

化疗所致恶心呕吐的预防性治疗与护理干预效果分析

赵秀娟

甘肃省肿瘤医院 甘肃 兰州 730050

摘要：化疗是治疗肿瘤的重要手段，但其副作用，特别是恶心和呕吐，严重影响了患者的生活质量。本文旨在探讨化疗所致恶心呕吐的预防性治疗与护理干预效果，以期为临床提供有效的管理策略。

关键词：化疗；恶心呕吐；预防性治疗；护理干预

引言

化疗药物在杀灭肿瘤细胞的同时，也常引发多种不良反应，其中恶心和呕吐是最常见且对患者影响最大的症状之一。恶心和呕吐不仅增加了患者的痛苦，还可能影响治疗的依从性和疗效。因此，有效的预防性治疗和护理干预对于缓解这些症状、提高患者的生活质量具有重要意义。

1 化疗所致恶心呕吐的预防性治疗

1.1 药物预防性治疗

1.1.1 5-HT₃受体拮抗剂

5-HT₃受体拮抗剂，如格拉司琼、昂丹司琼等，是化疗所致恶心呕吐预防性治疗中的“明星药物”。它们的作用机制在于特异性地阻断小肠末梢神经上的5-HT₃受体。当化疗药物进入体内后，会刺激小肠黏膜释放5-HT（5-羟色胺），这是一种与呕吐反射密切相关的神经递质。5-HT与小肠末梢神经上的5-HT₃受体结合后，会触发呕吐反射的传导通路，导致恶心呕吐的发生。而5-HT₃受体拮抗剂则能够像一把精准的钥匙，插入5-HT₃受体的“锁孔”中，阻止5-HT与其结合，从而从源头上切断了呕吐反射的传导链，有效减轻或避免了恶心呕吐的发生。

1.1.2 NK-1受体拮抗剂

除了5-HT₃受体拮抗剂外，NK-1受体拮抗剂也是化疗所致恶心呕吐预防性治疗中的重要一环。阿瑞匹坦作为这一类药物的代表，其作用机制与5-HT₃受体拮抗剂相辅相成。阿瑞匹坦能够特异性地拮抗NK-1受体，这是一种与P物质（一种神经肽）结合的受体。P物质在呕吐反射的调节中起着重要作用，它通过与NK-1受体结合来传递呕吐信号。阿瑞匹坦通过阻断这一信号传导通路，进一步增强了止吐效果^[1]。

1.1.3 地塞米松

地塞米松作为一种激素类药物，在化疗所致恶心呕吐的预防性治疗中也扮演着重要角色。虽然地塞米松本身并不直接作用于呕吐反射的传导通路，但其在联合止

吐方案中却能够显著增强其他止吐药物的疗效。这可能与地塞米松的抗炎、抗过敏以及免疫调节作用有关。化疗药物往往会对胃肠道造成一定的刺激和炎症反应，而地塞米松能够减轻这些反应，从而间接促进止吐效果的实现。此外，地塞米松还能够改善患者的食欲和营养状况，增强患者的免疫力，为患者提供更为全面的呵护。

1.2 预防性治疗策略

1.2.1 个体化治疗

个体化治疗，顾名思义，即根据每位患者的具体情况，量身定制预防性治疗方案。这一策略的实施，需要综合考虑多个因素，包括但不限于化疗药物的种类、剂量、给药方式，患者的年龄、性别、体重、肝肾功能、既往病史以及个人体质等。化疗药物因其作用机制的不同，对胃肠道的刺激程度也各不相同。有的药物可能主要引起急性呕吐，而有的则可能导致延迟性呕吐或预期性呕吐。因此，在制定预防性治疗方案时，必须充分考虑化疗药物的特性，选择针对性强的止吐药物。同时，患者的个体差异也是不容忽视的因素。例如，年轻患者可能对新药物的耐受性较好，而老年患者或伴有肝肾功能不全的患者，则可能需要调整药物剂量或选择更为温和的治疗方案。此外，患者的既往病史和个人体质也会影响止吐药物的选择和效果。因此，个体化治疗策略要求医生在充分了解患者情况的基础上，灵活运用专业知识，为患者制定最适合的预防性治疗方案。

1.2.2 早期干预

早期干预是化疗所致恶心呕吐预防性治疗中的另一关键环节。它强调在化疗开始前即进行预防性治疗，以最大限度地减轻化疗药物对胃肠道的刺激。这一策略的依据在于，化疗药物对胃肠道的刺激往往发生在给药后的短时间内，而预防性治疗药物的起效也需要一定的时间。因此，通过提前给予止吐药物，可以在化疗药物发挥作用之前，建立起有效的止吐屏障，从而降低恶心呕吐的发生率。早期干预不仅要求医生在化疗开始前及时开具预防性治疗

