

综合心理干预对乳腺癌患者术前焦虑和抑郁的影响

阮小菱, 随莹莹, 吴婷婷

(安徽铜陵市人民医院手术室, 244000)

【摘要】 目的 探讨综合心理干预对改善乳腺癌患者焦虑抑郁的影响。**方法** 选取女性乳腺癌患者 60 例, 采用随机对照研究方法, 分为干预组与对照组, 每组 30 例。对于对照组患者, 手术室护士于术前 1 天进行常规术前访视, 介绍手术室环境, 术前注意事项, 手术相关知识及配合要点, 对患者提出的问题做出合理的解答。对于干预组患者, 除了进行对照组的常规术前访视外, 再进行心理干预, 干预时间: 在入院后第 1 天心理行为测量评定后、术前访视后, 均给予心理干预, 第 1 次行心理干预时, 做自我介绍并介绍心理干预的性质、原理及配合要点, 以取得患者的合作。并采用焦虑自评量表(SAS)和抑郁自评量表(SDS)进行问卷调查。**结果** 干预后, 干预组患者焦虑(轻:63.3%, 中:33.3%, 重:3.3%)、抑郁情绪发生率(轻:66.7%, 中:23.3%, 重:10.0%)与对照组(轻:26.7%, 中:53.3%, 重:20.0%; 轻:40.0%, 中:36.7%, 重:23.3%)比较, 均差异有统计学意义($P < 0.05$)。**结论** 综合心理干预对改善乳腺癌患者术前焦虑抑郁情绪有显著效果。

【关键词】 乳腺肿瘤; 心理疗法; 焦虑; 抑郁

中图分类号: R473.6 文献标识码: A DOI: 10.3969/J.issn.1672-6790.2017.04.039

Effect of comprehensive psychological intervention on preoperative anxiety and depression of patients with breast cancer Ruan Xiaoling, Sui Yingying, Wu Tingting (Department of Operating Room, Tongling People's Hospital, Tongling 244000, China)

【Abstract】 Objective To explore the effect of comprehensive psychological intervention on preoperative anxiety and depression of patients with breast cancer. **Methods** A total of 60 female breast cancer patients were enrolled in the study. The patients were randomly divided into two groups and given a questionnaire by the self rating Anxiety Scale (SAS) and the self rating Depression Scale (SDS). **Results** The incidences of anxiety and depression of the group which had received comprehensive psychological intervention were significantly different from those of the control group ($P < 0.05$). **Conclusion** Comprehensive psychological intervention can remarkably improve the anxiety and depression state of patients with breast cancer before operation.

【Key words】 Breast neoplasms; Psychotherapy; Anxiety; Depression

乳腺癌是一种严重影响妇女身心健康甚至危及生命的最常见恶性肿瘤之一^[1], 近年来, 女性生活压力不断增大, 不规律的生活现象容易导致女性内分泌紊乱, 乳腺癌患者不断增多, 且有年轻化趋势^[2]。手术治疗是目前国内治疗乳腺癌最有效和最常用的方法, 乳腺癌患者普遍存在明显的情绪障碍, 焦虑抑郁是乳腺癌患者最常见的情绪反应^[3-5], 这种情绪会极大地影响手术效果和患者的身心健康。本研究旨在探讨对乳腺癌患者进行术前综合心理干预对改善乳腺癌患者术前焦虑、抑郁情绪的效果。

1 对象与方法

1.1 研究对象 选取 2015 年 8 月至 2017 年 4 月在我院乳腺外科住院接受乳腺癌根治术的乳腺癌患

者 60 例, 均为女性, 用随机对照研究方法, 分为干预组与对照组, 每组 30 例。两组患者年龄、职位、文化程度、婚姻状态差异无统计学意义($P > 0.05$)。干预组与对照组患者在干预前焦虑与抑郁程度差异无统计学意义($P > 0.05$)。

1.2 方法

1.2.1 测量工具^[6] 本研究采用美国 Duke 大学华裔教授 Zung 编制的焦虑抑郁自评量表对患者的心理状态进行测量。焦虑自评量表(SAS), 抑郁自评量表(SDS)分数越高说明焦虑、抑郁越严重。

1.2.2 资料收集 两组患者入院后第 1 天及手术前进行心理行为评定量表(SAS、SDS)的测定, 在进行心理行为评定量表测试前, 对所有参加资料收集

的医护人员于调查前均需统一培训,采用统一指导语向被调查患者讲解填表方法,并说明本研究的目的及应用价值,取得被调查患者的合作,然后发放量表,问卷由受试者完成,受试者无法自行完成,由测试者逐条念出,由受试者根据自己的体验从 4 种情况中选择合适的回答。

