

行为转变理论心理护理对新辅助治疗期间乳腺癌患者的情绪 及癌性疲乏的影响

周 阳

国家癌症中心, 国家肿瘤临床医学研究中心, 中国医学科学院北京协和医学院肿瘤医院 北京

【摘要】目的 在行为转变理论心理护理对新辅助治疗期间乳腺癌患者的情绪及癌性疲乏, 探究该方案开展后的实际价值。**方法** 该研究总共纳入 86 例研究对象, 均是 2024 年至 2025 年到医院接受新辅助治疗的乳腺癌患者, 以随机数字表法为分组原则, 划分为对照组(常规护理)、观察组(行为转变理论心理护理)。对实施过程中两组患者相关指标数据做整理记录, 结合统计学系统进行对比观察, 分析行为转变理论心理护理的应用价值。**结果** 观察组心理状态评分及癌性疲乏量表均低于对照组, 护理满意度高于对照组, ($P<0.05$)。**结论** 行为转变理论心理护理可有效缓解焦虑、抑郁情绪, 减轻癌性疲乏程度, 提高护理满意度, 值得推广应用。

【关键词】 行为转变理论心理护理; 新辅助治疗; 乳腺癌; 情绪; 癌性疲乏

【收稿日期】 2026 年 6 月 10 日

【出刊日期】 2026 年 7 月 7 日

【DOI】 10.12208/j.jnmn.20260345

The impact of behavioral change theory psychological nursing on the emotions and cancer-related fatigue of breast cancer patients during neoadjuvant therapy

Yang Zhou

National Cancer Center, National Clinical Research Center for Cancer, Cancer Hospital, Chinese Academy of Medical Sciences & Peking Union Medical College, Beijing

【Abstract】Objective To explore the practical value of psychological care based on behavior change theory on the emotions and cancer-related fatigue of breast cancer patients during neoadjuvant therapy. **Methods** A total of 86 subjects were included in this study. All were breast cancer patients receiving neoadjuvant therapy at the hospital from 2024 to 2025. Using a random number table method for grouping, they were divided into a control group (routine care) and an observation group (psychological care based on behavior change theory). Data on relevant indicators of the two groups during implementation were collected and recorded, and compared and analyzed using statistical methods to evaluate the application value of psychological care based on behavior change theory. **Results** The observation group had lower scores in psychological status and cancer-related fatigue scales than the control group, and higher nursing satisfaction than the control group ($P<0.05$). **Conclusion** Psychological care based on behavior change theory can effectively relieve anxiety and depression, reduce the degree of cancer-related fatigue, and improve nursing satisfaction, and is worth promoting.

【Keywords】 Psychological care based on behavior change theory; Neoadjuvant therapy; Breast cancer; Emotions; Cancer-related fatigue

乳腺癌是全世界范围内的发病率最高的女性恶性肿瘤之一, 发病年龄也慢慢趋于年轻化, 乳腺癌综合治疗的重要一环就是新辅助治疗, 在术前联合化疗、放疗、靶向药等多种疗法一起使用来达到降低肿瘤分期的目的, 改善手术条件的同时提高患者术后生存率以及生活质量^[1]。由于该种治疗方式一般需要较长的周期才能

起作用, 所以患者会经常出现各种毒副反应, 比如毛发生长不正常、消化道不适(恶心呕吐)以及骨髓抑制等状况^[2]。疾病本身及相关的治疗所造成的生理压力, 容易引发或者加重患者的焦虑、抑郁情绪问题, 肿瘤负荷和相关干预手段引起的能量代谢紊乱, 也明显增大了癌症相关疲劳出现的几率, 以持久的疲倦感和认知能

力减退为表现^[3]。这些因素不但会降低患者医疗依从性，还会给患者的日常生活造成明显的干扰，在这种情况下，根据个体差异制定出科学有效的护理方案显得十分重要，目的在于改善新辅助治疗的实际效果，加快康复速度，全面提高患者身心健康水平^[4]。

