

儿童肿瘤患者化疗期间的家庭护理方法

张玉姣

山东第一医科大学附属肿瘤医院 山东济南

【摘要】作为治疗肿瘤的常用方法，化疗是通过化学药物对癌细胞的生长进行抑制或杀死，但同时也会对人体正常细胞产生影响，特别是毛囊细胞、骨髓细胞、消化道黏膜细胞等，从而导致患者出现腹泻、便秘、口腔溃疡、食欲减退、恶心、呕吐等诸多副作用。本文研究的主要目的，是针对儿童肿瘤化疗患者，在日常生活中如何做好家庭护理，帮助患儿更好地应对化疗带来的不良影响，最大程度降低并发症带来的风险，促进患儿身心健康的恢复。

【关键词】儿童肿瘤患者；化疗；家庭护理

【收稿日期】2025 年 10 月 15 日

【出刊日期】2025 年 11 月 19 日

【DOI】10.12208/j.ijnr.20250574

Home care methods for pediatric cancer patients during chemotherapy

Yujiao Zhang

Shandong First Medical University Affiliated Cancer Hospital, Jinan, Shandong

【Abstract】 As a commonly used method for treating tumors, chemotherapy inhibits or kills the growth of cancer cells through chemical drugs. However, it also affects normal cells in the human body, especially hair follicle cells, bone marrow cells, digestive tract mucosal cells, etc., leading to many side effects such as diarrhea, constipation, oral ulcers, decreased appetite, nausea, vomiting, etc. in patients. The main purpose of this study is to explore how to provide home care for pediatric cancer chemotherapy patients in their daily lives, help them better cope with the adverse effects of chemotherapy, minimize the risk of complications, and promote the recovery of their physical and mental health.

【Keywords】 Children with cancer patients; Chemotherapy; Home care

近些年儿童肿瘤受到的关注度越来越高，根据国家儿童肿瘤监测中心公布，2020-2024 年，我国新增儿童肿瘤患者预计超过 15 万，尽管儿童恶性肿瘤发病率只有 10-15 例/10 万，但与成人肿瘤不同，儿童肿瘤进展速度极快，有的肿瘤从一期发展到四期，最快只要三四个月。在儿童肿瘤治疗中化疗占据重要位置，但化疗会引起一系列毒副作用，影响患儿生活质量的同时，还会直接威胁患儿的健康。因此，针对患儿在化疗期间，如何做好患儿的家庭护理指导就变得越发重要，通过完善现有的家庭护理体系，制定更加完善的家庭护理方案，为患儿家长提供有效、具体的护理指导。

1 儿童肿瘤常见类型及特点

儿童肿瘤的病例特征、发病类型与成人肿瘤有一定的差异性，大多来自于胚胎残留组织和中胚层，常见肿瘤有神经母细胞瘤、中枢神经系统肿瘤、白血病等。作为儿童最常见的恶性肿瘤，白血病的占比达到了 30-

40%，属于一种造血干细胞恶性克隆性疾病，该疾病会导致患者出现肝、脾、淋巴结肿大、出血、贫血等症状，对人体正常造血产生抑制。白血病发病原因与病毒感染、环境因素、遗传因素等有关，但发病原因还未完全明确。另外在儿童恶性肿瘤占比第二的中枢神经系统肿瘤，会对患儿的神经系统功能产生直接影响，导致患儿出现肢体无力、癫痫发作、视力下降、头痛等症状。除此之外还有颅外恶性肿瘤中的神经母细胞瘤，主要症状为贫血、发热、腹痛、腹部肿块甚至肿瘤会转移到淋巴结、肝脏、骨骼等。化疗也就是化学疗法，通过对患儿干扰 DNA 复制或阻碍细胞周期，对癌细胞的繁殖和增长进行抑制。但化疗药物会对人体正常细胞造成损伤，出现常见的有全血细胞减低，导致患儿的免疫力低下，经常出现头晕、感染发热、腹泻、食欲缺乏、恶心呕吐、脱发等。而且很多患儿在化疗后会出现急性肝损伤，引起肾、膀胱毒性、心脏毒性、神经毒性等。

