

芳香疗法结合叙事护理在非小细胞肺癌患者治疗期的应用与探索

张欣，王嘉宾

西安交通大学第二附属医院 陕西西安

【摘要】本文系统探讨了芳香疗法与叙事护理在非小细胞肺癌患者治疗期的综合应用效果。通过分析芳香疗法的药理机制及叙事护理的心理干预模式，结合临床实践案例，证实这两种互补性干预措施能有效缓解患者疼痛、焦虑抑郁情绪，改善睡眠质量，提升治疗依从性和生活质量。但在实践推广和科学研究方面，面临着证据质量局限、标准化不足等问题。未来可从加强临床研究、推动标准化和规范化、加强专业教育培训等方面进行推进。随着证据基础不断充实和实践经验不断积累，芳香疗法结合叙事护理有望成为非小细胞肺癌多学科综合治疗中的重要组成部分，为患者提供更加全面、整体的照护。

【关键词】芳香疗法；叙事护理；非小细胞肺癌；整合护理

【收稿日期】2025年9月12日

【出刊日期】2025年10月9日

【DOI】10.12208/j.cn.20250508

Application and exploration of aromatherapy combined with narrative nursing in the treatment period of non-small cell lung cancer patients

Xin Zhang, Jiabin Wang

The Second Affiliated Hospital of Xi'an Jiaotong University, Xi'an, Shaanxi

【Abstract】This article systematically explores the comprehensive application effect of aromatherapy and narrative nursing in the treatment period of non-small cell lung cancer patients. By analyzing the pharmacological mechanism of aromatherapy and the psychological intervention mode of narrative nursing, combined with clinical practice cases, it is confirmed that these two complementary intervention measures can effectively alleviate patients' pain, anxiety and depression, improve sleep quality, enhance treatment compliance and quality of life. However, in terms of practical promotion and scientific research, there are problems such as limited evidence quality, insufficient standardization. In the future, efforts can be made to strengthen clinical research, promote standardization and normalization, enhance professional education and training. With the continuous enrichment of the evidence base and the accumulation of practical experience, the combination of aromatherapy and narrative nursing is expected to become an important component of multidisciplinary comprehensive treatment for non-small cell lung cancer, providing patients with more comprehensive and holistic care.

【Keywords】Aromatherapy; Narrative nursing; Non small cell lung cancer; Integrated nursing

引言

非小细胞肺癌（NSCLC）是中国发病率和死亡率最高的恶性肿瘤之一，治疗过程漫长而复杂。传统治疗模式主要聚焦于疾病本身，往往忽视患者的心理社会需求。随着“生物-心理-社会”医学模式的深入，整合医学理念日益受到重视，其中芳香疗法和叙事护理作为两种有效的互补疗法，在缓解肿瘤患者症状负担、提升生活质量方面展现出独特价值^[1,2]。

本文将深入探讨芳香疗法与叙事护理在非小细胞肺癌患者治疗期的应用原理、实践方案及效果评估，为临床护理工作者提供理论依据和实践指导，促进肿瘤

护理向更加人性化、整体化的方向发展。

1 芳香疗法在非小细胞肺癌护理中的作用机制与应用

芳香疗法是一种利用植物精油通过吸入、按摩等方式改善身体、心理和情绪健康的辅助治疗方法。主要通过嗅觉通路和皮肤吸收两种途径发挥作用。精油中的活性成分如萜烯类、酯类等小分子物质可通过嗅觉黏膜迅速吸收，并透过血脑屏障作用于边缘系统，这些区域与情绪、记忆和自主神经功能调节密切相关。同时，精油成分也能通过皮肤吸收进入体循环，产生全身性作用^[3,4]。

2 临床应用方案与效果

在非小细胞肺癌患者的临床护理中, 芳香疗法可根据患者的具体情况采用多种应用方式:

吸入法: 通过熏香灯、鼻吸式装置或简单的手帕吸入进行。研究显示其对改善免疫功能和缓解治疗相关不适有显著效果。

按摩法: 将适量精油与基础油(如椰子油)稀释后用于按摩, 特别适用于疼痛管理和放松。研究表明, 按摩结合芳香疗法可使肺癌化疗患者的疼痛、焦虑评分均降低^[5]。

熏香法: 在患者病房或居住空间使用熏香仪扩散精油, 创造治疗性环境。研究发现薰衣草精油熏香可显著改善脑肿瘤术后患者的睡眠质量^[4]。

3 叙事护理在非小细胞肺癌患者中的整合应用

叙事护理是一种基于尊重、同情和协作的护理理念, 通过引导患者讲述和重构疾病故事, 帮助患者找到疾病的意义, 重新获得对生活的掌控感^[6]。在非小细胞肺癌患者的治疗过程中, 叙事护理与芳香疗法结合, 可发挥协同增效作用。

