

乳腺癌病人病耻感护理的临床研究进展

宋彩燕 王永丽

山东大学附属威海市立医院 山东省威海市 264200

【摘要】乳腺癌是女性中最常见的癌症之一，起源于乳腺组织的恶性肿瘤，而病耻感的不断加重已经成为该类患者康复的显著阻碍。本文以病耻感的定义为切入点，对其成因和具体表现进行总结，同时探讨病耻感对乳腺癌患者心理健康、治疗依从性、康复效果等方面的负面影响，最后重点讨论了减轻乳腺癌患者病耻感的护理干预措施，以期提升乳腺癌患者病耻感认识和护理干预的有效性，为临床护理实践提供科学依据。

【关键词】乳腺癌；病耻感；护理干预

作为全球范围内女性最常见的恶性肿瘤之一，乳腺癌的发病率持续上升，已成为女性健康的主要威胁。根据最新统计数据，全球范围内每年新发乳腺癌病例约为 200 万，占有新发恶性肿瘤的 24%^[1]。乳腺癌的高发病率不仅会对患者的身体健康构成严重威胁，同时也给其心理健康带来极大的负面影响。其中，病耻感作为乳腺癌患者常见的心理反应，对其心理健康和社会功能造成深远影响，这种负面情绪的产生，通常与患者对自身形象的改变、疾病的不确定性以及对未来的恐惧紧密相关。在此背景下，针对乳腺癌患者病耻感的护理干预显得尤为重要。相关研究显示通过有效的护理干预措施，可以有效减轻其病耻感，提高其心理适应能力，从而提升治疗效果和生活质量^[2]。但是，目前针对乳腺癌患者病耻感的护理研究相对较少，且缺乏系统性和深入性的探讨^[3]。因此，本文通过对现有研究进行综合评价，旨在为如乳腺癌病人病耻感的临床护理提供理论依据和实践指导。

一、乳腺癌病人病耻感概述

（一）病耻感的定义及其成因

作为一种心理状态，病耻感通常指个体因患病而产生的羞耻感和自我贬低感^[4]。病耻感的形成通常与社会文化背景、个人价值观、社会支持系统缺乏以及与疾病相关的刻板印象等多种因素相关。其中，社会文化背景中对健康和疾病的看法，尤其是对特定疾病的态度，对个体的病耻感有着深刻影响。此外，个人价值观中对完美、健康和成功的追求也可能加剧病耻感的产生。当个体无法满足这些内在或外在施加的标准时，

可能会感到羞耻和自卑。同时，社会支持系统的缺乏，如亲友的支持和专业心理援助的不足，会使患者感到孤立无援，进一步加重病耻感。最后，与疾病相关的刻板印象，如乳腺癌患者常面临的性别和健康相关的偏见，也是病耻感形成的重要因素。

（二）病耻感的表现及其持续性

病耻感在乳腺癌患者中的表现多种多样，可以从情绪、认知和行为三个层面进行观察^[5]。情感上，患者可能会体验到强烈的羞愧、焦虑和沮丧。认知层面上，病耻感会是患者表现出对自我价值的质疑、对未来的悲观态度以及对自身形象的否定。在行为层面，病耻感会导致患者回避社交活动，拒绝寻求帮助，甚至影响其对治疗的接受和遵从。此外，病耻感的持续性和强度会受到多种因素的影响，如患者个人特质、疾病阶段、治疗过程以及社会和文化背景。有些患者可能在短期内经历病耻感的高峰，但随着疾病的适应和治疗的进展，这种感觉可能会逐渐减轻。但是，对于其他患者来说，病耻感可能是一个长期的、反复出现的挑战，需要持续的关注和支持^[6]。

二、病耻感对乳腺癌病人的具体影响

一方面，乳腺癌患者所经历病耻感对其心理健康构成严重威胁，这种情感体验常常导致抑郁、焦虑等负面情绪的产生以及自我价值感的显著下降。这些心理障碍不仅降低患者的生活质量，还可能干扰其正常的社交功能和日常活动。马妍^[7]研究发现，乳腺癌患者中的病耻感与抑郁、焦虑症状存在显著正相关，这一发现是基于对一定数量乳腺癌患者的心

理评估,发现病耻感水平较高的患者在抑郁和焦虑方面的得分较高。此外,病耻感还会导致患者的社交回避,减少与家人和朋友的互动,进而加剧孤立感和社会脱节。这种情绪和行为的负面循环对患者的整体福祉产生深远影响。

