



贯穿生命全程,满足不同人群的心理社会需求

肿瘤心理提供癌症全程照护

热点一 关注癌症治疗影响 改善生存者照护质量

近期,第十九届国际心理社会肿瘤学大会在德国首都柏林召开。

首场主题报告聚焦癌症生存者,标题为“关注癌症治疗的长期与延迟影响:改善癌症生存者的照护质量”。

随着社会人口老龄化的发展,癌症早期诊断和治疗水平的提高,癌症患者的生存期在延长,癌症生存者的数量在增加,很多国家的癌症5年生存率都达到了70%。尽管这些患者罹患癌症后生存了下来,但很多患者因为疾病或治疗的原因,会出现一些症状和不良反应。

这些症状和不良反应,有些会长期存在,有些则较晚才出现。长期的包括慢性疼痛、疲劳、手脚麻木、焦虑、抑郁等。迟发的包括认知问题、肝肾功能的问题、淋巴水肿等。同时,罹患癌症还会改变患者家庭的经济状况,甚至人生轨迹,给患者带来很多长期的心理社会痛苦。区分长期和迟发效应可以更好地为癌症生存者提供有针对性的照料与干预,改善生活质量。

荷兰 Van de Poll-Franse.L 教授提出,要将患者报告结局(PRO)加入到肿瘤登记处的常规登记中。不仅要了解这些生存者是否生存,还要关注他们的生存质量,帮助们改善长期症状,缓解心理痛苦和社会压力。

PRO 研究因其可直接的反映与患者生活质量相关的症状和问题,越来越受到目前癌症研究领域的重视,特别是癌症生存者领域。相关研究已获得很多成果,为改善癌症生存者的生活质量提供了非常重要的依据。

该研究还对大数据进行深入分析,并根据癌症生存者的特征将 PRO 划分为长期和迟发影响,较以往研究将所有 PRO 结果放在一起分析更加细化,使处于癌症疾病过程中的生存者得到不同的、有针对性的高质量照料。

Van de Poll-Franse.L 教授还指出,解决癌症及其治疗对生存者生活质量下降、不良反应的机制以及哪些患者易出现长期和迟发不良反应,为什么会在这些患者中出现,以及其中是否存在潜在通路等问题,是该领域进一步研究的方向。

同样来自荷兰 Van den Akker.M 教授提出,很多老年癌症生存者同时患有心脑血管疾病、糖尿病、关节炎等多种慢性病,而目前多数指南是针对某一种疾病制定的,没有考虑到共病的复杂情况,要改善对



何毅(右一)、庞英(右二)与国外讲者合影

这些老年癌症生存者的照护状况,需要制定以患者为中心而不是以疾病为中心的诊疗指南。另外,还要加强各科医生的合作,共同做出医疗决策。

美国的 Jacobsen.P 教授提出,要发展国家生存者照护计划,将癌症生存者进行风险评估,分级管理,将 PRO 评估纳入对癌症生存者的随访中,既关注疾病,又关注症状。癌症生存者的家人也要关注,因为癌症改变的不仅是个人的生活轨迹,而是影响家庭系统中的每个人,而家庭系统情况对癌症生存者的生活质量也至关重要。

来自北京大学肿瘤医院的何毅和庞英两位医生获得大会青年奖学金资助参会,并分别进行了大会分会场发言。

神经质人格与职业倦怠密切相关

▲北京大学肿瘤医院康复科 何毅

医护人员的职业倦怠一直是热门话题,不仅影响到医护人员的身心健康,还会对医疗质量、照料水平产生较大影响。职业倦怠的三个核心领域为:情感耗竭,去人格化和个人成就感。肿瘤科临床工作者更是一项挑战性的工作。研究表明,与其他临床科室人员相比,肿瘤科医护人员的职业倦怠更为严重。

笔者以往研究发现,具有肿瘤心理学培训背景的肿瘤科医生职业倦怠水平较低;双重角色的肿瘤科医护人员对于职业倦怠具有保护作用。至于双重角色与单纯角色的肿瘤科医护人员职业倦怠水平的差异原因,可能是双重角色具有更好的医患沟通技能,具有良好的共情技能以及更好的自我调节水平。