1.2.3 心理干预 对照组:手术室护士于术前 1 d 进行常规术前访视,介绍手术室环境,术前注意事项,手术相关知识及配合要点,对患者提出的问题做出合理的解答。

干预组:除了进行对照组的常规术前访视外,再进行心理干预,干预时间:在入院后第 1 天心理行为测量评定后,术前 1 d,术前访视后均给予心理干预,第 1 次行心理干预时,做自我介绍并介绍心理干预的性质、原理及配合要点,以取得患者的合作。具体干预方法:(1)建立良好的护患关系:干预前详细阅读病历,对患者资料全面了解,主动与患者及亲属交流,语言亲切温和,面带笑容,给患者温暖并使其感到放松,了解患者对疾病的认知程度和心理需求,并鼓励其倾诉烦恼和苦闷 给予耐心疏导和解答,调动患者亲属和朋友给予患者持续有效的情感支持,特别是丈夫的支持最为有效。以减轻患者的心理压力,摆脱深陷无助感的困境^[7]。(2)认知干预:护士向患者介绍乳腺癌根治术是最有效的治疗方法,预后较好。I、II 期乳腺癌的 20 年存活率分别为 87.6% 和 75.8%。术后可以佩戴义乳或进行乳房整形美容,可以像正常人一样工作学习和生活,同时可以拥有较高的生活质量。通过交流了解患者的顾虑和烦恼,不断给予解释和疏导,以改变患者错误的认知,对疾病的治疗、预后有一定的了解,从而减轻焦虑恐惧和不确定感,增强战胜疾病的信心。由此带来情绪和行为的改变,这种改变的积极意义在于它指向了心理的成熟和性格的成长,是心理干预取得成效的关键因素。(3)行为干预:采用放松疗法及冥想训练作为行为干预的手段,指导患者进行渐进式肌肉放松训练。选择舒适体位,从双手、双臂、双脚、双腿、头部和躯干的顺序依次对各肌群进行先收缩后放松的训练,最后达到神经和身体全部放松的目的,放松训练操作方便,可随时进行。可使人体内的脑啡肽和脑中 a 波增加,降低交感神经的冲动,松弛紧张的神经,减轻焦虑和抑郁情绪。(4)指导性心理意向疗法:让患者取舒适放松的体位,播放指导性意向录音带,在命令的指导干预下,有意识的想象一些美好的场景画面,并直接对现象进行脑中

画像训练,通过集中想象来收集大脑的注意力分散的状态^[8]。(5)建立社会支持:以家庭支持为主,指导鼓励患者亲友给予更多的关爱和情感的支持,配偶的理解支持和鼓励尤为重要,使患者体验到家庭的温暖和关怀。组织患者参加俱乐部活动,引导患者在自由、安全的团体氛围中体验交流心得,进一步提高患者对自己疾病的认识和分析判断能力,同时让患者宣泄不良情绪,解除负面情绪,增强自信,提高心理健康水平^[9]。请术后恢复良好的患者分享经验方法,让其从积极乐观的角度,介绍手术的大致经过和感受,减少患者对手术的恐惧感。

1.3 统计学处理 采用统计软件 SPSS18.0 对进行数据分析。观测资料主要为等级资料,两组间比较采用秩和检验。 $P < 0.05$ 为差异有统计学意义。

2 结果

干预后两组乳腺癌患者焦虑和抑郁发生率比较,均差异有统计学意义($P < 0.05$),说明干预组优于对照组。见表 1。

表 1 干预后两组乳腺癌患者焦虑和抑郁发生率对比[例(%)]

组别	例数	焦虑			抑郁		
		轻	中	重	轻	中	重
对照组	30	8(26.7)	16(53.3)	6(20.0)	12(40.0)	11(36.7)	7(23.3)
干预组	30	19(63.3)	10(33.3)	1(3.3)	20(66.7)	7(23.3)	3(10.0)
Uc 值		9.252			4.384		
P 值		0.002			0.036		

3 讨论

心理干预是指在心理学理论指导下,有计划、按步骤地对一定对象的心理活动、个性特点和心理问题施加影响,使其发生指向预期目标变化的过程。心理干预可以帮助患者认识问题,帮助其澄清错误的观念和思维方式,克服无助感和绝望感,形成正确的应对方式和思维观念,正确的面对现实,为患者创造一个良好的社会心理治疗环境,使其以最佳的心态接受手术治疗。

