦筛查工作坊、癌症患者家庭治疗工作坊、临床心灵关怀工作坊以及鼓圈音乐工作坊。

本次工作坊吸引了百余名来自全国各地热衷于为肿瘤患者提供更加全面照顾的临床一线工作人员，包括内科医生、护士、放疗科医生、心理医生等，会场座无虚席。



癌症患者家庭治疗工作坊



临床心灵关怀工作坊

中国抗癌协会肿瘤心理学专业委员会 2016 年学术年会在长沙召开 肿瘤心理四大工作坊寓教于乐

心理痛苦筛查工作坊

心理痛苦是第六大生命体征

▲ 北京大学肿瘤医院 张叶宁

目前，癌症治疗的目标除了治愈疾病、延长生命外，还应该包括维持并提高患者的功能，减少躯体及心理痛苦，提高生活质量，支持优逝等。研究显示癌症患者的痛苦发生率为 35%~45%，但接受心理社会干预的患者是少之又少。

本次大会邀请到国际心理社会肿瘤协会前任主席，加拿大卡尔加里大学、Tom Baker 癌症中心的 Barry D. Bultz 教授进行了一次肿瘤临床痛苦筛查工作坊培训。本次工作坊培训将有助于国内对此项工作系统化并规范化的开展，也将有利于科研工作的标准化。

痛苦筛查是什么？

癌症患者的痛苦不仅来自于焦虑和抑郁，也可由疼痛、疲乏、营养以及其他躯体症状引起。临床工作中对抑郁等精神症状识别的准确率较低，且未经过合理的评估。痛苦筛查应包括躯体、心理及实际问题等多维度的

评估，同时在评估后要由工作人员给予合理的应答和支持。

研究显示，痛苦筛查可提高工作人员与患者针对症状和担忧的沟通，提高工作人员的满意度和工作效率，同时并不会拖延门诊时间，不会增加工作

强度。

2013 年，国际抗癌联盟（UICC）在世界癌症宣言中指出，到 2025 年使有效疼痛控制及痛苦管理服务普遍化。国际心理社会肿瘤协会（IPOS）倡议应将痛苦看作第六生命体征，并进行常规筛查。

痛苦筛查应选择哪些工具？

加拿大对于肿瘤患者的痛苦筛查模式值得借鉴，Bultz 教授指出在痛苦筛查过程中工具的选择很重要。随着 1997 年心理社会肿瘤学创始人 Jimmie Holland 教授与多国专家提出“痛苦”一词后，很多专业学者开始探索对于

痛苦进行评估的工具，起初 NCCN 痛苦管理指南推荐使用痛苦温度计进行筛查，但痛苦温度计仅有单一条目，对围绕痛苦的多个维度筛查欠深入。

本次培训中，Bultz 教授推荐使用埃德蒙顿症状评估系统，包含 11 个条目，

对肿瘤临床常见症状，如疼痛、疲倦、恶心、抑郁、焦虑、嗜睡、食欲、总体状况、气急和其他问题等，分别从 0~10 分给予评价，该评估工具目前已有中文版可用，能够对痛苦从不同角度进行筛查，更具应用价值。

痛苦筛查前应做好哪些准备？

Bultz 教授强调，实施痛苦筛查需要做好充分的前期准备，包括建立痛苦筛查前期策略小组，对于痛苦筛查进行广泛的宣传和培训，建立实施痛苦筛查的队伍并有人督促，实施有效的痛苦筛查和应答，科研人员对数据进行分析解读等。团队建立及互相支持是痛苦筛查工作顺利开展的核心理念。

肿瘤临床的心理治疗并非意味着患者出现精

神心理问题，而是肿瘤高质量治疗的重要组成部分。目前痛苦筛查已被纳入多个国家的肿瘤心理社会干预临床实践指南中，包括在本次 CPOS 年会期间正式发布的《中国癌症治疗指南》中也强调了痛苦筛查的作用和意义。

相信 CPOS 对此项工作的积极推动定会将肿瘤临床的医疗模式从实质上转变为生物-心理-社会医学模式。

心理痛苦筛查工作坊经验总结

工作坊举行期间，参会学员根据自己的临床经验结合培训内容进行了积极的反馈和讨论，根据学员的反馈，Bultz 教授给予了解读。

★痛苦筛查与临床各项工作一样，都会遇到困难和来自于医疗设置、患者和家属等各方面的阻力，但是只要开始了就会对患者有帮助，哪怕是只做了一点点工作。

★筛查工作不仅只有精神和心理学专业人员可以进行，只要有心帮助患者的所有工作人员都可以进行，临床一线人员更为重要，当然所有人员需要经过系统的培训，从而保证筛查及应答的规范化。

★筛查后的心理

社会学应答是筛查成功的关键，这一点在国内临床尤为重要。很多患者认为填写量表只是在给工作人员提供数据，对自身无益，但恰恰相反，痛苦筛查是为了帮助参与肿瘤治疗和照顾的所有人员能够为患者提供更加全面的服务。

根据加拿大的实践及 ESAS 评分标准，症状在 0~3 分属于轻度痛苦，可以通过自我调节或工作人员的沟通和心理支持进行改善；4~6 分属于中度痛苦，需要给予系统多次的心理支持或心理治疗以及在必要情况下的精神科药物干预；7 分以上属于重度痛苦，需要转诊至精神科及心理门诊接受治疗。



在心理痛苦筛查工作坊现场，加拿大 Tom Baker 癌症中心的 Barry D. Bultz 教授正在对参会成员进行授课和培训

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