1 资料与方法

1.1 一般资料

该研究总共纳入 86 例研究对象，均是 2024 年至 2025 年到医院接受新辅助治疗的乳腺癌患者，以随机分组方式均分为两组，对照组人数 43 例，年龄区间涉及：（32-66）岁，平均值：（49.00±7.36）岁，观察组人数 43 例，年龄区间涉及：（32-67）岁，平均值：（49.50±7.00）岁，组间基线数据 $P>0.05$ ，满足研究开展要求。

纳入标准：①病理确诊乳腺癌；②Ⅱ~Ⅲ期，具新辅助治疗适应证；③年龄 18~70 岁；④预期生存期>6 个月；⑤重要脏器功能基本正常；⑥神志清，能配合随访。

排除标准：①合并其他恶性肿瘤；②既往接受过放疗、内分泌治疗；③妊娠/哺乳期；④严重心肝肾功能障碍；⑤认知/精神障碍；⑥临床资料缺失。

1.2 方法

对照组给予全程常规护理：①监测患者的生理参数变动，仔细观察化疗所造成的消化道不适和脱发这些副反应的情况，对于出现的症状要及时记下并立刻报告给医生，共同制订相应的护理措施；②治疗指导，需要系统性的向患者解释新辅助治疗的基本原理、程序以及可能会产生的不良反应，给出相应的处理意见，保证患者能够遵医嘱完成全程治疗；③采用基础性的心理抚慰技术，以周为单位开展沟通和情绪调节的干预活动，以达到减轻压力、提高应对能力的目的；④生活护理，从生活照护的角度出发，给予营养膳食专业的指导、规律作息的标准建议、适度运动的规范化指导，从而达到预防身心过劳的目的^[5]。

观察组采用行为转变理论心理护理，具体步骤如

下：（1）前意向阶段：采用个别访谈和问卷调查相结合的研究方法，从心理学角度出发，对癌症病人心理特征以及主要需求进行研究，主要分析消极情绪对疾病相关疲劳状态所可能造成的影响，通过具体的例子来引导患者建立正向的心理应对机制，给患者的行为模式优化提供实践上的帮助。（2）意向阶段：针对患者改变意愿所遇到的疑虑问题而言，要重视心理疏导工作，促使个体对自身的优劣进行全面的考量，进而制订出初步的调整方案和具体的实施目标。（3）准备阶段：应该创建起科学的日程和周计划体系，教授学生情绪调节技术（深呼吸训练、正念冥想等），并推行渐进式肌肉放松疗法的运用，还要进一步改善家庭氛围，调动家属的积极性，共同参加有关的支持性活动。（4）行动阶段：建立周期性的评价体系，对计划的执行情况进行监督，及时发现并解决问题，利用成果激励持续改进，依靠团体互动营造出积极正向的介入环境。（5）维持阶段：创建系统化的习惯保持体系，制定合理的自主管理方案并展开动态监测，从而减小不良情绪以及癌症相关疲乏症状的再次出现危险。

1.3 观察指标

观察对比心理状态评分，癌性疲乏量表，护理满意度。

1.4 统计学分析

专业分析以 SPSS24.00 系统完成，计量数据计均数±标准差，两组差别比照运用 t 检测，计数运用%代替， χ^2 检验， $P<0.05$ 则统计学研究成立。

2 结果

2.1 心理状态评分对比

观察组较低，有统计学意义（ $P<0.05$ ），见表 1。

2.2 癌性疲乏量表对比

观察组较低，统计结果存在差异（ $P<0.05$ ），见表 2。

2.3 护理满意度对比

观察组较高，结果有差异（ $P<0.05$ ），见表 3。

表 1 对比心理状态评分[分，（ $\bar{x}\pm s$ ）]

组别	例数	焦虑（SAS）评分		抑郁（SDS）评分	
		干预前	干预后	干预前	干预后
对照组	43	56.83±5.74	48.83±5.75	58.93±6.13	50.13±5.48
观察组	43	57.15±5.86	40.27±4.34	59.20±6.06	41.86±4.90
P 值	-	-	< 0.05	-	< 0.05