药物，还要求患者严格遵医嘱按时服药^[2]。同时，医生还需要密切观察患者的反应，及时调整治疗方案。例如，如果患者在使用某种止吐药物后出现不良反应或效果不佳，医生应迅速调整药物种类或剂量，以确保治疗的有效性和安全性。

1.2.3 联合用药

对于高度致吐风险的化疗药物，单一止吐药物往往难以达到理想的止吐效果。此时，联合用药成为了提高止吐效果的重要手段。联合用药策略不仅限于多种不同作用机制的止吐药物组合使用，还可以结合传统中医疗法，形成多重机制下的协同作用。例如，5-HT₃受体拮抗剂可以阻断小肠末梢神经上的5-HT₃受体，从而减轻急性呕吐；NK-1受体拮抗剂则能够拮抗NK-1受体，减少P物质引起的呕吐反应。将这两种药物联合使用，可以显著提高止吐效果，降低恶心呕吐的发生率。此外，联合用药还可以融入中医特色疗法。对于化疗患者，隔姜艾灸神阙穴是一种有效的辅助手段，可以通过温热刺激和艾叶的药效，调和气血，缓解胃肠道不适。同时，中药贴敷也是一种可选的方法，将特定中药贴于内关、外关、合谷、足三里等穴位，可以通过经络传导，发挥止吐、和胃的作用。在制定联合用药方案时，医生必须充分考虑药物之间的相容性、中医疗法的适应性以及患者的耐受性，确保治疗的安全性和有效性。同时，由于联合用药可能增加药物间的相互作用和不良反应的风险，医生应密切监测患者的反应，及时调整治疗方案，以达到最佳的止吐效果。

2 化疗所致恶心呕吐的护理干预措施

2.1 饮食干预

饮食调整是化疗所致恶心呕吐护理干预中的重要一环。首先，鼓励患者少食多餐，避免一次性摄入过多食物导致胃肠道负担加重。同时，食物的选择也至关重要。应避免油腻、辛辣、高盐和口味重的食物，这些食物可能刺激胃肠道，加重恶心呕吐的症状。相反，应选择清淡易消化、营养丰富的食物，如稀饭、面条、蒸蛋、新鲜蔬菜和水果等。这些食物不仅易于消化吸收，还能提供患者所需的营养，有助于增强患者的免疫力。此外，化疗期间保持充足的水分摄入也至关重要。水分不仅有助于促进化疗药物的代谢和排泄，减轻不良反应，还能维持患者的体液平衡，防止脱水等并发症的发生。因此，应鼓励患者多喝水，每天至少保持2000毫升的水分摄入。如果患者因恶心呕吐而无法直接饮水，可以通过静脉补液或口服补液盐等方式来补充水分。

2.2 环境与心理干预

环境与心理干预在化疗所致恶心呕吐的护理干预中同样占据重要地位。一个舒适、安静的环境有助于患者放松心情，减轻紧张和焦虑情绪，从而缓解恶心呕吐的症状。首先，应保持病房的整洁安静，定期开窗通风，保持空气清新无异味。避免强烈的光线直射和不良刺激，如噪音、异味等，这些都可能加重患者的恶心呕吐症状。同时，还可以根据患者的喜好，适当布置病房，如放置一些绿植、挂画等，以营造温馨舒适的氛围。除了环境干预外，心理疏导也是必不可少的。化疗患者往往对化疗的目的、方法以及可能出现的不良反应存在恐惧和焦虑情绪，这些情绪可能加重恶心呕吐的症状。因此，护理人员应主动与患者沟通，耐心解释化疗的必要性和安全性，以及可能出现的不良反应和应对措施。通过心理疏导，帮助患者建立正确的认知，减轻紧张和焦虑情绪，提高治疗的依从性。

2.3 运动与放松疗法

适度的运动和放松疗法对于缓解化疗所致恶心呕吐也具有重要意义。在身体允许的情况下，鼓励患者进行适度的运动，如散步、慢跑、瑜伽等。这些运动不仅可以促进胃肠蠕动和消化功能，还能增强患者的免疫力和心肺功能，有助于改善整体健康状况。同时，放松疗法也是缓解恶心呕吐的有效手段。音乐疗法、冥想疗法等放松疗法通过分散注意力、减轻紧张情绪等方式，有助于缓解恶心和呕吐症状^[3]。例如，音乐疗法可以通过播放患者喜欢的音乐，使其沉浸在音乐的海洋中，忘记病痛和不适；在实施运动与放松疗法时，护理人员应根据患者的具体情况和身体状况，制定个性化的运动计划和放松方案。同时，还需密切观察患者的反应和身体状况，及时调整治疗计划，确保治疗的安全性和有效性。

