

# 1/3 的癌症患者是被吓死的?

## 在杭师大附院,肿瘤、血液病患者从入院起就有了心理科医生陪伴

得了癌症,还能活多久?这个问题,74岁的钟大伯反复自问。曾因为肺癌晚期被医生断言活不过一个月,经历最初的震惊、恐惧、绝望、抑郁后,钟大伯已平安度过近4个月。出院这天,他站在杭师大附院的走廊上,与肿瘤科副主任医师李朝阳搭着肩拍了一张合影,照片里红光满面。

是谁在创造医学奇迹?钟大伯说,除了肿瘤科,还离不开一群“心灵导师”——临床心理科医生。

### 得知癌症晚期精神垮塌

9月的午后有些闷热,杭师大附院肿瘤科病房内,却不时传来阵阵笑声。这里大多是中、晚期肿瘤患者,他们通常情绪低落,但钟大伯却正兴致勃勃地与病友分享自己的治病过程,还竖起大拇指:“我现在吃饭和睡觉好多了,和刚住院时比,活动能力判若两人。”

钟大伯的病要从三个多月前说起。“当时,我莫名其妙开始感觉腰痛,两条腿也发麻无力,躺在床上稍微一翻身就痛得撕心裂肺,根本没法下床活动。”用钟大伯的话来说,简直是生不如死。

在杭师大附院,钟大伯被确诊为肺癌晚期,伴全身多发骨转移。医生诊断,如果不治疗,可能熬不过一个月。

面对这一诊断结果,钟大伯万念俱灰。躺在肿瘤科病床上,钟大伯不再说话,化疗的恶心与剧烈疼痛,让他吃不下一口饭。女儿找到李朝阳,只提了一个要求:减轻痛苦。

李朝阳没有这么想,他找来心理科医生朱春莹,一起开出了一张处方:化疗、止痛、心理治疗,三管齐下。朱春莹每周都来到床边,为钟大伯进行心理疏导。

“老钟,你看,止痛药起效了。”用上吗啡类药物后,看到钟大伯疼痛减轻,可以翻身了,李朝阳顺势鼓励。“是不是比昨天好一点了,还需要我们做些什么?”朱春莹每次来,也会暖心地对钟大伯一些正面暗示。

五次心理干预后,钟大伯慢慢敞开心扉,有了笑声。他开始积极配合治疗,体内的肿瘤也不断缩小,不仅停了止痛药,还能戴着腰托下楼散步了。

### 心理专家介绍

杭师大附院肿瘤科共有35张床位,其中近80%是类似钟大伯这样的患者,他们多沉默不语,陷入抑郁状态。

“都说1/3的癌症患者是被吓死的,心理状态确实能影响预后。”在李朝阳接诊过的患者中,心态好、家庭和睦的患者,更有可能创造医学奇迹。曾有一位肺癌晚期患者,将生命时长延长了5倍。

“来我这里时,她才48岁,发现肺癌脑转移,预估寿命只剩下2年。”给李朝阳印象最深的是一位女患者,她的心态非常好,看得开,对医生的依从性也很好,积极治疗、复查。化疗效果不理想,就吃靶向药控制病情,最终

带瘤生存了11年,“她常说,女儿和老公对她很好,哪怕多活一年也值得。”

因为看到了心态对于肿瘤患者预后的不同影响,杭师大附院肿瘤科与临床心理科一起做了一件事情:从今年1月起,对肿瘤、血液病等患者及家属进行心理干预。

“患者入院时,我们都会到床边进行心理量表评估,结果发现,30%的癌症患者需要心理干预,90%的患者需要心理支持,他们大多存在睡眠障碍、焦虑、抑郁等问题。”朱春莹说,她与心理科同事彭岸舒,至今已干预140位患者,64%的患者干预两次以上,9%的患者干预10次,最多的一位患者干预了20多次。

### 多用开放式提问进行交流

“在我们科室,肺癌、胃癌、肠癌、肝癌、乳腺癌患者最多,通过身心联合治疗,许多人可以长期带瘤生存。”李朝阳举例,拿晚期肺癌来说,5年前即使化疗、靶向治疗都用上,5年的生存率也只有5%左右,但随着规范化

治疗和医学进步,如今的5年生存率已达到30%。

“许多人担心化疗副作用而拒绝治疗,出现抑郁情绪也没能及时干预,最终导致不可挽回的结果。其实,如今的药物副作用较早前已有明显减少,而医学镇痛、心理干预则是另一把点亮生命的‘金钥匙’。”李朝阳说。

