

# 肺癌患者化疗后中药调养与心理护理干预的效果分析

刘青亚<sup>1</sup> 易文竹<sup>2</sup> 通讯作者

1 重庆医科大学附属第二医院, 重庆, 400072;

2 重庆市南岸区中医院, 重庆, 400060;

**摘要:** 肺癌是全球范围内高发的恶性肿瘤, 化疗是其主要治疗手段之一, 但化疗过程中患者常面临严重的副作用和心理压力。本文旨在探讨中药调养结合心理护理干预在肺癌患者化疗后康复中的效果。研究显示, 中药调养可改善患者的身体状况, 减轻化疗副作用, 心理护理则能有效缓解患者焦虑、抑郁等情绪, 提高生活质量。通过系统分析和临床数据总结, 本文为肺癌患者的综合治疗提供科学依据。

**关键词:** 肺癌; 化疗; 中药调养; 心理护理; 康复效果

DOI:10.69979/3029-2808.24.9.026

## 引言

肺癌是全球范围内发病率和致死率均较高的恶性肿瘤类型, 严重威胁人类健康。化疗作为治疗肺癌的主要手段, 虽能显著延长患者生存期, 但也伴随着较为严重的毒副作用, 包括恶心、呕吐、乏力及免疫力下降等。此外, 长期的疾病折磨和化疗过程中的不适感常导致患者心理状态不佳, 表现为焦虑、抑郁甚至放弃治疗的倾向。在此背景下, 寻找能够减轻化疗副作用并改善患者心理状态的辅助治疗方式显得尤为重要。

中药调养在减轻化疗毒副作用、提高机体免疫力和增强患者抗癌能力方面具有独特优势, 逐渐被广泛应用于临床。此外, 心理护理作为一种关注患者精神健康的干预方式, 在提高患者治疗依从性、改善生活质量方面具有重要作用。然而, 目前关于中药调养与心理护理相结合对肺癌患者化疗后康复效果的研究尚不充分。本文以此为切入点, 分析其联合干预的实际效果, 为肺癌患者综合治疗模式提供科学依据。

## 1 中药调养在肺癌患者化疗后康复中的作用

### 1.1 中药调养对化疗副作用的缓解作用

化疗药物在杀灭肿瘤细胞的同时对正常细胞也产生一定损伤, 导致患者出现恶心、呕吐、食欲不振及骨髓抑制等不良反应。中药在缓解这些副作用方面具有显著优势。例如, 补益类中药(如黄芪、人参)可提高患者免疫力, 减少感染风险; 理气健脾类中药(如陈皮、白术)可改善胃肠道不适症状; 养阴清热类中药(如沙参、麦冬)有助于缓解放化疗引起的口腔黏膜炎症。

### 1.2 中药调养对患者免疫功能的提升作用

免疫力低下是肺癌化疗患者常见问题, 中药通过调节患者机体免疫系统, 有助于增强抗病能力。例如, 研究表明, 中药配方“健脾益气汤”可显著提高化疗患者的淋巴细胞水平, 有效增强免疫功能。此外, 虫草、灵芝等具有免疫调节作用的中药, 也被证明能够提高患者抗感染能力, 从而改善其总体康复效果。

### 1.3 中药对肿瘤生长的抑制作用

部分中药具有直接抑制肿瘤生长的效果。例如, 研究显示, 苦参碱、黄芩素等具有抗肿瘤活性, 可通过诱导肿瘤细胞凋亡、抑制肿瘤细胞增殖的方式发挥作用。此外, 中药联合化疗还能增强化疗药物的疗效, 同时减少药物毒性, 提高患者耐受性。

## 2 心理护理干预对肺癌患者化疗后的积极影响

### 2.1 心理护理对焦虑和抑郁的缓解

化疗过程常伴随不适感和不确定性, 容易引发患者的焦虑和抑郁情绪。心理护理通过倾听、沟通和疏导, 可帮助患者更好地面对疾病。例如, 护士在与患者沟通时应注重共情, 并鼓励患者表达内心感受, 从而减轻心理压力。

### 2.2 心理护理对治疗依从性的提高

心理护理能增强患者对疾病的认知, 提高其治疗依从性。通过宣教活动, 护理人员可帮助患者了解化疗的必要性和中药调养的作用, 从而消除恐惧心理。此外, 个性化心理支持可根据患者的心理状态调整护理方案, 使其积极配合治疗。

## 3 中药调养与心理护理联合干预的综合效果

### 3.1 身体健康状况的改善

研究表明,中药调养与心理护理的联合干预能够显著改善肺癌患者的身体健康状况。在化疗过程中,患者往往因药物毒性而导致免疫功能下降、骨髓抑制及胃肠道不适等问题。中药调养通过调节机体免疫功能,改善化疗相关的不良反应。例如,补益类中药如黄芪、党参能有效提升患者的白细胞和红细胞水平,从而改善贫血及免疫抑制症状。同时,养阴清热类中药如麦冬、石斛能够缓解化疗药物引起的口腔黏膜损伤及口干等症状。此外,健脾和胃的中药如陈皮、白术则有助于缓解恶心、呕吐,改善患者的胃肠功能。