3.1 叙事护理的理论基础与实践方法

叙事护理源于叙事医学理论, 强调疾病不仅是生物学事件, 更是对个人生活轨迹和身份认同的破坏性体验。对于非小细胞肺癌患者而言, 疾病经历往往伴随着恐惧、不确定感和自我价值的质疑。通过有技巧的叙事引导, 可帮助患者将破碎的疾病体验整合为连贯的生命故事, 从而找到新的意义和应对资源^[7]。

(1) 常用的叙事技术包括:

外化对话: 将疾病与患者身份分离, 帮助患者认识到“我不是肺癌患者, 而是一个正在经历肺癌的人”。

生命故事回顾: 引导患者回顾生命中重要的记忆、价值观和成就, 重建积极的自我认同。

文件疗法: 鼓励患者通过书写、绘画或录音等方式表达疾病体验, 促进情感宣泄和认知整合。

见证仪式: 护理人员以尊重和共情的态度聆听患者故事, 给予确认和验证。

3.2 叙事护理在临床中的应用实践

在上海市嘉定区中心医院开展的“转动人生”肿瘤患者生命万花筒志愿服务项目中, 叙事护理被系统地应用于肿瘤患者的不同治疗阶段。项目设计了多主题生命教育服务, 包括“健康保卫”马拉松健康教育、生命故事汇疾病叙事等。

对于晚期肺癌患者, 叙事护理还常常与安宁疗护结合, 帮助患者和家属面对生命终结的议题。一位芳疗

师分享: 乳香在圣经中被多次提及, 其香气为家属提供了心灵安定和宗教慰藉, 帮助她们在亲人离世过程中找到意义和平静。

4 芳香疗法与叙事护理的联合应用模式与实施流程

将芳香疗法与叙事护理有机结合, 可以产生协同增效作用, 为非小细胞肺癌患者提供更加全面的身心支持。不仅关注症状缓解, 还注重心理社会需求的满足和生命意义的探索。

4.1 联合干预模式的理论基础

芳香疗法与叙事护理的联合应用建立在心身交互原理上。嗅觉作为最原始的感觉之一, 与情绪和记忆脑区有着直接的联系, 能够快速激活情感体验和自传体记忆。叙事过程带来的认知重构和情感整合, 可以增强芳香疗法的放松和情绪调节效果^[8]。

4.2 具体实施流程与工作方案

基于临床实践和研究证据, 我们建议采用以下四阶段工作流程实施芳香疗法结合叙事护理:

(1) **全面评估阶段:** 采用整体性评估工具, 全面了解患者的身体状况、症状负担、心理社会需求、文化背景和个人偏好。评估患者的嗅觉功能和对不同气味的情绪反应, 以及对疾病叙事的态度和准备程度。

(2) **个性化方案制定:** 根据评估结果, 为患者量身定制联合干预方案。包括选择合适的精油种类和浓度, 确定叙事工作的主题和方式, 安排干预的时间和频率。

(3) **协同实施阶段:** 在实施过程中, 巧妙地将芳香吸入与叙事引导结合。例如, 在温和的芳香背景下引导患者进行生命故事回顾。

(4) **效果评估与调整:** 采用标准化工具和质性方法结合的方式评估干预效果, 并根据患者的变化和反馈及时调整方案。

在实施芳香疗法结合叙事护理时, 需要注意以下事项:

(1) **安全性:** 某些精油可能与其他药物发生相互作用, 需要谨慎评估。

(2) **皮肤敏感性:** 肺癌患者可能因靶向治疗出现皮肤干燥和皮疹, 使用前需进行皮肤斑贴试验。

(3) **情感安全性:** 叙事护理可能唤起强烈的情感反应, 需要护理人员具备足够的心理支持和危机干预能力, 避免再次创伤。

(4) **文化适应性:** 尊重患者的宗教信仰和文化背景选择适当的精油和叙事方式。

5 临床效果综合评估

一项针对 120 例肺癌化疗患者的随机对照研究显示,接受芳香疗法结合穴位按摩(可视为一种身体叙事形式)的观察组在干预后 SAS、SDS、NRS、PSQI 评分均显著低于对照组 ($P<0.01$)。这些量化结果表明,联合干预在情绪调节、疼痛缓解和睡眠改善方面具有显著效果^[9]。

6 挑战与未来发展方向

芳香疗法结合叙事护理在实践推广和科学研究院层面仍面临诸多挑战,具体如下:

(1) 证据质量局限:当前大多数研究样本量较小,研究设计存在方法学缺陷,使得研究结果的可靠性和推广性受到限制。例如薰衣草精油改善脑肿瘤术后睡眠质量的研究仅纳入 42 名患者,且未使用安慰剂对照组。