为了更好地关注肿瘤患者的心理问题,最近杭师大附院心理科还专门申请了一项课题,名为“心理干预改善肿瘤患者和照顾者负担及生活质量问题”。医院心理咨询室也每天接受患者及家属咨询,对于惧怕有创检查的患者,还提供头戴式VR眼罩,通过视频和音乐舒缓紧张情绪。

如今,肿瘤已成为高发疾病,患者日常该如何疏导?朱春莹支了几招,命令式的语句应少于20%,多进行开放式提问,比如由“哪里不舒服”改为“今天天气这么好,你想做些什么,吃些什么?”另外,负责24小时照护的家属也容易出现心理问题,建议可以请护工来帮忙,适时“喘息”。

柴悦颖 冯晓 颜好



### 医护新员工拓展训练

9月17日,绍兴市中心医院医共体130多位新员工开展了户外拓展活动,通过自由组合,6支团队进行了群龙取水、极速60秒、激情节拍、数字记忆、过草地、动力绳圈等集体游戏,增进新员工之间的相互认识和了解,也在活动中增强了团队凝聚力。

为期一周的新员工规章制度、行为规范、拓展训练等培训,将为新员工的职业生涯打下良好的基础。 单明铭

## 一个大男人也会得乳腺癌?

在大部分人印象中,乳腺癌是典型的“女性疾病”,很多人可能从来没想到,男性也会得乳腺癌。近日,杭州市余杭区第一人民医院甲乳外科接诊了一位男性乳腺癌患者。

今年63岁的李先生,两年前曾无意间发现左乳有一个肿块,因没有任何不适,便没放在心上。最近一个月,李先生感觉这个肿块增大,而且常有隐痛感,这才来到余杭一院甲乳外科副主任医师张秀侠这里。门诊查体发现,病人左乳有不到2厘米的不规则肿块,结合彩超检查结果及多年临床经验,张秀侠诊断高度疑似男性乳腺癌,需尽快手术。

不出所料,肿物切除后病理确诊为“左乳原位癌伴局灶浸润”。幸运的是,病人在疾病较早阶段明确了病情,并积极配合医生治疗做了乳癌根治手术,结合病理类型,术后也避免了放疗等打击性治疗。

统计数据显示,男性乳腺癌是比较少见的恶性肿瘤,其发病率仅为女性乳腺癌的1%,临床较为罕见,患者年龄大多在60岁到70岁之间,但近年来也出现了低龄化趋势,不乏40多岁的患者。张秀侠说,乳腺癌是雌激素依赖性恶性肿瘤,如果某些原因使男性体内雄激素分泌减少而雌激素增多,刺激乳腺导管增生,就会引起男性乳腺疾病,常见的有男乳发育。

那李先生为什么会得乳腺癌?他既没有乳腺癌家族史,家中的女性也都没有乳腺肿瘤,或其他肿瘤病史,雌激素分泌也属于正常范畴。经基因检测,也没有发现乳腺癌的易感基因发生突变。

“就像男乳发育,不一定每个都能查出原因。李先生这种情况属于特异性的乳腺癌,至今未找到明确的致病原因或危险因素。”张秀侠说,很多时候,疾病的发展是一个长期的过程,和环境污染、生活习惯等可能都有关系,不是所有患者都能查到明确致病因素。

陈彦汝 沈媛 杨一飞

## 开璞口腔:一站式就诊

近日,开璞口腔门诊在杭州开业。据了解,开璞口腔立志打造高端私立口腔医疗机构,提供五星级酒店医疗服务,为患者提供完善的治疗方案和更加舒适的诊疗环境。门诊还设有儿童专属诊室,迎合儿童喜爱的卡通主题彩绘和游乐区域,缓解儿童看牙恐惧。此外,为提升服务质量,优化就诊流程,门诊还为患者提供“一站式就诊”模式,无需转诊即可完成各个专业的治疗。同时开璞口腔全面实行预约服务,预约就诊,无需等候。治疗完成后还将有定期随访,确保“美而持久”。

本报记者 孙常云

ALPHA 阿尔法

Panasonic



XQG100-P1DL

Design by STUDIO F.A.PORSCHE

源自保时捷设计 | 精材匠造

nanoeX 纳米水离子护理