



2020 ASCO 心理社会肿瘤学心身症状管理新进展 关注癌症患者七大心身症状

▲北京大学肿瘤医院康复科 何毅 庞英 张叶宁 汪艳 宋丽莉 李梓萌 苏中格 何双智

癌症患者心身症状管理是心理社会肿瘤学重要的关注领域，今年美国临床肿瘤学会（ASCO）继续关注癌症患者心身症状的药物干预以及心理干预新方法，旨在减轻患者躯体与心理症状，改善生活质量，体现全人照料的理念。对此，本期选择癌症患者谵妄、失眠、疲乏、恶心呕吐、恐惧癌症复发的管理以及正念干预这几项研究与大家分享。

症状负担

关注症状负担 改善患者预后

加拿大一项前瞻性研究在新确诊的进展期癌症患者中评估基线的症状负担，评价基线的症状负担对于总生存（OS）的影响。研究使用患者报告结局的方法—Edmonton 症状评估系统，包括躯体症状、心理症状和症状负担总分三个维度。结果发现，基线躯体症状得分以及症状负担总分预测更差的 OS，表明症状评估具有显著的预后预测价值。（摘要号：12020）

述评

症状负担的评估与管理在癌症患者的治疗全程中占据重要的作用，之前已经开展多项症状负担监测管理研究，结果表明，基于患者报告结局的症状管理不仅可改善患者症状负担、生活质量，甚至可以带来生存获益。本研究进一步表明症状负担监测对于进展期癌症患者生存期的重要预测作用，提示在临床实践中关注癌症患者症状负担的重要意义。

恐惧复发

减少复发恐惧 提高生活质量

该研究探索肿瘤科医生提供的恐惧癌症复发（FCR）干预的可行性和有效性。结果显示，58 例患者（95%）认为干预有效，59 例患者（98%）会向其他人推荐。FCR 严重程度和临床显著的 FCR 患者比例明显下降。在未满足的需求、抑郁无显著变化。平均干预时间为 22 min。肿瘤科医生提供的简短干预能够帮助乳腺癌生存者缓解恐惧癌症复发，干预措施有效且可行。（摘要号：12115）

述评

在乳腺癌生存者面临的问题中，FCR 是一个较为常见或普遍的问题。FCR 会对癌症生存者及其家人的日常生活功能带来影响，积极有效的 FCR 干预有助于改善癌症生存者的生活质量。本研究再次验证由肿瘤科医生进行的干预的有效性和可行性。对该模型在肿瘤临床的推广打开了思路。

疲乏

提高注意力 可减轻疲乏

阿莫非尼是一种精神兴奋剂，该试验将放疗结束 4 周后的低分化脑胶质瘤患者（328 例）随机分成 3 组，结果显示，3 组在第 4 周末，和第 8 周末的疲乏得分均显著低于基线，使用

阿莫非尼的两组患者在改善疲乏方面较安慰剂组无显著获益，但该药物有助于提高患者注意力集中水平，相比 150mg 组，250mg 组的失眠发生率显著增加。（摘要号：12007）

述评

阿莫非尼在改善患者中重度疲乏方面缺乏有临床意义的获益，但能有效提高患者注意力集中水平，为了避免失眠风险，使用剂量 150 mg 比 250 mg 更为安全。该研究对于阿莫非尼在肿瘤临床中的应用具有指导意义。

谵妄

转换抗精神病药物可更好控制躁动

该研究将住在姑息和支持护理病房，已使用低剂量氟哌啶醇的难治性躁动患者，按 1:1:1 比例随机分配到（1）氟哌啶醇剂量增加组（2）转换到氯丙嗪（3）联合使用

氟哌啶醇和氯丙嗪。按需要每 4 h 和每 1 h 同等剂量静脉给药，直到出院。

结果显示，剂量增加组 RASS 评分在 30 min 内显著下降，24 h 后仍保持低

水平，三组组间无差异。然而，药物转换组爆发性躁动明显减少，需要更少的剂量滴定和解救药物。但是低血压在氯丙嗪中更常见。三组总体生存率无差异。结

果显示，三种抗精神病药策略都能减少晚期谵妄患者的躁动和改善患者的舒适度。然而，抗精神病药物转换可以更好地控制躁动。（摘要号：12006）

述评

终末期癌症患者谵妄躁动通常发生在生命的最后几天，会给患者及家属带来极大的痛苦。

抗精神病药是临床常用的药物，但是对于一些难治性躁动患者，如何能安全有效的改善

患者症状是值得我们去探索的。这个研究评估了三种抗精神病策略的疗效和安全性，发现转

换抗精神病药物可以更好控制躁动。但该研究样本量小，需要进行进一步的研究。

失眠

练瑜伽 抗失眠

本研究为一项全国多中心Ⅲ期盲法随机对照研究。该研究主要检验（1）瑜伽是否优于生存者健康教育（SHE）；（2）瑜伽是否非劣于失眠认知行为疗法（CBT-I）用于治疗癌症生存者的失眠。结果显示，干预后瑜伽组失眠的改善情况明显优于 SHE 组；非劣效性意向性治疗分析结果显示，干预后瑜伽组低