此外,两组人群职业倦怠水平的差异是否是人格差异所致也是要考虑的因素之一。在此之前,首先要回答人格特征是否是肿瘤科医护人员职业倦怠水平的预测因素的问题。文献综述显示,以往很多研究发现服务行业中人格特征与职业倦怠有相关性。因此,笔者提出了研究假设,即肿瘤科医护人员人格特征在预测职业倦怠中具有重要作用。在北京大学肿瘤医院每年的体检中加入关于职业倦怠的问卷调查以及人格特征相关的量表。研究发现,神经质

人格在所有肿瘤科医护人员中均与更差的情绪耗竭相关;而外倾性人格与情绪耗竭程度呈负相关。

同样,在回归分析中,神经质人格与去人格化呈正相关;宜人性格特征则与去人格化呈负相关。神经质人格可全面预测职业倦怠相关的情感耗竭与去人格化,考虑到我国癌症患者多重需求,即使正常个体也面临很多困难。外倾性的特征为自信、有活力、有动力,具备这种人格特征的医护人员可有效缓解职业倦怠。

此外,开放性与责任心这两种人格特征未发现与职业倦怠明显相关。本研究发现,人格特征,特别是神经质特征人格是肿瘤科医护人员职业倦怠的预测因素,可以指定特定的干预措施来改善此状况。

热点二 关注生命终末期照护 提高死亡质量

今年,加拿大刚刚通过了医生协助死亡的法律,在本届 IPOS 大会上有很多关于生命终末期照护的内容。一项研究发现,很多进展期癌症患者会感到失控、恐惧、失去尊严和自我,他们需要被倾听,却害怕成为他人的负担。他们对未来感到绝望,由此产生抑郁情绪。甚至有30%患者由于疾病负

担和内心孤独而产生自杀想法。目前,加拿大很多申请医生协助死亡的患者是为了避免痛苦,提高死亡质量,渴望对自己的生命有自主权,希望有尊严地死去。

另一项关于死亡焦虑的研究,通过结构方程分析得出了死亡焦虑的三个维度:(1)对死亡本身的恐惧;(2)对生命的不确定感;(3)面对未

完人生的痛苦和遗憾。研究者提出,帮助患者减轻死亡焦虑,从容接纳死亡是缓和医疗的重要目标。此次会议上,专为进展期癌症患者设计的 CALM 心理治疗也成为热点,举办了 IPOS 大会会前工作坊,进行了大会发言,并组织了专场研讨会。

加拿大、德国、意大利都开始了 CALM 治疗的大样本随机对照研究。

初步结果已显示,CALM 心理治疗能有效降低进展期癌症患者的死亡焦虑,改善抑郁情绪。然而,由于中西方文化差异,以上研究均在西方国家进行,CALM 治疗的创立者——加拿大玛嘉烈公主癌症医院的 Gary Rodin 教授非常希望中国也能开展 CALM 治疗研究,为推动 CALM 治疗全球化提供证据。

热点三 将癌症经历整合入纵向的生命故事中

荷兰的 Verdonck-de Leeuw 教授介绍了癌症生存者意义中心集体心理治疗的研究,核心干预理念为帮助处于癌症担心、焦虑、恐惧中的患者寻求生活中、生命中的

意义,其理论核心为存在主义心理治疗,主要包括回溯并发展生命故事、发现自我生命的连续性、发掘生活、生命的意义这几个领域。此外,研究者还对经济效益进行了研

究,表明该以意义为中心的集体心理干预有良好的性价比。

该研究的另一亮点在于干预人群的选择。以意义为中心的干预性研究是肿瘤心理领域研究较为

成熟与系统的心理干预法,甚至已在相关指南中被推荐使用。而该研究仍获得较高的关注度,原因是该研究选择的样本人群是近来热门的癌症生存者这一特征性人群。

C

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
本期策划:李梓萌
编 委:
李小梅 王 昆 刘晓红
周晓艺

(下转第23版)