社会认知理论导向干预对肝癌患者疼痛程度及负性情绪（焦虑/抑郁）的改善效果研究

梁 璀，韦柳梅，陆雪梅

广西医科大学附属武鸣医院　广西南宁

【摘要】**目的** 探讨社会认知理论导向干预在肝癌患者疼痛管理及负性情绪改善中的应用效果，为临床肿瘤护理提供新的干预思路与实践依据。**方法** 选取 2023 年 7 月-2024 年 7 月在我院肿瘤科住院治疗的 130 例肝癌患者作为研究对象，采用随机数字表法分为对照组和实验组，每组各 65 例。对照组接受常规护理干预，实验组在常规护理基础上实施基于社会认知理论的综合干预措施 4 周。观察两组干预效果。**结果** 干预前，两组患者 NRS 疼痛评分、HADS-A（焦虑）评分、HADS-D（抑郁）评分及 SAS 评分比较，（P>0.05）；干预 4 周后，实验组患者 NRS 疼痛评分显著低于对照组，HADS-A 评分、HADS-D 评分及 SAS 评分均明显低于对照组，（P<0.05）。**结论** 基于社会认知理论的综合干预可有效减轻肝癌患者的疼痛程度，改善其焦虑、抑郁等负性情绪，有助于提升患者心理健康水平和生活质量，值得在临床肿瘤护理中推广应用。

【关键词】社会认知理论；肝癌；疼痛；焦虑；抑郁；护理干预

【基金项目】自治区卫生健康委自筹经费科研课题（Z-A20230783）：社会认知理论导向干预对肝癌患者疼痛程度及负性情绪（焦虑/抑郁）的改善效果研究

【收稿日期】2026 年 4 月 6 日　　【出刊日期】2026 年 5 月 1 日　　【DOI】10.12208/j.cn.20260255

Research on the effect of social cognitive theory guided intervention on pain degree and negative emotions (anxiety/depression) in patients with liver cancer

Cui Liang, Liumei Wei, Xuemei Lu

Affiliated Wuming Hospital of Guangxi Medical University, Nanning, Guangxi

【**Abstract**】**Objective** To explore the application effect of social cognitive theory-guided intervention in pain management and negative emotion improvement of patients with liver cancer, and to provide new intervention ideas and practical basis for clinical oncology nursing. **Methods** 130 patients with liver cancer who were hospitalized in the oncology department of our hospital from July 2023 to July 2024 were selected as the research subjects. They were divided into the control group and the experimental group by random number table method, with 65 cases in each group. The control group received routine nursing intervention, and the experimental group received comprehensive intervention based on social cognitive theory in addition to routine nursing for 4 weeks. The intervention effects of the two groups were observed. **Results** Before the intervention, the NRS pain score, HADS-A (anxiety) score, HADS-D (depression) score and SAS score of the two groups were compared (P > 0.05); after 4 weeks of intervention, the NRS pain score of the experimental group was significantly lower than that of the control group, and the HADS-A score, HADS-D score and SAS score of the experimental group were significantly lower than those of the control group (P < 0.05). **Conclusion** The comprehensive intervention based on social cognitive theory can effectively reduce the pain degree of patients with liver cancer, improve their negative emotions such as anxiety and depression, and help improve the mental health level and quality of life of patients, which is worthy of promotion and application in clinical oncology nursing.

【**Keywords**】Social cognitive theory; Liver cancer; Pain; Anxiety; Depression; Nursing intervention

肝癌作为高发恶性肿瘤，疾病侵袭、治疗创伤及预后不确定性易导致患者出现剧烈疼痛与焦虑、抑郁等负性情绪，二者相互作用会降低治疗依从性、影响生活质量，加重医疗负担[1]。目前临床疼痛管理多依赖药物，

存在成瘾性、不良反应等局限，传统心理干预难以广泛推广。社会认知理论强调个体、环境与行为的动态互动，在慢性病管理等领域成效显著，但其在肝癌患者疼痛与情绪管理中的应用尚少见[2]。本研究构建社会认知理论导向综合干预方案，探讨其应用效果，为优化肝癌护理策略提供依据。

