



心语护士：做肿瘤患者的解语花

四川大学华西医院

“阳光护士”关注肿瘤患者心理康复的主力军

▲四川大学华西医院肿瘤中心 李俊英



李俊英 主任护士

肿瘤患者心理痛苦发生率高达 20%~61%，而医护人员对心理痛苦的识别率低、干预率低，严重影响肿瘤患者的生活质量。为提高综合医院非精神科医护人员对心理痛苦的识别诊疗能力，华西医院自 2012 年开创了“阳光医院”模式，心理卫生中心首先组建各临床科室的临床心理工作者队伍“阳光护士”，并对“阳光护士”开展分级和分阶段的系统培训，现在已成为临床心理工作者骨干力量。

肿瘤科在“阳光医院”项目的支持下，率先在全院构建以肿瘤科为主导的

“五位一体”的跨学科协作的心理康复小组，包括肿瘤科、精神科、心理治疗师、阳光护士、社工的专家团队；实施医院—科室—专业层面的三级管理。

医院层面：由医教部、护理部牵头，科室主任、护士长组成心理康复领导小组；科室层面：以护士长为主导，由医疗组长、护理组长组成心理康复管理小组；专业层面：由心理治疗师/阳光护士为主导，组成“医—心理—康复干预小组”。由主管护士对肿瘤患者的心理痛苦进行筛查，由主管医护人员提供心理疏导；阳光护士提供系统化心理治疗和心理咨询；精神科医护人员提供精神专科治疗与指导；社工提供社会支持等多维度心理干预策略。创新性地将患者心理不良情绪纳入危急值管理，当

肿瘤科护士与其他科室相同亦不同，对待肿瘤患者不仅需要专业的护理知识，更需要心理学层面的专业支持。为了更好地发挥护士的主观能动性，帮助肿瘤患者在院度过艰难的时光。2012 年，四川大学华西医院率先在全国首次开展“阳光护士”培训，旨在为肿瘤患者提供专业的心理支持。基于此，北京大学肿瘤医院于今年 4 月在康复科唐丽丽教授及护理部共同协作下启动“心语护士”培训，以期能帮助肿瘤患者从容应对心理问题。

患者有重度心理异常或有自杀倾向时，迅速建立绿色通道，启动多学科诊疗机制，请精神科急会诊，与精神科之间建立患者双向转诊绿色通道，使患者及时得到专业的治疗。不仅为肿瘤患者及其家属提供了全面的心理关怀和服务，同时有效提高了医疗服务质量，并为肿瘤患者的综合康复提供新思路 and 探索领域。同时，促进了护士的专业化发展，拓展了护士的职业生涯，更提升他们对于护理事业的价值感。

护士在肿瘤患者的全程管理中发挥重要作用，承担着照顾者、评估者、记录者、教育者、倾听者、沟通者、指导者等角色，但由于临床护理工作繁重，加之缺乏专业的心理护理培训，在面对肿瘤患者的心理精神痛苦时经常感到无能为力。有研究显示，在肿瘤临床有 40%~60% 的医务人员存在职业倦怠的问题，经常体验到压力、职业耗竭、同情心疲乏，这不仅影响自身健康和生活幸福感，更影响工作效率和护理质量。所以，如何提升护士为肿瘤患者提

北京大学肿瘤医院

发展“心语护士”正当时

▲北京大学肿瘤医院护理部 陆宇晗



陆宇晗 主任护士

供心理社会支持的技能，从而缓解自身及团队工作压力成为迫切需要思考和解决的问题。

我院康复科拥有肿瘤心理领域最专业的医护人员，对“心语护士”的发展提供充分学术支持。根据心语护士的培养目的及临床需求，护理部与康复科共同制定了心语护士培训大纲，共包括三大模块：一、癌症患者常见心理问题及护理；二、肿瘤临床的护患沟通技巧及应用；三、医护人员的压力管理。日程工作中，我院采用线上及线下两种培训方式，让心语护士能够尽量安排好时间和工作参加。

目前培训安排已完成大部分，大家表示学习到很多患者情绪管理的新知识和理论，甚至解决了之前受到困扰的很多问题。顺利完成心语护士培训的护理团队，将在各病室协助发现、评估、干预患者的心理情绪