2 家庭环境对儿童康复的独特优势

在儿童肿瘤患者化疗期间家庭环境起到至关重要的作用，对患儿的身心健康都起到积极影响。例如，作为患儿情感的避风港，家庭成员之间亲密的情感联系，可以让患儿得到无条件、最真挚的关爱，这对化疗患儿来说非常关键，可以在家人的安慰、鼓励、陪伴下让患儿得到强大的心理支持，消除或缓解患儿的负面情绪。另外，家庭熟悉的环境，也为患儿的康复提供了便利条件，可以让患儿在家庭中产生强烈的安全感，这对免疫力低下、身体虚弱的化疗患儿来说非常挂牵。例如，患儿在自己熟悉的房间里休息，可以快速进入睡眠状态，而良好的睡眠对化疗患儿的身体恢复至关重要，可以增强他们的免疫力，促进身体新陈代谢。

3 儿童肿瘤患者化疗期间的家庭护理具体方法

3.1 心理护理

第一，家长心理调节。对于儿童肿瘤在化疗过程中，家长也承受着巨大的心理压力，如：自责、恐惧、焦虑、抑郁等，在影响家长自身身心健康的同时，也会直接影响患儿的身心健康发展。为了更好地为患儿提供优质的家庭护理，需要对家长的心理状态做好调节工作。家长本身可以定期参与社区、医院组织的心理支持小组，对彼此的感受和应对方法积极分享，让家长感受到自己并不孤单，获得情感上的安慰和支持。作为缓解家长心理压力的重要手段，知识普及也非常关键，医院应当定期举办关于儿童肿瘤化疗的知识讲座，让家长对化疗可能出现的副作用、过程、应对方法有全面的了解，消除家长对未知产生的恐惧。

第二，儿童心理安抚策略。对于儿童肿瘤患者在化疗期间的家庭护理，家长要结合患儿的年龄开展针对性的心理安抚。对于 0-3 岁的低龄儿童，他们的语言理解能力有限，可以通过抚摸、游戏等感官和动作，让患儿得到安抚。在这一过程中，家长可以陪伴孩子搭积木、躲猫猫等简单游戏，让孩子感受到安全感和快乐、对于 3-6 岁的学龄前儿童，可以通过绘画、故事等有一定想象力和语言表达能力的安抚方法。家长可以讲述《小熊宝宝战胜病魔》等有希望的故事，让孩子明白面对疾病要有战胜它的勇气和信心。对于 6-12 岁的学龄期儿童，沟通和鼓励非常关键，这个时期的儿童已经具备了一定的自我意识和逻辑思维能力。家长可以通过开放、平等的沟通方式，了解患儿的内心感受，并及时采取妥善措施消除他们的不良情绪。对于 12-18 岁的青少年，最为有效的安抚策略是尊重和引导，家长要给孩子一定的自主权和充分的个人空间，对于治疗决策可以尝试

让孩子参与进来。让孩子逐步树立正确看待疾病的心态，树立积极的价值观和人生观。

3.2 饮食护理

第一，营养需求。化疗会带给患儿众多副作用，对患儿的营养物质需求有较大影响。作为人体生长和身体修复的必需营养素，蛋白质对化疗患儿来说非常关键，可以通过摄入优质蛋白质，如：奶制品、蛋类、鱼肉、瘦肉等，促进患儿身体恢复。作为维持人体免疫功能和正常代谢的重要元素，维生素的补充至关重要，尤其是化疗患儿容易受到各种感染，需要做好各类维生素的补充。例如，B 族维生素会直接影响患儿的食欲、疲劳感等，需要通过摄入肉类、绿叶蔬菜、全谷类食物提高患儿的免疫力；对于维生素 C 来说，在增强患儿免疫力的同时，还具有抗氧化作用，促进患儿伤口愈合。可以摄入一些猕猴桃、草莓、柑橘类水果等；作为一种良好的抗氧化剂，维生素 E 可以有效缓解化疗药物引起的氧化应激损伤，保护细胞免受自由基的损伤。

