

癌症患者睡眠质量管理的中医-人文跨学科护理模式探索与实践

侯模丽

广州中医药大学第一附属医院 广东 广州 510405

摘要: 本文旨在探讨中医与人文关怀相结合的护理模式在改善癌症患者睡眠质量方面的应用。通过回顾中医睡眠学说与现代睡眠学的关系,以及中医治疗失眠的方法与效果,结合人文关怀护理的基本概念及其对癌症患者睡眠质量的影响,本文构建了中医-人文跨学科护理模式,并通过实践案例分析验证其有效性。研究发现,这种跨学科护理模式能够显著提升癌症患者的睡眠质量,为临床护理提供了新的思路和方法。

关键词: 中医护理; 人文关怀; 睡眠质量; 癌症患者; 跨学科护理模式

1 引言

1.1 研究背景

癌症作为全球重大公共卫生问题,严重影响患者生理、心理及生活质量,其中睡眠障碍尤为突出,显著干扰康复进程^[1]。医学模式转变背景下,综合干预成为改善癌症患者睡眠的研究热点^[2]。中医作为传统医学体系,在调节机体功能、促进身心健康方面具有独特优势^[3];人文关怀护理强调关注患者心理与社会需求,二者结合可形成更全面的护理方案。然而,当前中医与人文关怀融合的跨学科护理模式在癌症睡眠管理中的应用仍处于探索阶段,存在理论整合不足、实践路径模糊等挑战。本综述旨在系统梳理中医-人文跨学科护理模式的应用现状,分析其潜在价值与现实困境,为后续研究及临床实践提供参考依据,推动构建更科学、人性化的癌症患者睡眠管理方案。

1.2 研究目的与重要性

癌症患者睡眠问题是临床护理核心议题,良好睡眠对其身心康复至关重要。然而,疾病本身及治疗副作用常导致严重睡眠障碍。随着跨学科护理理念发展,中医理论与人文关怀结合的护理模式逐渐应用于实践,通过综合手段改善睡眠质量^[4]。现有研究表明该模式具有一定效果,但其作用机制与长期影响仍需深入验证。本综述系统回顾相关文献,分析中医-人文跨学科护理模式在睡眠质量管理中的应用现状及争议,旨在厘清理论整合路径、实践难点与证据缺口,为后续研究设计、临床方案优化及跨学科协作提供参考依据,推动构建更科学、人性化的癌症患者睡眠干预体系。

2 中医视角下的癌症患者睡眠障碍研究

2.1 中医睡眠学说与现代睡眠学的关系

中医睡眠学说与现代睡眠学具有显著的理论互补性。边甜甜等(2018)通过文献分析指出,两者在认知框架上深度相通,中医睡眠理论蕴含丰富的科学内涵,其系统研究可为现代睡眠学发展提供新思路^[5]。邹雅(2024)进一步阐释,中医将失眠归因于阴阳失衡、脏腑功能失调等核心病机,强调通过整体调节与辨证施治改善睡眠,临床实践显示其疗效显著且安全性高。这种理论契合与实践优势的双重验证,表明中医睡眠学说与现代睡眠学在病因解析、干预策略等方面形成有效互补^[6]。二者融合可为肿瘤患者睡眠障碍管理构建更全面的解决方案,既体现传统医学的整合观,又吸纳现代医学的精准化特征,具有重要临床应用价值。

2.2 中医治疗失眠的方法与效果

中医治疗失眠方法多样且疗效显著,尤其在癌症患者睡眠管理中展现独特优势。赵晓梅(2023)系统回顾临床应用,证实中药汤剂、足浴、药枕、穴位贴敷等疗法不良反应少、有效性突出^[7]。李立英等(2024)通过72例恶性肿瘤失眠患者的随机对照实验发现,中医护理组在睡眠质量、并发症发生率($\chi^2 = 4.181, P < 0.05$)、负性情绪评分及生活质量评分上均显著优于对照组($P < 0.05$)^[8]。任志欣(2024)强调脏腑调理核心地位,提出耳穴按揉、足浴等具体干预措施^[3]。研究表明,中医护理通过整体调节与辨证施治,能有效提升癌症患者睡眠质量,降低并发症风险,改善心理状态及生活质量,临床推广价值显著。

