

恶性肿瘤患者化疗后所致恶心呕吐心理干预护理进展

肖丽彬 杨 静 张安龔

(遵义医科大学第二附属医院 贵州 遵义 563000)

【摘 要】当前,国内的肿瘤患者数量在逐渐增多,并呈现出逐年不断递增的发展趋势,特别是恶性肿瘤,对于恶性肿瘤而言,化疗治疗是最为重要的一种治疗方式。在治疗患者疾病的过程当中,需要通过多次且反复地开展化疗治疗。该种治疗方式能够对肿瘤细胞生长,予以有效地抑制与杀死,进而明显提高肿瘤患者的生存质量,以将患者生存期延长。因此,为了可以可确保化疗能够顺利地实施,提升患者配合度,应该为化疗所导致的呕吐、恶心症状患者,实施心理护理干预,以使该症状可得以缓解,对于恢复其病情,有着极为关键的作用。

【关键词】恶性肿瘤;化疗;恶心呕吐;心理干预

Progress of psychological intervention nursing in patients with malignant tumor caused by nausea and vomiting after chemotherapy

Libin Xiao Jing Yang Anyan Zhang

(The Second Affiliated Hospital of Zunyi Medical University,Zunyi,Guizhou,563000)

[Abstract]At present, the number of cancer patients in China is gradually increasing, and shows an increasing trend of development year by year, especially malignant tumors, for malignant tumors, chemotherapy treatment is the most important way of treatment. In the course of treating a patient's disease, chemotherapy is administered many times and repeatedly. This kind of treatment can effectively inhibit and kill the growth of tumor cells, and then significantly improve the quality of life of tumor patients, so as to prolong the survival of patients. Therefore, in order to ensure that chemotherapy can be successfully implemented, improve patient cooperation, should be caused by chemotherapy vomiting, nausea symptoms of patients, the implementation of psychological nursing intervention, so that the symptoms can be alleviated, for the recovery of their condition, has a very key role.

[Key words]Malignant tumor; Chemotherapy; Nausea and vomiting; Psychological intervention

前言

在我国,恶性肿瘤的发病率极高,这与生存环境的不断恶化,饮食习惯的不良等因素,有着直接的关系^[1]。国内因为恶性肿瘤而导致的死亡率非常高,其特点是预后极差、有限的生存周期,以及较高的死亡率,导致人类对于癌症非常惧怕。化疗是治疗恶性肿瘤患者的主要方式,可以起到对癌细胞进行抑制的效果,将患者的生命周期延长,但是化疗会产生非常明显的副作用,特别是呕吐、恶心的症状,已经成为大部分化疗治疗患者中出现的一种比较常见的并发症。虽然在化疗的过程当中,应用着不断更新的止吐药,但是依然有半数的患者,会产生上述不良症状的情况,导致患者产生代谢紊乱、脱水,以及营养不良的情况,使患者的痛苦不断被加剧,少数患者会因为非常的痛苦,而产生非常剧烈的呕吐,并降低依从性,进而放弃治疗^[2]。由此可以看出,缓解患者CINV(化疗引起的恶心呕吐),对将患者的痛苦缓解,将负性情绪改善,意义重大。

1 CINV的危险因素

CINV有着众多类型,可以分成急性、延迟性、预期性等类型的呕吐。有研究人员认为,CINV的危险因素,主要有:年龄在50岁以上、性别是女性、伴有呕吐、恶心史、应用铂类化疗药。建议及时地对不良情绪予以缓解,强化家庭情感的支持,以将CINV发生率降低^[3]。

2 CINV的发生机制

CINV有着较为复杂的发生机制,目前现代的医学理论认为,其发生机制有以下几个方面:第一,化疗药品会对消化道的上皮黏膜造成损伤,对肠道嗜铬细胞产生刺激,进而所释放出的神经递质5-HT,和相应的受体进行结合,由迷走、交感神经,传入到呕吐中枢,进而引发呕吐的症状。第二,化疗的药物,及其代谢的产物,会直接地刺激到化学感受器触发区(CTZ),继而传递到呕吐中枢,将呕吐的症状激发出来。第三,心理精神因素,也会使大脑皮质受到刺激,并引发呕吐的症状。

3 CINV 的评估

对 CINV 的评估有着众多的工具, 包括 INVR、MANE 等等, 这些量表都有着各自的优劣之处, 对 CINV 发生情况进行精准评估极为关键。唯有护理工作精确的评估, 才可以更好协助医生, 为其提供更为有效的治疗方式, 与更好的护理干预手段, 继而帮助患者将化疗的难关渡过, 使其生活质量显著提高。

