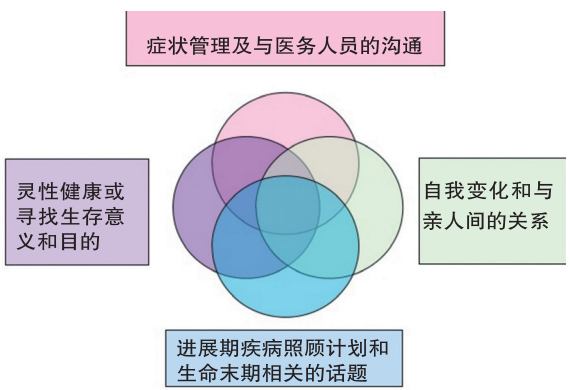


北京大学肿瘤医院参与癌症管理和生存的意义全球多中心研究 癌症进展期解决之道：踏实面对 活出意义

▲北京和睦家医院 胜利

近期，加拿大研究者在《临床肿瘤学杂志》发表一篇关于晚期癌症患者心理干预的随机对照试验。结果显示，癌症管理和生存意义（CALM）是一项有效的干预措施，为进展期癌症患者减轻抑郁症状并解决所面对的可预测的挑战提供了一种系统的方法。

为证实 CALM 治疗的普适性，Gary 团队发起了 CALM 治疗的全球多中心研究。自 2013 年 11 月 Gary 教授首次将 CALM 治疗引入北京大学肿瘤医院，在此基础上，北京大学肿瘤医院康复科成为了 CALM 全球研究的中心之一。



CALM 多中心研究结果出炉

众所周知，面对疾病的压力和悬而不定的死亡，进展期癌症患者会经历严重的痛苦。CALM 是一项新型的、简短的、手册化的心理治疗干预模式，帮助进展期癌症患者改善抑郁和生命末期的痛苦。我们为此开展了一项随机对照试验，对比 CALM 治疗和常规治疗的效果。

该研究从多个癌症中心门诊入组进展期癌症患者进入非盲法随机对照试验。通过 9 条目患者健康问卷（PHQ-9）中抑郁得分进行区组化随机分层，分别进入 CALM+ 常规治疗组和常规治疗组。评估抑郁症状（主要结局），死亡相关痛苦，和

其他次要结局，分别进行 3 次评估：基线评估、3 个月后（主要结局终点）、6 个月（试验终点）。对结果进行意向性分析。控制基线得分后，采用协方差分析检验随访得分的组间差异。同时，进行混合模型分析。

结果显示，自 2012 年 2 月 3 日—2016 年 3 月 4 日，共 305 例患者入组，随机分组进入 CALM 组 151 例，常规治疗组 154 例。3 个月和 6 个月的评估结果显示，与常规治疗组相比，CALM 组患者抑郁症状程度更轻。研究结果显示 CALM 治疗组患者在 6 个月以后对末期生命的准备优于常规治疗组。未发现存在治疗副作用。



胜利 教授

该治疗在人际心理治疗、依附理论和意义治疗的基础上，专门为进展期癌症患者制定的系统化心理帮助方法。一般在半年内分 3~6 次进行，争取每

从实际的临床处理入手，经过具体心理支持层面，渐入心灵层次，也符合患者关注的先后顺序，特别是中国患者的看问题习惯。治疗主要采用支持—表达的治疗程式，也符合大多数临床工作者（医生、心理学工作者、社工）的工作习惯。

在疾病进展期，患者面临很多困难：第一，往往有多方面的躯体症状，包括癌症本身及治疗副作用、并发症；第二，多种

目前，除了原创地加拿大外，CALM 治疗还在德国、意大利、英国及葡萄牙开展。早期的定性研究显示，CALM 治疗为患者提供了一个“安全处所”，使他们能够处理进展期癌症的体验，他们感到“允许”谈论有关死亡和临近死亡。起到了辅助管理疾病，引导保健体系

自 2013 年 11 月 Gary 教授首次将 CALM 治疗引入北京大学肿瘤医院，其后陆续在国内开展了多次 CALM 治疗工作坊，接受培训的学员不断将 CALM 治疗的元素应用于中国的进展期癌症患者并接受 Gary 团队的督导和培训。在此基础上，北京大学肿瘤医院康复科成为了 CALM 全球研究的中心之一，探索 CALM 治疗在中国进展期癌症患者的适用性，中国文化影响下，CALM 治疗应该进行哪些调整？为提高中国进展期癌症患者的生存状况提供帮助。