1 资料与方法

1.1 研究对象

采用便利抽样法选取 2023 年 7 月-2024 年 7 月在我院肿瘤科住院治疗的肝癌患者 130 例为研究对象。（1）纳入标准：①经病理影像及影像确诊为原发性肝癌；②意识清晰，语言理解与沟通能力无障碍，且有一定的文字阅读与书写能力；③自愿参加本研究，有能力签署知情同意书及量表填写；④无精神疾病。（2）排除标准：①合并心、脑、肝、肾等其它严重疾病者，以及精神疾病；②不愿参与课题研究调查者；③近期接受其他研究者；④病情未被告知者。（3）脱落标准：①资料填写不全；②依从性差，研究中未能按时参加社会认知理论课程 1 次或未按时交作业>2 次；③主动要求退出。采用随机数字表法将患者分为对照组和实验组，每组各 65 例。对照组男 58 例，女 7 例；年龄 36-79 岁，平均（53.62±8.74）岁；婚姻状况以已婚为主（60 例，92.31%）；文化程度以初中及以上为主（52 例，80.00%）；肿瘤分期I期 8 例，II期 25 例，III期 32 例。实验组男 59 例，女 6 例；年龄 28-77 岁，平均（52.89±9.01）岁；婚姻状况以已婚为主（61 例，93.85%）；文化程度以初中及以上为主（53 例，81.54%）；肿瘤分期I期 7 例，II期 26 例，III期 32 例。两组患者一般资料比较，（P>0.05），具有可比性。

1.2 方法

对照组实施常规护理干预，具体包括出入院宣教，介绍病房环境、诊疗流程及注意事项；疼痛护理，遵医嘱给予镇痛药物，观察疼痛反应；病情观察，监测生命体征及肿瘤相关指标；饮食与活动指导，制定个性化饮食方案，指导适当功能锻炼；并发症预防，针对化疗、手术等治疗相关并发症进行预防护理；发放肝癌康复知识手册，提供常规健康咨询。

实验组在常规护理基础上，实施基于社会认知理论的综合干预，干预周期 4 周。在环境维度，改善医院就医环境，营造温馨舒适的病房氛围，设置健康教育角；建立微信交流群，定期推送抗癌知识和心理调适技巧；开展“世界癌症日”主题宣讲活动，邀请康复患者分享经验，构建支持性社会环境；加强家属培训，指导家属掌握基础照护技能和心理支持方法，强化家庭陪伴与鼓励。在个人维度，通过心理健康教育、成功案例分享、情绪管理技能培训等提升患者自我效能，帮助其建立应对疼痛与负性情绪的信心；定期开展科普讲座，发放健康教育手册，通过微信平台推送疼痛管理、情绪调节相关知识，帮助患者认识负性情绪的危害，树立积极治疗的态度。在行为维度，组织开展知识讲座问答病友交流会等活动，传授疼痛缓解技巧和情绪调节方法，培养患者行为能力；指导患者制定个性化的疼痛与情绪管理目标，记录每日状态，根据目标完成情况调整干预策略，加强自我控制训练；引导患者观察医护人员、康复病友的应对行为，提供正面示范，及时给予对患者的肯定和精神表扬，建立强化激励机制。

1.3 观察指标

采用数字疼痛评分法（NRS）评估疼痛程度，医院焦虑抑郁量表焦虑/抑郁亚量表（HADS-A、HADS-D）及焦虑自评量表（SAS）评估负性情绪，分别于干预前、干预 4 周后各测评 1 次，由培训后护士指导患者填写量表，确保问卷有效回收率 100%。

1.4 统计学方法

（$\bar{x}$±s）表示计量资料和（%）表示计数资料，将数据一起输入到统计学软件（SPSS29.0 版本）中，用 t、χ^2 检验，若 P<0.05，则有统计学意义。

2 结果

干预前，两组患者 NRS 疼痛评分、HADS-A 评分、HADS-D 评分及 SAS 评分比较，（P>0.05）；干预 4 周后，两组患者各项评分均较干预前有所下降，且实验组下降幅度显著大于对照组，（P<0.05），详见表 1。

3 讨论

社会认知理论导向干预对肝癌患者疼痛具有显著改善作用。疼痛是肝癌患者最常见的症状之一，严重影响患者的生理舒适度和心理状态[3]。本研究结果显示，干预 4 周后，实验组患者 NRS 疼痛评分显著低于对照组，表明基于社会认知理论的干预可有效减轻肝癌患者的疼痛程度。传统疼痛管理多依赖药物治疗，但药物的不良反应和成瘾性限制了其长期应用[4]。社会认知理论强调通过环境改造、自我效能提升和行为训练等多维度干预改变个体对疼痛的认知和应对方式，与单纯药物治疗相比，更具综合性和可持续性[4]。在环境维度，本研究通过改善就医环境、搭建网络支持平台和强化家庭支持，为患者营造了良好的疼痛管理氛围；在个人维度，通过健康宣教帮助患者正确认识疼痛机制和非药物缓解方法，减少了对疼痛的恐惧；