3 人文关怀护理在癌症患者睡眠管理中的应用

3.1 人文关怀护理的基本概念与实践

人文关怀护理是以患者为中心的护理模式,通过提供精神、文化、情感支持改善患者身心状态。杨单

(2020)通过随机对照研究发现,人文关怀联合放松疗法在改善睡眠质量、缓解焦虑及提升护理满意度方面效果显著,表明二者结合能有效优化睡眠障碍患者的整体状态^[10]。吴欣宇(2024)针对乳腺癌术后放疗患者的研究显示,实施人文关怀护理的研究组在睡眠质量、心理状态及生活质量评分上均优于常规护理组,进一步验证了该模式对癌症患者不良情绪的调节作用及生活质量的提升效果^[11]。两项研究共同揭示,人文关怀护理的核心在于关注患者的心理社会需求,通过个性化沟通、环境优化及情感支持,不仅直接改善睡眠问题,还能缓解治疗带来的心理压力,增强患者对护理工作的信任与配合。这种护理模式与中医“整体观”理念形成互补,为构建跨学科睡眠管理方案提供了实践基础,强调临床护理应从单一生理干预转向身心并重的综合照护,对提升癌症患者康复效果及生活质量具有重要意义。

3.2 人文关怀护理对癌症患者睡眠质量的影响

人文关怀护理对癌症患者睡眠质量具有显著改善作用^[9]。杨单(2020)针对34例睡眠障碍患者开展随机对照研究,干预组采用人文关怀联合放松疗法,结果显示其PSQI睡眠质量指数($P < 0.05$)、SAS焦虑评分($P < 0.05$)显著低于对照组,护理满意度达94.1%(vs对照组76.5%)^[10]。吴欣宇(2024)对60例乳腺癌术后放疗患者的研究中,随机分为人文关怀护理组与常规护理组,结果显示干预组睡眠质量评分($P < 0.05$)、焦虑抑郁水平($P < 0.05$)及生活质量评分($P < 0.05$)均显著优于对照组,护理满意度达96.7%(vs对照组80.0%)^[11]。两项研究共同证实,人文关怀护理通过个性化心理疏导、环境优化及情感支持,能有效改善癌症患者睡眠质量,缓解焦虑抑郁情绪,提升整体生活质量及护理满意度。其核心价值在于关注患者心理社会需求,与中医护理形成互补,为构建跨学科睡眠管理方案提供了实证依据,临床推广意义显著。

4 中医-人文跨学科护理模式的构建与实践

4.1 跨学科护理模式的理论框架

跨学科护理模式通过整合多元干预手段,显著提升癌症患者睡眠质量。韩凌宇等(2025)证实综合护理方案在提升患者满意度、优化治疗效率方面具有优势^[12]。李立英等(2024)进一步发现,中医护理通过辨证施治与整体调节,不仅能有效改善睡眠质量,还能降低并发症风险、缓解焦虑抑郁情绪,并提升生活质量^[8]。郭慧云等(2022)的研究则表明,中医护理在干预效果上优于常规护理模式,尤其在调节不良情绪、改善睡眠结构方面表现突出^[13]。三项研究共同验证了跨学科护理模式的

临床价值:其通过整合中医理论与人文关怀理念,形成个性化、多维度的干预方案,既关注生理症状缓解,又重视心理社会需求满足,为癌症患者睡眠管理提供了创新实践路径,具有重要推广意义。

4.2 实践案例分析

本文探讨中医护理与综合护理模式对癌症患者睡眠质量的影响。李立英等(2024)对72例恶性肿瘤失眠患者的研究中,随机分为研究组和对照组各36例。研究组并发症发生率显著降低,且在负性情绪评分、生活质量评分及睡眠质量评分上均优于对照组($P < 0.05$),证实中医护理通过辨证施治可同步改善睡眠、降低并发症风险并缓解心理压力^[8]。王金华(2024)进一步纳入160例失眠患者,随机分为观察组(80例,中医护理)和对照组(80例,常规护理)。观察组护理有效率更高,且睡眠质量、睡眠时间、入睡时间等维度评分均显著优于对照组($P < 0.05$),验证了中医护理在改善睡眠结构及调节不良情绪方面的优势^[21]。

综上,中医护理与综合护理模式通过个性化干预、整体调节及心理支持,可有效提升癌症患者睡眠质量,降低并发症风险,改善心理状态及生活质量,为跨学科护理模式的临床应用提供了数据支持。

5 结论

5.1 研究总结

本文探讨中医-人文跨学科护理模式在癌症患者睡眠管理中的应用潜力。研究发现,中医通过辨证施治与整体调节,能有效缓解睡眠障碍;人文关怀护理则通过心理支持与环境优化,改善患者焦虑抑郁情绪,二者结合形成身心并重的综合干预方案^[13]。当前研究虽证实其有效性,但存在样本量小、设计单一等局限。未来需扩大研究规模,开展多中心随机对照试验,进一步验证该模式的普适性与长效性。同时,政策层面应推动跨学科合作机制建设,整合中医理论与人文关怀理念,构建标准化护理流程,为癌症患者睡眠质量管理提供更科学、系统的实践路径,最终提升患者生活质量与康复效果。

