

舒缓医疗, 照护癌症患者生命之路

记解放军第107医院肿瘤中心灵性舒缓治疗法

本报记者 闫丽君
通讯员 高菲

有研究显示,晚期癌症患者在面对疾病带来的负担,以及在死亡来临前面对有利于生存的挑战时,他们往往承受着巨大的心理痛苦。美国临床肿瘤学会年会(ASCO)于当地时间2017年6月2日—6日在美国芝加哥麦考密克展览中心拉开帷幕。会上通报了肿瘤姑息治疗的最新进展:加拿大的Rodin创建了一种新颖、简单、手册化的心理干预疗法(CALM),使这一群体减轻痛苦、促进自我调整。

近年来,解放军第107医院全军肿瘤无创诊疗中心在具备直线加速器、HF刀、16排定位CT、微波热疗及内生场肿瘤热疗机的基础上,在全军内外率先引进国际领先的射波刀立体定向放射外科手术平台(利用180度的旋转机对肿瘤病灶实施“实时跟踪、精确定位、重点打击、定点清除”)、IGRT影像引导调强放疗系统、肿瘤定向射频消融治疗系统,今年,又相继开展了粒子植入技术和微波消融针治疗,并成功为多名患者进行了治疗,得到了普遍认可。

不仅如此,该院还一直注重为患者做心理疏导,如今也引入国际最新研究成果——灵性舒缓疗法。年初成立了癌友联谊会,并积极倡导患者回归自然、放松身心。为了体验户外之美,感受养生之乐,6月6日,解放军第107医院癌友联谊会会在牟平区龙泉镇组织了一场别开生面的徒步+采摘绿色健康行活动。

手拉手,一起户外游

活动第一站,癌友们在感受农村山清水秀的同时,开始徒步行走。尽管天下小雨,但是三五结对步行在蒙蒙细雨中,也别有一番风味。随后,大家来

到大樱桃采摘园,正值美上市期,只见火红的樱桃挂满枝头,大家迫不及待地跑进樱桃园将一粒粒硕大饱满的樱桃收入囊中,并在果园里尽情地甜美的樱桃摄影留念,享受采摘带来的乐趣。

猴头菇采摘园是本次活动的第二站,在品尝过地道纯正的农家饭之后,大家深入工厂体验蘑菇采摘之乐,只见各种天然无污染的玉皇菇、平菇和猴头菇等,颜色形状各异,千姿百态,大家便投入到欣赏采摘的序列中,其乐融融。

一天的活动,癌友们收获满满,开心地笑不拢嘴。纷纷夸赞癌友联谊会会在枯燥的治疗之余,举办这样的活动,丰富了癌友们的生活,亲近大自然,增强体质,心情也格外美!

并肩战斗换来更多快乐

在解放军第107医院癌友联谊会微信群里,癌友们每天早晨起床第一件事就是习惯性地打开看看,再彼此问候一声。因为这里雷打不动地每天进行“健康早分享”,并给群友们发一些鼓励的话语。“我们的微信朋友圈每天早晨一句‘早上好’,晚上一句‘晚安’,大家你讲我说,心情非常愉快。”群友兼联谊会会员陈女士告诉记者。

“没当回事,”回忆起两年前前刚查出癌症的心情,来自江苏的患者姜女士一副轻描淡写的语气,“我从来没觉得自己生过病!”姜女士很乐观,也对自己的身体非常有信心。“在这里,可以定期和大家一起接受培训学习,免费查体,还能和癌友们结伴踏青唱歌和旅行,开心都来不及,哪有空去想其他的。”姜女士说,107医院的癌友联谊会会有神奇的稀释患者痛苦的功能。于是,在她的感召下,越来越多的人相继加入群开始互帮互助。

“我们微信聊天以‘快乐’



采摘合影。

为前提,以‘健康’为中心,以家居生活和康复养生为主题。”癌友会负责人解放军第107医院全军肿瘤无创诊疗中心主任马建军告诉记者,“前期已经组织患者举办了各种活动,像现场讲座、知识交流、分享座谈等,如今也常常会邀请一些抗癌明星进行现身说法,分享一些积极心得,让癌友们的心理得到安慰,心灵的负重也能得到释放。”

追求生命意义与价值

其实,癌症不是传染病,根据国际最近观念,癌症只是一种和心脑血管疾病类似的慢性病,虽不可以治愈但可以慢慢康复。然而,作为一名癌症患者,来自威海的蒋先生表示,他最想了解癌症患者的脆弱心理——患病后感觉自己成了负担,就想远离人群,心理压力很大,以至于浑身不对劲。