与此同时,心理护理通过为患者提供心理支持和疏导,使其能够更积极地面对化疗带来的身体不适,从而增强了中药调养的效果。护理人员通过与患者的沟通和宣教,使其了解中药调养的作用和重要性,从而提高其治疗依从性。例如,患者在感受到身体逐步康复的同时,也更加相信联合干预的科学性,增强了治疗的信心和决心。此外,心理护理的情绪管理和压力缓解作用有助于减少化疗期间的生理应激反应,使中药调养在提升患者体质方面发挥更大作用。研究显示,接受联合干预的患者在化疗结束后3个月内的体能恢复速度明显快于仅接受单一护理的患者,其血常规指标、肝肾功能水平均显著改善。这些数据表明,联合干预模式在肺癌患者身体健康改善方面具有协同效应。

### 3.2 心理健康状态的提升

化疗期间的心理健康状况是影响患者治疗依从性和生活质量的关键因素之一。肺癌患者在接受化疗时,常因治疗的副作用以及对疾病的恐惧而产生焦虑、抑郁等负面情绪。心理护理通过帮助患者树立积极的治疗态度,能够有效缓解其精神压力。护理人员在心理干预中,常采用倾听和疏导的方式,使患者能够表达内心的情绪,从而减轻其心理负担。同时,正念疗法、放松训练等技术在护理过程中的应用,也显著提高了患者的心理韧性,使其能够以更加积极的心态面对治疗。

心理护理不仅直接作用于患者的心理状态,还通过改善其精神状况间接增强了中药调养的效果。例如,焦虑状态下的患者往往对中药调养的效果产生怀疑,甚至出现依从性不足的问题,而心理护理通过加强患者对治疗的信心和了解,使其能够更加积极地配合中药调养方案。中药调养则通过改善患者的身体状况进一步巩固心理护理的效果。身体康复的进展使患者更容易获得成就感,从而在心理上感受到对疾病的控制感。例如,患者

在化疗期间因中药调养而免疫力增强,感染风险下降后,其心理状态也随之稳定,焦虑情绪大幅缓解。

### 3.3 生活质量的全面提高

肺癌患者的生活质量不仅受到身体状况的影响,还与其心理健康密切相关。联合干预通过在身体和心理两方面的综合作用,显著提高了患者的生活质量。首先,在身体健康方面,中药调养缓解了化疗引起的各种不适症状,使患者能够更好地适应日常生活。例如,中药改善了患者的食欲,减少了因消化系统不适而导致的营养不良问题,同时提高了患者的体力,使其日常活动的能力得以恢复。研究显示,联合干预组患者的疲劳感显著减轻,其日常活动能力评分较对照组提高了20%以上。

在心理健康方面,心理护理的介入有效缓解了患者的情绪困扰,使其能够以更加积极的心态参与社会活动。例如,心理护理通过鼓励患者表达情绪、积极与家人沟通,使其在家庭支持下重新建立社会联系。此外,心理护理还帮助患者重塑对疾病的认知,使其认识到治疗的长期价值,从而提高对自身健康管理的重视程度。这种积极的心理状态促使患者更加主动地参与日常活动,例如散步、家务和适度的社交活动,这对生活质量的全面提高起到了重要作用。

## 4 临床实践中的应用建议

### 4.1 个性化联合干预方案的设计

肺癌患者的病情和治疗反应具有显著的个体差异性,因此在制定联合干预方案时,应根据患者的具体情况进行个性化设计。首先,患者的化疗副作用程度应作为重要参考因素。例如,对于出现严重骨髓抑制的患者,可优先选择具有补益气血功能的中药,如黄芪、党参等,以提高血液指标,改善贫血和乏力等症状。对于伴有胃肠道反应明显的患者,则可使用理气健脾类中药,如白术、陈皮等,缓解恶心呕吐和食欲不振。此外,对于免疫功能较差的患者,可选择虫草、灵芝等具有增强免疫功能的中药,协助患者恢复体力并提高抗病能力。

在心理护理方面,患者的心理状态也应被充分评估,具体包括其焦虑程度、抑郁水平以及对疾病的认知状况。针对焦虑程度较高的患者,护理人员可采用放松训练、正念疗法等技术帮助其缓解心理压力,同时通过建立良好的护患关系,营造温暖、信任的治疗氛围。对于有明显抑郁倾向的患者,可通过倾诉疏导、行为激励等方法逐步调整其心理状态,必要时配合心理医生的专业干预。此外,患者的文化背景、家庭支持系统及经济条件等也