另一方面,病耻感在乳腺癌患者中的存在还对其治疗依从性和康复效果产生显著的负面影响。当患者因病耻感产生负面情绪时,常常会导致对治疗和康复过程的回避,这种心理障碍会使得患者减少与医疗团队的沟通和参与。这不仅影响临床治疗的及时性和有效性,还会导致康复进程的延缓。于建娇^[8]研究揭示,病耻感较高的乳腺癌患者在治疗依从性方面表现较差,这种态度进而直接影响康复效果。具体而言,病耻感可能影响患者对自身疾病的认识和态度,即患者可能因为羞耻感而拒绝承认病情的严重性,或者在心理上抵制与疾病相关的信息,这种心理状态可能导致对治疗的非理性拒绝或抵触,进而影响康复效果。

三、乳腺癌病人病耻感护理干预措施

(一) 认知行为干预与心理咨询

在乳腺癌患者的护理过程中,认知行为干预与咨询是减轻病耻感的关键措施之一。这种护理干预通常包括对患者进行认知评估、提供策略以重构思维模式,以及培养积极应对技巧,旨在帮助患者识别和改变那些导致病耻感的负面思维模式,并通过重塑思维方式来减轻负面情绪^[9]。同时,护理人员通过为患者提供一个安全舒适的私密环境,同时针对病耻感成为其提供心理疏导,使患者能够表达和处理与疾病相关的情感。陈倩倩^[10]等人在其研究中对乳腺癌患者进行了一系列认知行为干预,帮助其通过认知重构技巧学会了更健康的思维方式,结果表明患者的病耻感显著减轻,心理健康状态得到改善。罗勤^[11]在研究中通过为乳腺癌患者提供定期心理咨询服务,发现这些患者在咨询过程中对疾病的态度和情绪有了显著改善,咨询不仅帮助患者更好理解和接受自己的病情,还增强了其自我效能感和对未来的积极看法。

(二) 叙事医学护理干预

叙事医学护理作为另一项可以减轻乳腺癌患者病耻感的有效策略之一,其通过鼓励患者分享自己的疾病经历和感受,帮助其理解和重塑自己的疾病故事,从而减轻病耻感和提升心理健康^[12]。在叙事医学中,护理

人员需要扮演一个倾听者和引导者的角色,引导患者表达自己的治疗经历、相关情感和内心担忧,同时帮助患者从中发现积极因素和自身力量。孙红霞^[13]等人的一项针对乳腺癌患者的研究中发现,通过叙事医学干预,患者在分享自身的疾病经历后,病耻感得到显著减轻,心理健康状态得到改善。陈茜^[14]研究显示,通过为乳腺癌患者提供叙事医学干预,护理人员为其建立了一个情感释放的平台,同时增强了其对生活的积极态度和对治疗的依从性,结果显示这些患者的自我效能感和生活质量有显著提高。

(三) 家庭支持和亲情护理

家庭支持和亲情护理干预模式在缓解乳腺癌患者病耻感方面发挥着至关重要的作用。这种护理方法主要通过强化乳腺癌患者与家庭成员间的情感联系,为其提供一个支持性和理解性的家庭环境,帮助患者在面对疾病的同时获得情感上的安慰和心理上的支持^[15]。在实施这一护理措施时,具体措施包括组织家庭会议,让家庭成员共同参与患者的治疗和康复过程,以及为患者家属提供针对性的心理健康教育,帮助家庭成员更好理解疾病对患者的影响,并学会如何提供有效的情感支持。常利^[16]的研究显示,通过加强家庭成员的参与,不仅可以提升乳腺癌患者的心理健康水平,还能显著减轻其病耻感。这项研究通过家庭互动和心理支持活动,加强了家庭成员间的沟通 and 理解,从而有效提升了患者的生活质量。鲍咏咏^[17]等人的研究发现,通过家庭心理教育和支持活动,家庭成员的疾病认知和护理技能得到显著提升,这不仅能够帮助患者减轻病耻感,也能增强其家庭的整体应对能力。

(四) 社区护理干预

在减轻乳腺癌患者病耻感的护理措施中,社区护理干预的重要作用也不可忽视。这种护理干预模式主要通过社区资源的整合和动员,为患者提供全面的康复护理支持。具体措施包括举办社区健康教育讲座、组织心理支持小组、开展康复活动等,通过参与以上社区活动,乳腺癌患者不仅能够获得疾病相关知识,还能在与其他患者的互动中获得情感支持,共同分享经验和应对策略^[18]。此外,因为社区护理干预还注重提高患者的社会参与度和生活质量,因此能够帮助其重建信心和自我价值感。王延恒^[19]研究中指出,通过鼓励乳腺癌患者参与社区的健康教育和心理支