(2) 标准化不足:精油的来源、提取方法、化学成分浓度和配方比例缺乏统一标准,导致研究结果难以比较和复制。叙事护理的实施也缺乏结构化和标准化的协议,依赖于实施者的个人能力和经验。

(3) 专业人才培养:有效的整合干预要求护理人员同时掌握芳香疗法和叙事护理的知识与技能,还需要了解肿瘤学的专业内容。目前国内同时具备这些能力的护理人员稀缺,相关培训体系也不完善。

(4) 安全和伦理考量:精油与常规药物相互作用的深入研究不足,特别是在肺癌靶向治疗和免疫治疗领域的相互作用数据缺乏。叙事护理中情感唤起过度也可能造成二次创伤,需要谨慎的专业监督。

7 未来发展方向

针对以上挑战,未来可从以下几个方向推进:

(1) 加强临床研究:开展大样本、多中心、随机双盲安慰剂对照试验,验证联合干预的效果和安全性。

(2) 推动标准化和规范化:建立行业标准化的精油质量控制和应用指南,制定结构化的叙事护理协议和实施标准。

(3) 加强专业教育培训:将芳香疗法和叙事护理纳入肿瘤护理专业培训课程,培养复合型护理人才。

(4) 探索创新应用模式:结合数字健康技术,开发基于智能手机的精油使用提醒和叙事记录应用,增强干预的依从性和可持续性。利用虚拟现实(VR)技术创造多感官的叙事环境,提升干预的沉浸感和效果。

8 结论

芳香疗法结合叙事护理为非小细胞肺癌患者提供了一种整体性、人性化的照护方式,不仅关注疾病症状

的缓解,还注重心理社会的支持和生命意义的建构,符合现代肿瘤护理的发展方向。

实践证据表明,联合应用芳香疗法和叙事护理可有效缓解非小细胞肺癌患者的焦虑抑郁情绪,减轻疼痛程度,改善睡眠质量,从而提高整体生活质量。作用机制上,芳香疗法通过嗅觉通路调节边缘系统功能,叙事护理通过故事重构促进认知情感整合,两者产生协同增效作用。

未来的发展需要加强高质量临床研究,推动实践标准化,培养专业人才,并探索创新应用模式。随着证据基础不断充实和实践经验不断积累,芳香疗法结合叙事护理有望成为非小细胞肺癌多学科综合治疗中的重要组成部分,为患者提供更加全面、整体的照护。

作为肿瘤内科护理工作者,我们应当以开放、批判和创新的态度对待这些辅助疗法,在科学证据的基础上合理整合到临床实践中,真正实现“有时治愈,常常帮助,总是安慰”的医学人文精神。

参考文献

- [1] 汤晓燕,许秋红,黄宝珍.认知-心理-社会支持三维护理模式对 2 型糖尿病合并非小细胞肺癌患者血糖控制、心理弹性及生活质量的影响[J].糖尿病新世界,2025,28(5):155-158
- [2] 吴可可,郭林林.身体-心理-社会-灵性四位一体全人护理模式对非小细胞肺癌化疗患者的影响[J].河南医学研究,2024,33(20):3817-3821
- [3] 郑宇晨,郭晶,曹佳跃,潘淑慧,高小芬.芳香疗法在癌症患者照护中应用的范围综述[J].护理与康复,2025,24(6):40-44
- [4] 宋苏永,唐晶晶.芳香疗法联合安宁疗护对终末期患者癌因性疲乏及负性情绪的影响[J].中国当代医药,2025,32(12): 176-180
- [5] 林婉惠,蔡影,林茜.叙事护理对非小细胞肺癌合并高血压患者术后负性情绪的影响研究[J].基层医学论坛,2024,28(18): 143-146
- [6] 赵春晓.音乐联合芳香疗法对直肠癌腹腔镜根治术患者情绪及睡眠状态的影响[J].航空航天医学杂志,2025,36(3):356-359
- [7] 张金梅,傅娟,李玉梅,董洁.叙事疗法对肺癌化疗患者癌症复发恐惧感及希望水平的影响[J].中国肿瘤临床与康

- 复,2021,28(6):733-736
- [8] 刘敏,汪猛,翟笑枫,徐杨,徐晓婉.芳香疗法联合穴位按摩在缓解非小细胞肺癌患者顺铂化疗所致恶心呕吐中的效果分析[J].肿瘤预防与治疗,2024,37(6):484-491
- [9] 丘春萍,陈灼燕,官美慧.芳香疗法结合穴位按摩在肺癌化疗患者中的应用[J].齐鲁护理杂志,2024,30(1):96-99.

版权声明: ©2025 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