四大领域 层层递进

月一次。第 1~2 次为了解情况，需要让家属或其他主要照顾者参与，评估患者的亲密互动及支持模式。帮助患者及家庭应对病痛折磨、死亡临近等造成的巨大心理压力。

具体工作分四个领域：第一，帮助患者梳理症状，并就症状处理及治疗选择，帮助患者与肿瘤治疗团队沟通；第二，自我及亲密关系、及其在应对肿瘤过程中的变化，比如原本相

对独立的人，在疾病进展期需要更加依赖家人或照顾者，这时人际互动中的问题会凸显；第三，是心灵历程和感知当下生活的意义；第四，是讨论如何面对死亡，计划未来。

治疗按身、心、灵的次第顺序

损失，经济上的负担，事业上的损失，家庭气氛上的压力（轻松的气氛一去难返）；第三，很多维持个人稳定的内容被打断，包括自我发展和自我完整性、个人及家庭关系、在社会及群体中的角色（作用）；第四，害怕依赖他人和受罪；第五，悲伤和失去意义。因此，患者及其家人往往有说不清、理还乱的压抑及痛苦。

另一方面，负责帮助

他们的医务人员，也面临巨大心理挑战，希望有一种“路线图”，能够帮助患者理清问题的层次，做出切合实际而明智的选择，达成人生最后阶段的心愿。

因此，CALM 治疗应运而生。但它也同时面对着很多矛盾的、需要协调统一的情况。特别是心理层面。如既要有一定的路线图，便于操作者、参与者依照执行，又要有足够的反思空间，因为不仅涉

及具体治疗，更涉及人生意义等大主题。既要有实际帮助，又要有能拓展的深广空间。治疗者和患方，都在面对生命的鲜活与消亡，在时间短促的情况下，还需要帮助患者能拉开心理距离，采取一种观照的态度。确实很有难度。

因此，治疗者除了与患者（家人）的会晤外，每周还需要小组督导，帮助解决治疗中面临的困境，治疗者自己一方的心理负荷。

为患者提供“安全处所”

的作用。帮助患者解决被破坏的关系。有的患者总结，他们终于有了一个在保健系统内“被作为完整的人来看待”的机会。

继定性研究后，Gary Rodin 教授的团队，还不断发表随机对照研究的结果。最近《临床肿瘤学杂志》还发表了纳入 300 多例患者的随机对照研究结

果。能达到这样规模的心理干预对照研究，确实相当难得。研究设计在 3 个月时以抑郁症状改善为主要指标，在 6 个月时的研究终点评价，更是纳入了生活质量、亲密关系、死亡焦虑、创伤后成长、意志消沉等有肿瘤中晚期特色的心理—心灵评价。尤其难能可贵的是，研究

的对照并不是单纯的肿瘤治疗对照，而是包括了在加拿大已经形成常规的、包括精神科干预、心理干预、社会辅助的帮助体系。CALM 治疗在 3 个月和 6 个月的评价中，均明显优于已有的包括心理干预的常规处理。

帮助心灵的治疗，当然也是触及心灵的治疗。

医师报
中国医师协会唯一报纸

距离
还剩
21
天
距离
会议

思想巅峰的集结 | 管理前沿的碰撞 | 创新学术的交流 | 医者荣耀的盛宴

第四届《医师报》医学大家峰会 (2019)

推动行业前行的力量系列奖项：

- ★ 十大医学杰出贡献专家
- ★ 十大领导/院管专家
- ★ 十大医学贡献专家
- ★ 十大医学促进专家
- ★ 十大医学创新专家
- ★ 十大医学新锐
- ★ 十大优秀基层医师
- ★ 十大医药先锋

中国健康公益星系列奖项：

- ★ 十大公益人物
- ★ 十大公益科室/医院
- ★ 十大公益组织/机构
- ★ 十大公益企业

改变中国临床实践的年度研究奖项：

- ★ 十大原创研究
- ★ 十大原创研究者
- ★ 十大青年研究者

助力医学系列奖项：

- ★ 十大医界好书
- ★ 十大优秀通讯员
- ★ 十大“有声医师报”金嗓子
- ★ 十大优秀专栏金笔奖
- ★ 菁英记者团成立仪式
- ★ 十大医疗服务机构

主办单位：中国医师协会 医师报社
会议时间：2019年1月11日（周五）13:30 ~ 17:30
会议地点：北京
报名邮箱：yishibao2017@163.com 联系电话：010-58302828

观看往年盛况
扫一扫

报名参加2019年
医学大家峰会
扫一扫