本研究采用认知疗法为主的综合心理干预。认知学派认为:客观事物并不直接导致情绪,它只是导致人们对事物产生相应的认知评价。而主观的认知评价,才是导致情绪反应的主要原因。那么,改善患者的错误认知过程及内容就可以改善其心理和行为,达到减轻焦虑抑郁情绪的目的。

乳腺癌是女性最惧怕的疾病之一,除了担心生

命受到威胁以外,手术治疗方法破坏了女性第二性征器官的完整因此,乳腺癌患者对疾病的预后及家庭中家庭成员及社会的评价是非常敏感的,面临着巨大的心理压力,容易导致焦虑抑郁情绪。焦虑的大部分原因为对癌症缺乏正确的认识引起的,这种心理负荷掺杂在患者心理冲突的各个时期,构成了他们心理上特殊性和复杂性,患者感到心理压抑、郁郁寡欢。我们要鼓励患者以自己最愿意的方式去表达内心的感受和最深层的思想,如采用宣泄、哭泣等毫无顾虑的诉说方式,让患者有一个宣泄内心压抑的机会。同时对患者以触摸、沉默等安抚情绪方式使患者情绪趋于平稳,然后给予患者强有力的精神支持和信息支持。护士应为患者及其家人提供心理支持,尤其是鼓励家属以积极的心态给予患者精心而适度的照顾,可使患者拥有坚强的意志来增强自身耐受力,鼓舞患者,减轻不良情绪。

随着生物医学模式的转变,心理因素在疾病的治疗过程中的作用日益受到人们的重视。心理治疗是在疾病不同阶段,给予患者相对应方式的支持。心理护理已被广泛应用于临床护理实践,并取得一定成效。有研究者认为乳腺癌患者较其他恶性肿瘤患者更容易发生焦虑抑郁情绪^[10]。本研究结果显示,心理干预后,干预组乳腺癌患者焦虑、抑郁情绪明显低于对照组,所以心理干预能有效改善患者负面情绪,对手术患者安全顺利的进行手术,起着不可低估的作用。不但增强了患者的信心,也使患者有一个良好的心理状态接受手术,为日后康复奠定基础,促使其早

日重返社会,重新树立生活信心,提高生活质量。

参考文献

- [1] 王立芬,张爱华. 心理干预治疗乳腺癌患者焦虑恐惧情绪的研究[J]. 当代医学,2014,20(12):117-118.
- [2] 尹丽英. 心理干预对重塑乳腺癌手术后患者自信心的作用[J]. 国际护理学杂志,2012,31(10):1915.
- [3] FOBAIR P,KOOPMAM C,DIMIEEL S, et al. Psychological intervention for Lesbians with primary breast cancer [J]. Psychooncology,2002,11(5):42.
- [4] 方芳,周郁秋,王锐. 乳腺癌患者创伤后成长及其心理干预的研究进展[J]. 中国实用护理杂志,2014,30(34):49-50.
- [5] NEISES M,DITZ S,SCHECK T, et al. Consenting and declining patients for an intervention group after breast cancer surgery differ in term of quality of life coping and immunological functional asmys [J]. Zentralhl Gynakol, 2001,123(1):27.
- [6] 姜乾金. 医学心理学[M]. 北京:人民卫生出版社,2005:111-117.
- [7] 杨秀木,马语莲,陈永侠,等. 综合心理干预显著改善围术期老年乳腺癌患者的情绪和免疫功能[J]. 中国老年学杂志,2013,33(18):4399-4401.
- [8] 谭玲,郑婉婷,黄伟平. 心理干预对预防乳房癌患者术后感染的效果评价[J]. 中国实用护理杂志,2008,24(5):58-59.
- [9] 毛雪萍,徐勤蓉,徐幼平. 圆桌会议形式用于乳腺癌患者团体心理干预的效果观察[J]. 护理与康复,2012,11(12):1168.
- [10] 常云丽. 早期心理干预对乳腺癌患者生活质量的影响[J]. 护理研究,2012,9(7):120-121.

(收稿日期:2017-05-04)

《中国临床保健杂志》荣获安徽省优秀期刊奖

2017年4月,经安徽省新闻出版广电局同意,安徽省期刊协会举办了“2015—2016年度安徽优秀期刊、特色栏目和优秀期刊工作者”评选活动,经申报、初选、专家评选、复审,《中国临床保健杂志》荣获了安徽省优秀期刊奖,同时,本刊《保健论坛》栏目荣获安徽省期刊特色栏目奖。

《中国临床保健杂志》以办精品型期刊为己任,致力追求高品质。这次获奖是业界对《中国临床保健杂志》期刊的肯定。感谢各位作者、读者、编委、审稿专家及关心和支持《中国临床保健杂志》的人们!

《中国临床保健杂志》编辑部