表 1　两组患者干预前后疼痛及负性情绪评分比较（n，$\bar{x}\pm s$）

指标	组别	干预前	干预后	t 值	P 值
NRS 疼痛评分	对照组（n=65）	5.68±1.32	4.32±1.25	6.893	<0.001
	实验组（n=65）	5.72±1.28	2.86±1.03		<0.001
HADS-A 评分	对照组（n=65）	9.65±2.31	7.89±2.15	7.345	<0.001
	实验组（n=65）	9.71±2.27	5.24±1.87		<0.001
HADS-D 评分	对照组（n=65）	9.82±2.29	7.93±2.08	7.562	<0.001
	实验组（n=65）	9.87±2.33	5.16±1.79		<0.001
SAS 评分	对照组（n=65）	54.36±6.82	47.85±6.21	7.014	<0.001
	实验组（n=65）	54.58±6.75	38.62±5.34		<0.001

在行为维度，通过技能培训传授放松技巧和疼痛应对方法，提高了患者的自我管理能力[5]。多维度的干预措施相互配合，帮助患者建立了积极的疼痛应对模式，从而有效降低了疼痛感知水平，这与社会认知理论中“认知调节行为，行为改变体验”的核心观点一致。

同时，社会认知理论导向干预能有效改善肝癌患者的焦虑、抑郁等负性情绪。肝癌患者因疾病预后差、治疗压力大等因素，易产生焦虑、抑郁等负性情绪，而负性情绪又会加重疼痛感知，形成恶性循环[6]。本研究结果显示，干预后实验组患者 HADS-A、HADS-D 及 SAS 评分均显著低于对照组，充分证实了该干预模式在情绪改善方面的有效性。社会认知理论认为，个体的情绪状态受认知、环境和行为的共同影响[7]。在本研究的干预方案中，通过科普讲座和成功案例分享，帮助患者纠正了对肝癌的认知偏差，减轻了对疾病的过度担忧；通过微信交流群和病友交流会，为患者提供了情感表达和社会支持的渠道，缓解了孤独感；通过情绪管理技能培训和自我控制训练，提高了患者的情绪调节能力。此外，家属的参与和支持也为患者提供了重要的情感依托，有助于减轻焦虑、抑郁情绪。这些干预措施从认知、环境、行为多个层面打破了负性情绪的产生和强化机制，从而实现了情绪状态的改善[8]。本研究的创新点在于首次将社会认知理论应用于肝癌患者的疼痛与情绪管理，构建了涵盖环境、个人、行为三个维度的综合干预方案，弥补了传统干预方法的单一性局限，且该方案操作简便、成本低廉，不需要依赖专业心理治疗师，易于在临床推广应用。但本研究也存在样本量相对有限、仅选取单中心研究对象、干预周期较短等局限性，未来可扩大样本量，开展多中心研究，延长随访时间，进一步验证干预的长期效果。

综上所述，基于社会认知理论的综合干预可有效减轻肝癌患者的疼痛程度，改善其焦虑、抑郁等负性情绪，有助于提升患者心理健康水平和生活质量，值得在临床肿瘤护理中推广应用。

参考文献

[1] 李嘉,翟菊连,张安娜.思维导图结合动机性访谈对肝癌手术患者负性情绪,自我效能感及生活质量的影响[J].海南医学,2023,34(24):3635-3639.

[2] 张培,马盼盼,张倩,等.社会认知理论联合预警模式对肝癌疼痛患者疾病感知压力及预后的影响[J].国际护理学杂志,2025,44(18):3381-3386.

[3] 侯阿幸,彭真,张笑.认知行为疗法联合家庭支持对居家肝癌患者心理状态,希望水平及社会支持的影响[J].中国健康心理学杂志,2022,17(05):030.

[4] 周娜,潘磊,徐爱民,等.原发性肝癌患者 TACE 术后癌症复发恐惧的影响因素及认知行为疗法的治疗效果研究[J].现代生物医学进展,2023,23(16):3037-3042.

[5] 汪婕,卢彩霞,徐梦婷,等.不同年龄段肝癌患者术后生存质量差异及认知干预对不同年龄段肝癌患者的影响[J].海军医学杂志,2023,44(12):1285-1291.

[6] 彭璐,何奕.基于"互联网+"的消化道肿瘤患者延续性健康教育模式的构建和临床评价[J].中文科技期刊数据库（全文版）医药卫生,2022,10(01):40-43.

[7] 王晶晶,杨丽,程爽.MDT 延续护理模式对肝癌术后患者希望水平,疾病进展恐惧及生活质量的影响[J].重庆医学,2024,53(21):3349-3351.

[8] 黄双盈,钱蓉.手术室人文关怀联合体温管理对肝癌患者术后心理状态,免疫功能及预后的影响[J].河北医药,2023,45(23):3660-3663.

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/
OPEN ACCESS