第二，制定个性化食谱。化疗是一个系统性、复杂的治疗过程，需要结合患者各个阶段的实际情况，制定个性化的饮食方案。例如，对于即将要化疗的患者，要遵循清淡易消化的饮食原则，保证足够能量供应的同时，也减轻患儿的胃肠道负担。可以摄入一些鸡蛋羹、南瓜粥、小米粥等食物，提高患儿食欲的同时，也保证有充足的能量。化疗期间的儿童，会出现食欲缺乏、恶心呕吐等各种副作用，饮食要遵循清淡易消化的原则。可以准备一些虾仁馄饨、青菜瘦肉粥、西红柿鸡蛋面等营养丰富、适合食欲不佳的患儿食用的食物。对于化疗后期的患儿，可以提供一些豆腐煲、清蒸鱼、胡萝卜炖排骨等富含维生素、钙、蛋白质的营养物质。在这一过程中，要结合患儿的口味和喜好，激发他们进食的欲望。

3.3 生活起居护理

第一，改善居住环境。要为化疗患儿提供良好的居住环境，首先要保持室内通风，对减少患儿感染风险，降低室内病菌浓度有良好效果。每天应当通风 2-3 次，每次 30 分钟左右。要保持室内适宜的温湿度，温度一般在 22-24℃，湿度一般在 50%-60%为宜。要保持室内安静，避免噪音对患儿的睡眠和休息产生影响，可以通过安装双层玻璃、隔音窗帘、减少电气设备噪声等方式，减少内外界噪音。

第二，日常作息规律。充足睡眠对化疗患儿来说非常关键，科学的作息时间可以促进患儿身体恢复和免疫力的提升。对于儿童来说，每天要保持 10-12 小时的睡眠时间，对于化疗患儿来说，每天尽量在 8 点半左

右入睡，在 7 点半左右起床，养成良好的睡眠习惯。除了保证充足的睡眠外，还要有适当的活动，通过科学的活动锻炼，可以增强患儿力量，促进血液循环，逐步提高患儿的身体免疫力。例如，在饭后半小时可以在室外或室内散步 15-30 分钟；也可以通过搭积木、拼图等游戏，缓解患儿的心理压力，锻炼他们的思维能力和动手能力。

4 结束语

综上所述，通过对儿童肿瘤患者化疗期间家庭护理方法的探究，明确了心理护理、饮食护理、生活起居护理对化疗患儿的重要性。通过心理护理，可以及时让患儿家长了解患儿的负面情绪，及时采取有效妥善的措施缓解或消除，减轻患儿乃至家长的心理压力。通过科学的饮食护理，可以结合化疗患儿在不同阶段的营养需求，为其补充维生素、蛋白质、造血原料等，制定个性化食谱，确保患者在化疗期间有充足的营养支持。通过科学的生活起居护理，可以为患儿营造舒适的居住环境，养成健康的作息习惯，为促进患儿的身体恢复以及提升他们的免疫力提供重要支持。

参考文献

- [1] 胡茂玲.儿童肿瘤患者化疗期间的家庭护理讨论[J].世界最新医学信息文摘,2019,19(19):17-18.
- [2] 汪洋,任海玲,孙英杰,等.无呕吐规范化病房护理工作模式在肿瘤内科的应用探讨[J].护士进修杂志,2016,31(22):2048-2051.
- [3] 何莉,焦红侠,张玉莲.个性化护理在肿瘤患者化疗期间 PICC 置管中的应用[J].中华现代护理杂志,2015,21(22):2688-2690.
- [4] 邓嫦英,叶凤珍,潘珊.家庭干预对恶性肿瘤患者化疗期间生活质量的影响[J].中国医疗前沿,2010,5(17):81+8.
- [5] 刘虹泽,金玉彬.儿童肿瘤患者放化疗期间的家庭护理健康指导[J].中华现代护理杂志,2008,(23):2496-2497.

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