4 CINV 的危害

化疗导致的 CINV, 指的是因为化疗药物所产生的不良反应, 而导致的呕吐、恶心之症, 会导致患者出现主观上的不适。CINV 愈是严重, 患者的生活质量便会愈差, 而且可以从诸多方面, 对患者生活质量造成影响。若是不及时处理, 还是会发生酸碱平衡及水电解质紊乱的情况, 最终使患者的化疗依从性降低, 对患者的疗效产生影响, 并且对于恶心、呕吐的不控制, 将会增加住院的时间与费用。

5 心理干预护理在恶性肿瘤患者 CINV 中的应用进展

5.1 清晰疏导联合音乐护理

王静^[4]在实践当中为患者播放轻柔舒缓的音乐, 可以使患者的身心放松, 一天 2 次, 一次半个小时, 其通过实践得出为患者开展针对性的情绪疏导工作, 借助播放舒缓情绪音乐、转移注意力等方式, 可有效的帮助患者调节情绪。对于音乐疗法与传统疗法有区别, 属于新型辅助疗法。其在二十世纪诞生, 属于一种联合心理及音乐与医疗新兴学科, 被广泛用于心理及医学上, 其在帮助患者将焦虑及紧张情绪进行缓解方面可取得明显效果, 且能够将患者疼痛感减轻, 使其睡眠等等改善, 最终可达到帮助 CINV 将症状缓解。对于音乐疗法与心理护理联合, 属于是当前对肿瘤治疗的一种辅助疗法, 在化疗后恶性肿瘤患者当中广泛用于, 且能将患者生活及睡眠质量改善的同时, 缓解其恶心呕吐症状, 并能将其免疫功能增强, 使其生存率, 可提升。在患者出现恶心呕吐期间会有焦虑及抑郁等等一系列不良情绪, 这时需要对其开展心理评估工作, 心理医生对其开展个性化心理指导, 一周进行两次, 且在此过程当中告知患者坚持听自己喜欢的音乐, 一天听两次, 一次在半个小时左右, 告知患者一共需要连续性的坚持 2 个化疗周期(化疗的时间按照化疗的方案, 进行调整)。主要方案如下: 心理医师测试患者情绪状态, 对其内省的想法、感受, 进行了

解, 若是患者有心理误区出现, 及时为其纠正; 正确为其讲述基本知识, 应该先为患者认真讲述恶心肿瘤发生及发展的过程, 使其可以初步的认知疾病, 且对饮食、行为等等对于疾病所产生的影响, 进行讲述; 在为患者护理期间借助积极治疗性的鼓励的语言, 给予患者一定的安慰, 使其信任感, 可以明显增强, 且能够将其对于个人疾病所存在的错误认真纠正, 并要引导患者借助积极思维去看待自身所患疾病; 按照患者自身爱好为其推荐不同的歌曲, 使患者消极情绪状态可以缓解, 睡眠及生活质量可改善, 最终可以达到将治疗效果提升及将 CINV 缓解的目的。为患者推荐《二泉映月》、摇篮曲等当成日常必听的曲目, 以确保患者于睡眠期间不稳定的情绪, 可以稳定下来, 使其可以恢复至平静心情。对于情绪较为低沉的患者借助聆听方式为其干预, 开始可以选择和患者情绪相符的沉闷型的轻音乐, 使患者可以于音乐当中产生共鸣, 之后可以为其选择有希望、激情的歌曲, 例如《春之歌》等等一些歌曲, 以将患者低落的情绪缓解, 之后告知患者可采用参与到即兴的乐器演奏等等方式, 使其可以将自己真实的情绪及心理活动, 表达出来; 对于存在焦虑状态情绪的患者可借助聆听方式与再造方式为患者开展相关干预, 选择舒缓的音乐以将其情绪缓解, 然后引导患者演唱一些歌曲, 以使其患者注意力可以转移, 以将其焦虑情绪改善, 恶心呕吐症状缓解。

5.2 和谐护患关系

护理人员应积极与良好进行交流、沟通, 应确保在为患者提供干预服务期间, 避免影响到其身心健康, 应保证对其主观意愿尊重与避免对其隐私泄露的前提下, 做好随时为缓解患者紧张情绪的准备, 避免以机械的方式让患者或其家属主动提出相关问题, 护理人员需要主动的为巡视病房, 了解患者是否需要提供相关帮助, 及时为患者更换体液与吊针。同时, 护理人员应该让患者明确掌握自身情况, 一般来说其在住院后, 一般均会向护理人员了解自身病情, 这时护理人员应该有耐心的为患者讲述, 对其所提出的相关问题, 进行回答, 应避免随意的为解释或者用敷衍的语言回答患者问题, 以防患者出现不信任医护人员心理, 还可能会认为护理人员相关操作不够专业, 难以与其积极配合。因此, 护理人员应积极学习有关业务知识, 以将患者实际需求满足, 使其在将不良情绪缓解的同时, 恶心呕吐症状可得到缓解。