持小组活动,其病耻感得到显著减轻,研究分析表明,社区护理活动通过帮助患者改善其对乳腺癌疾病的认知,增强了其与他人情感联系,从而有效缓解心理压力,降低了病耻感。张淋榕^[20]在其研究中指出,参与社区康复护理活动的乳腺癌患者在社交功能和生活质量方面均有所提升。为此,在乳腺癌患者的护理中,护理人员需要加强与社区资源的联系和合作,为患者提供全面的康复护理支持,进而有效减轻其病耻感。

结论

护理干预在减轻乳腺癌患者的病耻感方面扮演着关键角色。综合性的护理措施,如认知行为干预、叙事医学护理、家庭支持/亲情护理以及社区护理干预等,已证明能有效帮助患者处理病耻感,进而提升其心理健康和生活质量。但是,对于乳腺癌患者的病耻感护理干预是一个不断发展和完善的过程,未来的实践应更加关注患者的个体化需求,采取全人护理的方法,并结合最新的研究成果,以便有效应对患者在治疗和康复过程中的心理挑战。

参考文献:

- [1]孙婷婷,王丹,张玉梅,et al.叙事护理对乳腺癌患者术后病耻感、心理状态及生活质量的影响[J].中西医结合护理(中英文),2021,7(10):121-123.
- [2]陶洁,苏北.支持性心理护理对乳腺癌术后患者病耻感及体像障碍的影响[J].妇幼护理,2021,1(2):264-266.
- [3]于洪梅,谭智慧,杨雪莲.基于自我效能的护理对乳腺癌根治术患者病耻感及患肢水肿的影响[J].川北医学院学报,2021,36(6):805-808.
- [4]李雯,魏丽丽,朱永健,等.叙事护理对乳腺癌术后患者焦虑抑郁及病耻感水平影响的研究[J].上海护理,2021,21(1):10-14.
- [5]程然,李红霞,鹿红静.接纳与承诺疗法在乳腺癌护理中的应用及对患者术后病耻感、生活质量的影响[J].西部中医药,2023,36(9):132-135.
- [6]李楠楠,王静,马亚松.基于罗伊适应模式的护理方案对乳腺癌患者术后化疗期间病耻感、生活质量及护理满意度的影响[J].国际护理杂志,2021,40(24):4556-4559.
- [7]马妍.心理弹性发展模型下的护理模式对乳腺癌患者病耻感及自我

效能的影响[J].妇儿健康导刊,2023,2(1):109-111.

[8]于建娇,袁弯,张玉莲,等.叙事护理对乳腺癌术后患者负性情绪及病耻感干预效果的Meta分析[J].上海护理,2023,23(2):60-67.

[9]张琦.认知干预结合心理弹性支持对乳腺癌根治术后的干预效果[J].大健康,2021(12):116,118.

[10]陈倩倩,李阳,王英姿,等.行为转变模式护理干预对中青年乳腺癌术后化疗患者心理弹性及疾病耻辱感的影响[J].国际护理学杂志,2021,40(17):3128-3131.

[11]罗勤.基于自我效能的护理对乳腺癌根治术患者病耻感及患肢水肿的影响分析[J].健康之家,2022(1):162-164.

[12]罗倩玲.叙事护理模式用于乳腺癌术后患者中对焦虑抑郁及病耻感水平的影响[J].养生保健指南,2021(30):204.

[13]孙红霞,胡玉美.叙事护理对乳腺癌患者术后焦虑抑郁情绪及病耻感的影响分析[J].妇幼护理,2023,3(13):3086-3089.

[14]陈茜,肖莎,彭佳.叙事护理联合团队心理辅导对乳腺癌术后患者焦虑抑郁及病耻感的影响[J].现代养生(上半月版),2022,22(10):1665-1667.

[15]陶洁,苏北.支持性心理护理对乳腺癌术后患者病耻感及体像障碍的影响[J].妇幼护理,2021,1(2):264-266.

[16]常利,张洁,王雁,等.综合护理干预对乳腺癌改良根治术后病人病耻感及应对方式的影响[J].护理研究,2019,33(16):2793-2797.

[17]鲍咏咏,朱艳,王慧霞.叙事医学模式下的共情护理对乳腺癌改良根治术患者病耻感和家庭支持的影响[J].黑龙江医学,2023,47(16):2029-2031.

[18]王婷,黄胜瑾.医院、社区、家庭共同参与的延续性护理在乳腺癌根治术患者中的应用[J].当代护士,2023,30(12):94-97.

[19]王延恒.基于医院-社区-家庭的延续性护理模式对乳腺癌患者心理负性情绪及生活质量的改善研究[J].糖尿病天地,2021,18(4):206-207.

[20]张淋榕.医院+社区+家庭护理对乳腺癌根治术患者生活质量、依从性与护理满意度的影响[J].家庭生活指南,2022,38(12):33-34.