“患者及家人大可不必谈癌色变,反而应该给予患者更多的鼓励和心理疏导。”基于此,2017年年初,解放军第107医院癌友联谊会成立,至今已经吸收癌症会员300余人。癌友



采摘蘑菇。

们在一起聊病情、谈生活,一起吹拉弹唱,培养业余爱好,并且相互鼓励和安慰,增强了自信、克服了自卑、战胜了自我,并实现了走出家门、融入集体、感恩社会的“增值效应”。

同时,肿瘤中心最新引入的这种灵性舒缓的心理干预疗法(CALM),能从更专业的角度对患者进行独立干预,包含3至6次独立的干预,共持续3至6个月,主要涉及以下四个领域:症状管理及与医务人员的沟通;自我调整及改变与家属和朋友的关系;生命的意义、目的

感;未来与死亡。

“其中临床工作包括了症状控制、心理辅导和灵性舒缓。”马建军认为,寻求生命意义与价值是灵性需求的核心。

关注下面二维码:解放军第107医院癌友联谊会微信群号,欢迎入群和大家一起乐观抗癌。



中医药如何与放疗结合来更好地治疗肿瘤?

明天(周五)上午癌友会公益健康讲座将为大家揭晓



本报6月7日讯(记者 闫丽君 通讯员 高菲) 放疗

是治疗恶性肿瘤的主要疗法之一,放疗能达到对肿瘤局部的控制和杀灭,而对于全身来说,放疗却会带来一些副作用和后遗症。在放疗同时应用中医药可以从全身和局部进行治疗,两者相得益彰,实践证明,能取得更好的疗效。

那么,放疗和中医药治疗如何搭配作用才能产生1+1>2的治疗效果呢?明天(6月9日)上午,解放军第107医院肿瘤无创诊疗中心

健康公益大讲座又将为大家带来肿瘤治疗新知识,届时解放军第107医院肿瘤无创诊疗中心三病区主任李军体将围绕中医药与放疗结合治疗肿瘤为大家做详细讲解并现场回答患者的提问。

讲座时间:6月9日(本周五)上午九点

讲座地点:解放军第107医院全军肿瘤无创诊疗中心西侧综合治疗楼4楼学术厅

咨询电话:400-998-0107

癌症患者该如何做好心理调节?

患者一旦确诊为癌,千万不要主观任意夸大自己的病情,认为自己是重病在身、死期将至,这样对病情也无任何好处。如果确有疑虑,也应将自己的疑虑坦城地向医生和自己的家人摆出,让对方作出解释或给予心理上的疏导,及时消除自己心中的疙瘩。

在患者的心中,常常希望吃药后“立竿见影”,手术后手到病除。但是愿望归愿望,事情却没有这么简单,尤其是癌症这种疾病,属于顽症之列,不可能是速战就

能速决了的。患者如果因此产生了急躁心理,失去了治疗信心,会使病情更为恶化。因此,癌症患者对自己的病,要有打大仗、打恶仗的思想准备,内心不急不躁,一切按治疗的“既定方针办”。

患者可以有意识地通过一些活动,来分散自己对所焦虑问题的注意力,比如多参加集体活动,打太极拳、看电视、练气功、听音乐、读书、写字等。此外,适量服些抗焦虑药,对帮助恢复情绪的正常,也十分有效。

李军体主任简介

李军体,男,49岁,中共党员,硕士研究生,现任第107医院肿瘤三区科主任,副主任医师,滨州医学院副教授。毕业于广州市第一军医大学南方医院全军血液病中心,导师孟凡义教授,主任医师。发表国家级以上论文10余篇,参研《精确放疗同步中药优化治疗高危肿瘤与临床防护技术的应用》获军队医疗成果二等奖。参研:(吴阶平医学基金会)重组人白介素12对恶性肿瘤放疗并发症防治的基础与临床应用,拟申报军队医疗成果二等奖。参研《难治性血小板减少性紫癜序贯治疗研究》《非小细胞肺癌诊治研究》《平战用中耳冲洗装置治疗中耳炎研究》等获军队科技进步三等奖。

擅长中西医结合治疗血液病、肿瘤病及其他内科疾病。

担任:济南军区中医专业委员会委员,烟台市中医药学会中医内科专业委员会委员,烟台市抗癌协会第四届理事会理事,烟台中西医结合学会第一届络病专业委员会常务委员。