问题，同时定期在科室为医护人员开展压力管理活动，疑难病例转介给我院康复科团队；更值得一提的是，心语护士在临床的实践是肿瘤患者心理护理的突破，我们将做一些有价值的调查研究，将经验分享给更多的同仁。不断巩固和更新护理团队的力量，是医疗水平进步的重要指标，希望北肿心语护士项目的发展能够进一步助力我院临床护理人员的心理素养及职业价值感的提升。同时提高对癌症患者心理问题的识别率，从而有针对性的给予相应的症状管理或是将患者转诊给专业的精神科医生，让更多肿瘤患者受益。

心语护士有感

提升自己 回馈患者

▲北京大学肿瘤医院消化肿瘤内科 国仁秀

作为一名在临床工作 20 余年的肿瘤专科护士，可以说接触了各种各样的肿瘤患者及家属，不管他们的疾病分期如何，对未来预后的不确定感以及对治疗的恐惧都会让他们寝食难安，面对患者忧伤的眼神，唉声叹气的家属，常常觉得所有的安慰和鼓励都显得苍白无力，不知道如何和他们深入的交流，不知道如何走进他们的内心世界。

在我院心理康复科的医生给我们进行了深入的讲解，教会我们如何应用沟通技巧建立信赖的护患关系，如何帮助他们疏导情绪，进而让他们能够面对当下，让他们更有能量，去走

他的人生路。

患者作为一个整体，不仅仅有生理的问题，还有心理的、灵性的问题等，而我们在工作中，基本上更加关注生理的问题，很少关注他们心理和灵性的问题，但心理和灵性的问题又会影响到患者的生理，作为护士的我们，恰恰缺乏评估患者心理问题的技能，通过这次心语护士的培训，我们掌握了焦虑、抑郁、失眠、谵妄、自杀等症状的概念和临床表现、诊断要点以及筛查工具的应用，以便在临床及早发现病人的心理问题，及早寻求心理科的干预，及早给予护理措施，使患者的身心均能得到康复，从而给



国仁秀 主管护士

予患者最温暖的照护。

通过系统的聆听心理康复科专家团队的授课，学到了专业心理学知识以及正念减压的技巧，认识了自己，理解了他人，在工作中给患者全面的爱和照护，对同事多了一份理解和包容，对家人多了一份温暖和爱，我想这就是“心语护士”建立的初衷！

时光荏苒、初心不改、静等花开……

引导患者 拨云见日

▲北京大学肿瘤医院胸内一科 柏冬丽



柏冬丽 主管护士

2021 年 4 月，我非常荣幸成为康复科与临床科室协作患者失眠筛查项目的参与者。我们观察到，在患者住院日短，可能无法等待正常会诊程序的情况下，这无疑是一项很好的举措。

在工作中我们会看到患者对疾病的担忧，以及各种躯体不适症状和治疗时药物无法缓解的不良反应等影响睡眠。长期睡眠的紊乱可能会导致或加重焦虑或抑郁情绪，进一步

影响睡眠质量，形成恶性循环，降低患者依从性，不仅影响制定医疗决策及医疗效果，更严重的还会影响生活质量。

失眠筛查项目是由责任护士使用统一指导语请有睡眠紊乱状况的患者进行问卷填写，每天下午康复科医生到病房进行问卷评定，评定后需要会诊时我们及时与主管医生、患者及家属沟通。

此项目实施近 1 个月中，我们不断地改进工作流程，使各项工作的衔接更紧密，通过治疗措施的干预和相关知识的宣教，部分患者住院期间症状得到有效改善，有患者向我们反馈在门诊进行正念及理疗后，自己的身体和心理状况均得到改善，更

让我们信心满满。

其实生活中每个人都几乎都经历过焦虑、失眠，这是一种非常不舒适的感觉，让人头脑昏昏、精神不振，它不仅会影响情绪，甚至还会影响免疫系统。其实，这个项目的受益人群还包括工作人员，通过适当的干预措施，改善困境，每一个人都会拨开云雾看到美丽的彩虹。

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

主 编：唐丽丽

本期策划：何双智 王冰梅

编 委：刘晓红 吴世凯

李小明 周晓艺

强万敏