表 2 癌性疲乏量表对比[分, ($\bar{x}\pm s$)]

组别	例数	躯体疲乏		情感疲乏		认知疲乏		RPFS 总分	
		干预前	干预后	干预前	干预后	干预前	干预后	干预前	干预后
对照组	43	7.24±1.36	5.13±1.07	7.05±1.29	4.99±1.04	6.87±1.17	4.75±0.97	21.16±3.50	14.87±2.87
观察组	43	7.30±1.31	3.27±0.88	7.10±1.23	3.14±0.85	6.94±1.15	3.03±0.79	21.35±3.49	9.44±2.16
P 值	-	-	< 0.05	-	< 0.05	-	< 0.05	-	< 0.05

表 3 护理满意度对比[n, (%)]

组别	例数	非常满意 (%)	满意 (%)	不满意 (%)	总满意度 (%)
对照组	43	18 (41.86)	16 (37.21)	9 (20.93)	34 (79.07)
观察组	43	29 (67.44)	12 (27.91)	2 (4.65)	41 (95.35)
P 值	-	-	-	-	<0.05

3 讨论

乳腺癌是严重威胁女性健康的恶性肿瘤，新辅助治疗已经成为提高乳腺癌临床疗效的主要方式，该法对病灶起初步控制作用，改善了患者的生存质量，对于提高患者的治疗效果有着重要意义^[6]。由于新辅助治疗常常伴随着较大的生理和心理负担，即焦虑、抑郁、癌症相关疲劳等明显增加，不但会对患者治疗依从性、免疫功能造成不良影响，还会干扰患者日常生活和社会角色发挥，影响康复进程^[7]。在这种情况下加强心理护理就显得尤其必要，按照行为转变理论，人的行为转变是一个繁杂的、渐进的进程，它牵涉到意识觉醒、制订、执行并维持等诸多环节^[8]。

综上所述，行为转变理论心理护理可有效缓解焦虑、抑郁情绪，减轻癌性疲乏程度，提高护理满意度，值得推广应用。

参考文献

[1] 任晓菲,贺宇彤,任曙光,等.不同新辅助治疗方案对 403 例乳腺癌患者 HER2 表达状态的影响[J].中华肿瘤防治杂志,2022,29(9):669-673.

[2] 周敏,钟莉子.乳腺癌同步放化疗患者癌因性疲乏轨迹及影响因素研究[J].中外医疗,2024,43(12):160-163.

[3] 张艳,李娟,王艳.乳腺癌新辅助治疗患者癌性疲乏与焦

虑抑郁情绪的相关性研究[J].护理研究,2023,37(11): 2025-2028.

[4] 蒙艳勉,唐华英,伍瑞连,等.基于 IMB 模型的居家护理干预对乳腺癌化疗患者的康复作用[J].华夏医学,2024, 37(5):136-139.

[5] 李丽萍,曾秋凤,朱艳妮.基于行为转变理论的健康指导结合叙事护理对乳腺癌患者的癌性疲乏与生活质量的 影响[J].慢性病学杂志,2024,25(4):521-524.

[6] 岳瑞雪,胡崇珠,郝鑫,等.曲妥珠单抗和帕妥珠单抗联合 不同化疗方案新辅助治疗 HER-2 阳性乳腺癌真实世界 疗效及安全性观察[J].中国肿瘤临床,2023,50(5):248- 254.

[7] 侯丽娟,刘丽媛,王斐,等.应重视乳腺癌患者的心理问题 [J].中华外科杂志,2024,62(2):110-115.

[8] 胡丹,刘清华,姚玉香,等.以跨理论模型为框架的健康教 育对肝癌介入术后患者恐惧疾病进展的影响[J].护理实 践与研究,2023,20(4):589-594.

版权声明：©2026 作者与开放获取期刊研究中心（OAJRC）所有。本文章按照知识共享署名许可条款发表。
<https://creativecommons.org/licenses/by/4.0/>