2.4 症状管理

对于已经出现恶心呕吐的患者，及时进行症状管理至关重要。护理人员应密切观察患者的症状变化，及时给予止吐药物，并观察药物的疗效及不良反应。在选择止吐药物时，应根据患者的具体情况和化疗药物的特性，选择针对性强的药物，并遵循医嘱按时按量服用。同时，对于严重呕吐导致脱水、电解质紊乱的患者，应及时给予静脉补液治疗。补液不仅可以补充患者丢失的水分和电解质，还能纠正酸碱平衡紊乱，防止并发症的发生。在补液过程中，护理人员应严格控制补液速度和量，避免过快或过量导致患者不适。除了药物治疗外，还可以通过其他非药物手段来缓解症状。例如，可以通过按摩、针灸等中医疗方法来缓解恶心呕吐的症状；也可以通过调整患者的体位、保持头部高位等方式来减

轻呕吐的不适感。

3 效果分析

3.1 预防性治疗效果：精准施策，成效显著

预防性治疗策略，通过个体化、早期干预和联合用药等多维度措施，为化疗患者构筑了一道坚实的防护屏障，显著降低了恶心和呕吐的发生率和严重程度。个体化治疗是预防性治疗的核心。医生根据患者的具体情况，包括化疗药物的种类、剂量、给药方式，以及患者的年龄、性别、体重、肝肾功能等，量身定制预防性治疗方案。这种精准施策的方式，确保了治疗的有效性和安全性，避免了因一刀切而导致的治疗不足或过度治疗。通过个体化治疗，患者能够享受到更加贴合自身需求的治疗方案，从而有效减轻化疗药物对胃肠道的刺激，降低恶心呕吐的发生率。早期干预则是预防性治疗的另一重要环节。在化疗开始前即进行预防性治疗，能够未雨绸缪，提前建立起有效的止吐屏障。这不仅可以减轻化疗药物对胃肠道的即时刺激，还能预防延迟性呕吐的发生。通过早期干预，患者能够更加平稳地度过化疗期，减少因恶心呕吐而导致的治疗中断或剂量调整，从而提高治疗的依从性和效果。联合用药则是提高预防性治疗效果的重要手段。对于高度致吐风险的化疗药物，单一止吐药物往往难以达到理想的止吐效果。而联合用药通过多种不同作用机制的止吐药物组合使用，能够形成多重机制下的协同作用，显著提高止吐效果^[4]。这种综合治疗的方式，不仅减轻了患者的痛苦，还提高了患者的生活质量，使其能够更加积极地面对治疗。

3.2 护理干预效果

护理干预措施在减轻化疗所致恶心呕吐方面同样发挥了重要作用。饮食调整、环境与心理干预、运动与放松疗法等护理措施的综合应用，为患者提供了全方位的关怀和支持。饮食调整通过科学合理的饮食安排，避免了油腻、辛辣等刺激性食物对胃肠道的刺激，减轻了恶

心呕吐的症状。同时，充足的水分摄入也促进了化疗药物的代谢和排泄，进一步减轻了不良反应。环境与心理干预则通过创造舒适的环境和提供心理疏导，缓解了患者的紧张和焦虑情绪，提高了其治疗的依从性。一个整洁安静、空气清新无异味的环境，能够让患者更加放松地接受治疗；而专业的心理疏导则能够帮助患者建立正确的认知，减轻对化疗的恐惧和焦虑，从而缓解恶心呕吐的症状。运动与放松疗法则通过适度的运动和放松技巧，促进了患者的身心健康。适度的运动不仅能够促进胃肠蠕动和消化功能，还能增强患者的免疫力和心肺功能；而放松疗法则通过分散注意力、减轻紧张情绪等方式，缓解了恶心和呕吐症状，提高了患者的生活质量。

结语

化疗所致恶心呕吐是肿瘤患者治疗中常见的不良反应，通过有效的预防性治疗和护理干预措施，可以显著降低其发生率和严重程度，提高患者的生活质量。未来的研究应进一步探索更加精准、个体化的治疗与护理方案，以优化患者的管理效果。

参考文献

- [1]吴婷婷.针对性预防护理对癌症患者化疗所致恶心、呕吐的效果观察[J].中国民康医学,2019,31(13):164-165.
- [2]王彪,潘祺琦.2018—2021年南京地区预防化疗所致恶心呕吐药物应用现状调查与分析[J].中国新药杂志,2023,32(11):1171-1176.
- [3]赵倩.化疗所致恶心呕吐预防与管理的最佳证据总结[C]//上海市护理学会.第五届上海国际护理大会论文摘要汇编(上).山西省人民医院,2022:1.
- [4]宋俊芝.肿瘤患者化疗期间开展标准化联合护理对化疗相关性恶心呕吐的影响[J].婚育与健康,2023,29(19):136-138.