5.3 认知疗法

针对 CINV 患者, 认知干预可起到显著效果, 护理人员借助微信群等方式为患者对化疗的必要性、目的, 进行讲述, 且告知患者仅有积极的与护理人员所开展的方案配合, 就可将恶心呕吐症状缓解, 也能避免此种症状出现; 使患者可树立战胜病魔的信息。针对, 已经出院的患者, 于出院前 1d 为实施口头宣教, 且为其对宣传手册发放, 且让患者关注关于疾病知识推送的微信公众号, 不定时在公众号上推送疾病相关知识, 以使其可对相关知识掌握。并借助电话及微信等方式随访患者, 对其情况, 进行了解。韩玉芹^[5]指出对于恶性肿瘤患者在进行化疗过程中在常规护理方案同时开展认知疗法, 能够将患者情绪状态改善, 可帮助患者将恶心呕吐程度缓解, 使其由化疗产生的痛苦, 明显减轻, 进而加快患者病情康复。

5.4 心理暗示法

为肿瘤化疗期间 CINV 患者开展心理护理期间, 护理人员借助心理暗示法, 可使其痛苦减轻, 生活质量与疗效可提升。主要实施流程如下: (1) 基本疗法: 第一, 比喻法: 于日常护理干预当中, 在不经意的情况下借助较为通俗易懂的言语进行比喻, 使得患者可得到暗示, 且能够看到恢复健康的希望。一般来说。恶心呕吐是可克服的症状, 就如同晕车一样, 心理状态若是良好, 此种症状会得到有效控制。对于存在晕车史群体效果更显著。第二, 对于行为放松法, 其属于心理暗示当中十分常用的一种方法。针对 CINV, 行为疗法的实施, 也可获取到明显效果, 行为放松疗法实施期先辅助患者保持舒适体位, 例如仰卧等等, 之后为患者播放舒缓且轻柔的音乐, 引导其做深呼吸动作。在播放音乐期间, 指导其深吸气 10 秒, 之后屏息 5 秒, 然后慢慢的呼气。呼气期间, 从头到脚将身体放松, 反复多次进行。深呼吸期间, 引导着患者想象着美好事物, 如引导其想象美好景象, 例如: 微风、草坪等等; 另外, 也可引导着患者想象自身免疫细胞正和肿瘤细胞相斗争, 在自己的努力之下, 能够将肿瘤细胞战胜的画面, 此种疗法每天可进行 3 次, 一

次 10 到 15 分钟。第三, 催眠疗法: 也属于一种心理暗示法, 为患者化疗过程中引导患者保持在舒适的体位下, 闭目, 且将呼吸的频率放松, 且将整个肌肉放松, 使用单调重复性的语言带领着患者进入至睡眠与恍惚的状态, 且在该状态当中将治疗工作完成。第四, 转移注意力方式: 按照患者身体情况不同, 且了解其个人兴趣爱好, 实施个性化方式。对于喜欢音乐的患者, 告知其于音乐下放松自我身体; 对于看看小说的患者, 引导其沉浸于小说内; 对于喜欢看电视剧的患者, 让其沉浸于电视的情节当中。第五, 环境暗示方法: 为患者举恶心呕吐症状从重到轻转好的病例, 使患者可被此环境“同化”。

总结

恶性肿瘤属于危害性十分大的病症, 对于此病, 科学的治疗为化疗, 其可将患者死亡的概率降低。但是患者于化疗治疗期间会有程度不同的恶心与呕吐等症状, 从而对患者的日常生活, 造成严重威胁。通过为恶性肿瘤 CINV 患者实施心理护理, 对帮助患者缓解不良情绪, 改善恶心呕吐症状, 提升生活质量有着重要意义。在未来的医学研究当中, 为帮助患者更好的将疾病症状改善, 还需进一步对此方面内容研究, 以确保可为患者探究出更有效的干预方案。

参考文献:

- [1] 热依娜·乌甫里, 岳嵘, 柳江. 心理护理联合个性化音乐干预对肠癌患者化疗后睡眠质量的影响 [J]. 海军医学杂志, 2020, 41(3): 349-351
- [2] 刘丽华, 谢小燕, 宿向东. 联合护理在控制肿瘤化疗所致恶心呕吐的临床应用 [J]. 健康必读, 2020, 11(10): 198
- [3] 陈海萍. 护理干预对妇科肿瘤化疗患者减轻呕吐的效果 [J]. 养生保健指南, 2021, 10(30): 156
- [4] 王静. 护理干预减轻肿瘤化疗患者恶心呕吐的效果评估 [J]. 世界最新医学信息文摘 (连续型电子期刊), 2020, 20(8): 287-288
- [5] 韩玉芹. 认知疗法对肿瘤化疗患者恶心呕吐的影响效果 [J]. 当代护士 (中旬刊), 2020, 27(10): 66-68