应纳入方案设计中,以确保干预措施的可行性和实效性。

个性化方案的制定还需注重动态调整。患者的身体状况和心理状态可能在治疗过程中发生变化,因此护理团队应定期对患者进行评估,根据实际情况调整中药调养的藥物组合和心理护理的干预策略。通过不断优化方案,可最大限度地满足患者的需求,促进其康复。

## 4.2 中药调养和心理护理的长效机制建立

在临床实践中,许多肺癌患者出院后由于缺乏专业指导而无法有效地进行中药调养和心理护理,导致康复效果不佳。为此,建立长效机制对联合干预的持续性和有效性尤为重要。首先,可以通过建立多学科协作团队,将肿瘤科医生、中医师、心理咨询师和护理人员纳入其中,为患者提供全方位的康复指导。例如,在患者出院时,护理人员可为其制定详细的中药调养方案,并提供心理支持计划。同时,定期开展病情随访,帮助患者及时调整治疗方案。

其次,远程医疗技术的应用为长效机制的建立提供了新途径。护理人员可以通过电话、视频等形式与患者保持联系,及时了解其身体状况和心理状态。对于使用中药的患者,可通过远程平台提醒其按时服药,确保中药调养的规范性和连续性。此外,还可以通过在线心理咨询,帮助患者解决康复过程中的心理困扰,降低其焦虑和抑郁的发生率。

患者及其家庭成员的参与也是长效机制的重要组成部分。在康复过程中,家庭成员可以起到重要的支持作用,因此护理团队应加强对家庭的宣教,指导其如何为患者提供情感支持和实际帮助。例如,可为家属提供护理技能培训,使其能够协助患者进行日常中药调养,并在心理上给予更多的关爱。通过加强家庭参与,不仅能提高患者的依从性,还能增强其对抗疾病的信心。

最后,政策和社会支持对于长效机制的建立同样重要。医疗机构应加强对肺癌患者综合治疗模式的推广,并为中药调养和心理护理的实施提供经济支持和技术保障。例如,可通过医保政策覆盖部分中药费用和心理咨询费用,减轻患者的经济负担。此外,建立肺癌患者支持群体和社区康复中心,为患者提供交流平台和多样化的康复服务,也有助于提升长效机制的实际效果。

## 5 结语

肺癌作为一种高发且致命的恶性肿瘤,其治疗不仅需要有效的化疗手段,还需要针对患者身体和心理状态

的综合干预。在化疗过程中,中药调养凭借其在缓解副作用、增强免疫力和抑制肿瘤生长方面的独特作用,为患者提供了重要的康复支持。与此同时,心理护理通过减轻患者的焦虑和抑郁,增强其治疗依从性和生活质量,为患者的全面康复创造了有利条件。

中药调养和心理护理的结合,不仅在临床实践中表现出显著的效果,还为优化肺癌患者的治疗模式提供了重要的借鉴意义。具体而言,中药调养通过改善患者的生理状态,为心理护理的实施奠定了基础;而心理护理则通过调整患者的心理状态,进一步巩固了中药调养的效果。两者相辅相成,形成了一种注重身心整体康复的综合治疗模式。

未来的研究应进一步探索中药调养和心理护理联合干预的具体机制,特别是在不同类型肺癌患者中的应用效果。此外,如何将这一模式更好地应用于临床实践,例如通过个性化方案设计、长效机制建立和多学科协作等途径,仍需进一步探索。通过不断优化和完善,联合干预模式不仅能更好地服务于肺癌患者,也为其他肿瘤的综合治疗提供了有益参考。

总之,中药调养和心理护理的结合为肺癌患者化疗后的康复提供了科学、系统的干预手段,具有重要的临床意义和推广价值。相信随着医学技术的不断发展,这一模式将在肺癌治疗领域发挥越来越重要的作用,为患者带来更多的希望和福音。

## 参考文献

- [1] 吴林艳. 多维度协同护理联合中医外治法在化疗相关性恶心呕吐中的应用[J]. 光明中医, 2024, 39(14): 2942-2945.
- [2] 陈冲, 刘兰琦, 荣丽. 鼻贴药物干预对乳腺癌化疗患者胃肠道反应及心理状态的影响研究[J]. 山西医药杂志, 2024, 53(04): 314-317.
- [3] 戴曼. 拓展型舒适护理联合激励式心理干预在肺癌化疗患者中的应用[J]. 中国医药指南, 2023, 21(36): 157-160. DOI: 10.15912/j.cnki.gocm.2023.36.040.
- [4] 董延妍, 刘振梅, 邢月娇, 等. 晚期肺癌护理中中西医结合护理的应用价值[J]. 名医, 2023, (22): 81-83.
- [5] 翟敏峰, 王艳, 张淑香, 等. 肺癌化疗患者睡眠障碍干预措施研究进展[J]. 中国肿瘤临床与康复, 2023, 30(08): 512-517. DOI: 10.13455/j.cnki.cjcor.113494-20230220-0043.