

NCCN 癌因性疲乏指南 2020.1 版更新解读 癌因性疲乏五大更新要点

▲北部战区总医院 全军肿瘤诊治中心 谢晓冬 张潇宇



癌性疼痛、贫血、发热等癌症相关症状因其表现明显或易于测量，一直以来受到肿瘤患者和肿瘤医生们足够的重视；而癌因性疲乏（CRF）因其为主观、持续的疲惫感，不像其他症状那样易于发现，常常被忽视。CRF是一种痛苦的、持续的、主观的，有关躯体、情感或认知方面的疲乏感或疲惫感，与近期的活动量不符，与癌症或者癌症的治疗有关，并且妨碍日常功能。近年来，随着医学技术的发展，肿瘤患者总生存期延长，肿瘤患者对生活质量的

要求越来越高，CRF引起越来越多人的重视。

2020年2月，美国国家综合癌症网络（NCCN）发布了CRF指南2020.1版，与去年的2019.2版相比，除了几处语言表达的差别，主要有以下五点更新：

- 1 在病史采集中添加了最近住院情况以及肿瘤治疗（如放疗、系统性治疗），替换了上一版本中处方药和补充剂的询问。
- 2 在CRF管理的一般策略中增加脚注：儿童的科学证据有限。可见CRF尚缺乏儿童的大宗样本。
- 3 积极抗肿瘤治疗中的患者，限制午睡时间以免影响夜间睡眠质量，删除了不超过1h的说明，笔者认为应该是没有足够的循证医学证据，缺乏相关数据支撑。删除了分散注意力法（如游戏、音乐、阅读、社交）。删除了寻求当下的意义，提升患者尊严的建议。积极治疗过程中的患者，决定体力活动强度应注意的条目添加了“术后”。
- 4 抗肿瘤治疗结束后患者CRF的非药物性干预增加了明亮白光疗法。明亮白光疗法采用10000 lx的光照强度，通常由患者在清晨自我实施，每次照射30~90 min，用于改善CRF和抑郁。
- 5 终末期患者优化体力活动水平时考虑的因素增加了“患者目标”和“物理治疗和职业治疗的建议”。将终末期患者的个人意愿加入体力活动的考虑因素，体现了人文关怀的意识。终末期患者CRF考虑应用皮质类固醇，新增仅限成人的说明。

癌因性疲乏亟待规范诊疗

临床工作中，由于各种原因，CRF的筛查常常无法系统、有效地进行。例如，患者担心报告的疲乏程度高，会影响到正常的治疗。还有患者不想被认为是在抱怨而不谈疲乏。由此，有些医生不清楚患者疲乏的情况，误以为CRF是小受众的现象，而忽视这个在肿瘤患者中广泛存在的情况。CRF作为预后的潜在影响因素，可贯穿肿瘤患者患病的全过程，在抗肿瘤治疗结束后仍可持续存在。应从初次就诊开始评估，直至治疗结束后，定期评估，有症状随时评估。

从发表文献数量来看，根据中国知网和Pubmed的数据可以发现，近几年CRF的中文文献报道数

量远超国外，从中国知网检索到2018~2019年发表的相关中文文献的数量比Pubmed检索到的英文文献多出一倍。然而，中文文献中80%以上均为护理相关文献，并没有指南、专家共识。CRF未像癌痛、贫血等存在可参考的国内指南或共识，并形成规范化的诊疗模式。

未来，我们应该加大对CRF的关注力度，加强从基础实验向临床应用过渡的转化性研究，开展大规模前瞻性随机对照临床试验，不仅对抗CRF患者躯体的疲惫感，更在社会、精神、心理等方面给予足够的重视。由于CRF是肿瘤患者的普遍症状，应收集国内数据，发布针对中国肿瘤患者人群的有中国特色的诊疗指南。借鉴国

外诊疗经验的同时，还应发扬中医中药辨证施治的优势。应开展培训项目以确保医务人员具备评估和管理CRF的知识和技能。在临床工作中，结合遇到的实际情况，具体问题具体分析，合理运用指南，由多学科小组完成CRF的治疗和管理，根据患者的需要个体化制定干预措施，必要时考虑转诊给相应的专家或支持治疗机构，为患者的生活质量提供有力的保障。此外，值得一提的是，CRF治疗相关医疗费用也应纳入医疗保险的报销范畴，减轻肿瘤患者的负担。



关联阅读全文
扫一扫

CA: 瞄准未来肠癌防控主攻方向 40岁人群记得做肠镜

美国结直肠癌流行现状具有如下六大特点

3月5日，美国癌症协会（ACS）《CA: 临床医师癌症杂志》上发布了该协会关于2020年美国结直肠癌的统计报告，阐述了美国现今的大肠癌流行特征，报告详细分析了最新的发病、死亡和患者生存的情况及变化趋势，以及性别、种族、地理等带来的差异等。（CA.3月5日在线版）

- 1 全美肠癌的发病率和死亡率持续改善，均呈下降趋势，但需要重视发病的年轻化；
- 2 发病率的下降最大程度归功于基于全人群的健康筛查，尤其是肠镜筛查的普及和提高；
- 3 肠癌患者整体生存的改善主要得益于诊治技术的进步和基于指南推荐的规范化治疗的推广普及；
- 4 健康人群的筛查普及度和肠癌患者的治疗普及度在全美存在一定的区域差异、人种差异，反映了社会经济、文化教育带来的影响。
- 5 发病年轻化，50岁以下的年轻大肠癌发病率快速上升，而且更多的年轻肠癌确诊时分期偏晚。
- 6 未来大肠癌防控的方向包括：继续推进以肠镜为主要手段的健康人群筛查并向50岁以下年轻人倾斜；进一步消除筛查和抗癌治疗普及度的区域、人群差异；继续发展癌症治疗的新科技，改善肠癌尤其晚期患者的疗效。



中国医师协会唯一报纸

共铸医学影响力

300万医师都在看……

敬请订阅2020年《医师报》

- ★ 传播主流医学信息
- ★ 关注学科进展
- ★ 最大化实现医生社会价值
- ★ 讨论医师关注话题
- ★ 发扬医学人文精神



周报，全年48期，单价6.0元，年价288元

- ☑ 全国邮局网点均可订阅
- ☑ 邮发代号：1-351
- ☑ 服务热线：010-58302970
- ☑ www.mdweekly.com.cn