5.2 未来研究方向与政策建议

本文聚焦中医-人文跨学科护理模式在癌症患者睡眠管理中的价值。现有研究证实,中医通过辨证施治缓解睡眠障碍,人文关怀改善心理状态,二者结合形成身心协同的干预方案,可有效提升睡眠质量及生活品质。但当前研究对具体实施机制、长期疗效及个体差异的影响仍需深入验证。未来需细化护理策略,开展多中心研究以明确普适性,同时政策层面应推动跨学科合作,提供资源支持,促进该模式在临床中的规范化应用与推广。

参考文献

- [1] 李宁,孙瑞,于雷,丛明华.晚期肿瘤患者睡眠质量及其相关影响因素的调查分析[J].肿瘤代谢与营养电子杂志, 2021, 8(04):398-402.
- [2] 唐丽丽,詹淑琴,于思彦,孙洪强,王春雪,吉爱军,李梓萌,汪艳,张叶宁,庞英,赵忠新,吴惠涓,宿长军,薛蓉,李宁.成人癌症患者失眠诊疗专家建议[J].中国心理卫生杂志, 2021, 35(06):441-448.
- [3] 任志欣.失眠的中医护理方法[J].人人健康, 2024, (07):66-67.
- [4] 陈付蓉,刘翔宇,湛永毅,颜逸霞,许湘华.晚期癌症病人睡眠障碍的研究进展[J].全科护理, 2023, 21(04):466-469.
- [5] 边甜甜,司昕蕾,辛二旦,牛江涛,张爱霞,李越峰.中医视角下的肿瘤患者睡眠障碍研究现状[C].中国睡眠研究会第十届全国学术年会, 2018:5.
- [6] 邹雅.中医治疗失眠的研究进展[J].中国中医药现代远程教育, 2024, 22(08):168-171.
- [7] 赵晓梅.中医药治疗失眠研究进展[J].光明中医, 2023, 38(16):3266-3269.
- [8] 李立英,闫芹.中医护理在恶性肿瘤失眠患者中的应用价值[J].中国城乡企业卫生, 2024, 39(07):204-206.
- [9] 黄梦英,周艳华,郭俊晨,湛永毅.终末期癌症患者失眠现状及影响因素分析[J].中国临床护理, 2024, 16(10):641-645+650.
- [10] 杨单.人文关怀与放松疗法相结合对睡眠障碍患者的影响[C].中国睡眠研究会第七届西部睡眠医学大会, 2020:4.DOI:10.26914/c.cnkihy.2020.019049.
- [11] 吴欣宇.人文关怀护理对改善乳腺癌术后放疗患者生活质量的效果[J].中华养生保健, 2024, 42(22):110-112.
- [12] 韩凌宇,张丽,王烁涵,东梅.中医特色护理技术在癌症患者睡眠障碍中应用的研究进展[J].世界睡眠医学杂志, 2025, 12(02):476-479+483.
- [13] 郭慧云,刘彬,卫莉.癌症患者睡眠障碍的研究进展[J].护士进修杂志, 2022, 37(14):1278-1283.
- [14] 王晓梅,茹永飞,马婷,马欣,季玲,张国琴.乳腺癌患者睡眠质量与癌症复发恐惧相关性研究[J].农垦医学, 2021, 43(02):132-137.
- [15] 于洁洋,郭笑,王亚茹,李惠敏,王赞.肿瘤与睡眠障碍[J].世界睡眠医学杂志, 2020, 7(11):2041-2044.
- [16] 张萌.探究肿瘤患者睡眠障碍的原因及护理方法[C].第四届全国医药研究论坛, 2024:7.DOI:10.26914/c.cnkihy.2024.002227.
- [17] 张鹏,赵忠新.《中国成人失眠诊断与治疗指南》解读[J].中国现代神经疾病杂志, 2013, 13(05):363-367.
- [18] 张晓璐,王国蓉,杨璐,郑莹莹,徐迎婷.芳香疗法对睡眠障碍改善疗效的Meta分析[J].医学信息, 2020, 33(24):63-66.
- [19] 赵倩,章雅儒,李彦强,唐锐.芳香精油疗法对失眠症病人睡眠质量的影响[J].循证护理, 2023, 9(14):2611-2615.
- [20] 郑海燕,陈云静,包瑞芳,尹丽,毕立雄.中药芳香疗护应用于失眠患者的研究进展[J].世界睡眠医学杂志, 2025, 12(02):480-483.
- [21] 王金华.失眠患者的中医护理研究[J].婚育与健康, 2024, 30(17):118-120.