于 CBT-I 组。然而在完全依从的生存者中，使用最佳治疗效果的非劣效性分析显示，瑜伽组对失眠的治疗效果是否劣于 CBT-I 组尚无定论。CBT-I 和 SHE 组的脱落率明显高于瑜伽组。瑜伽治疗的疗效优于 SHE，但其疗效是否优于 CBT-I 尚无定论。临床医生可选择瑜伽和 CBT-I 治疗癌症生存者的失眠。（摘要号：12005）

述评

癌症患者失眠的治疗首先是针对病因的治疗，针对不同病因采取不同措施，以达到缓解症状、提高生活质量的目的。瑜伽作为替代疗法的一种不断得到认可，美国许多癌症中心已经引入瑜伽练习，帮助包括癌症生存者在内的不同疾病

阶段的癌症患者缓解身心症状，提高生活质量。由于瑜伽练习持续的时间短于 CBT-I，在时间上有一定的优势，患者的依从性可能会提高，但也有研究报道瑜伽练习不当可能会有不良影响，因此在临床中需要根据患者的实际情况来进行选择。

正念练习

正念训练：正视自己和疾病

研究者对乳腺癌生存者制定基于家庭的症状管理系统和正念训练计划，并确定其影响，包括乳腺

癌生存者的生活质量、症状困扰、心理社会调节、心理疾病以及意外的门诊或住院治疗。研究将使用

“意向治疗法”。另外，重复测量—方差分析将用于检查实验组、比较组和对照组在不同时间点的结果测量差

异。目前，188 例计划的受试者中有 162 例已参加实验，正按计划进行中。（摘要号：TPS12130）

述评

在线症状电子管理系统和在线正念训练的应用实现了患者治疗后的延续性护理工作，并且对于行动不便的患者来说，是管理躯体症状、改善情绪的有效手段。针对于正念训练来说，多项权威研究证明，正念训练在癌症生存者康复过程中起到关键作用，如调解神经内分泌系统、增强免疫系统功能，降低不良情绪指数，缓解肌肉紧张、改善消化系统及神经系统问题，提高睡眠质量，减少乏力，对生活更有

活力等。为在疫情期间更好地管理患者的身心症状，改善生活质量，北京大学肿瘤医院康复科为患者定期开展了线上正念训练活动，目前已有 30 余例患者从中受益。患者反馈参加正念后，发现自己的焦虑有所减轻，可以做到不去评判别人的行为，能够正视现在的自己，正视疾病等。虽然本研究还在进行，但相信会呈现给肿瘤临床医务人员一个关于在线管理患者身心症状及使用在线正念训练的积极的成果。

恶心呕吐

三联药物有效预防恶心呕吐

本研究比较奥氮平与阿瑞匹坦在预防高致吐化疗方案（HEC）所致恶心呕吐的可行性和耐受性。30 例患者接受第一周期 HEC 时，被随机分到奥氮平组和阿瑞匹坦组。奥氮平组从化疗前一晚开始服用奥氮平，5mg/d，连续使用 4

天，阿瑞匹坦组服用标准剂量的阿瑞匹坦，两组均联合使用标准剂量的昂丹司琼和地塞米松。在化疗后的整个阶段和延迟阶段，奥氮平组的完全缓解（无恶心呕吐、未使用解救药物）率显著高于阿瑞匹坦组。（摘要号：12087）

述评

奥氮平往往作为挽救治疗时的辅助止吐药，和三联药物组成四联药物预防化疗所致恶心呕吐。该研究的样本量虽然小，但这是第一个前瞻性随机对照研究显示

低剂量奥氮平（5 mg/d）预防 HEC 所致恶心呕吐的疗效与阿瑞匹坦相当。这提示临床实践中可以尝试奥氮平联合昂丹司琼和地塞米松组成三联药物预防化疗所致恶心呕吐。

肿瘤心理专栏

Chinese Psychosocial Oncology Society
主办：中国抗癌协会肿瘤心理学专业委员会

主 编：唐丽丽
本期策划：何毅
编 委：刘晓红 吴世凯
李小明 周晓艺
强万敏