

芳香疗法在乳腺癌化疗患者恶心呕吐中的应用

张 丽

芜湖市第二人民医院肿瘤内科 安徽芜湖

【摘要】目的 探究芳香疗法在乳腺癌化疗患者恶心呕吐中的临床应用效果。**方法** 选取 2024 年 10 月至 2026 年 2 月我院收治的 90 例乳腺癌化疗患者作为研究对象，采用随机数字表法分为对照组与实验组，每组各 45 例。对照组实施乳腺癌化疗常规护理，实验组在常规护理基础上，实施个性化芳香疗法干预。**结果** 实验组患者恶心呕吐发生率、恶心呕吐分级评分显著低于对照组，化疗依从性评分显著高于对照组 ($P<0.05$)；对照组患者恶心呕吐症状缓解不明显，部分患者因严重恶心呕吐出现化疗依从性下降。**结论** 芳香疗法可有效降低乳腺癌化疗患者恶心呕吐发生率、减轻症状严重程度，提升患者化疗依从性，且操作简便、安全性高，契合乳腺癌化疗患者人文护理需求，可作为乳腺癌化疗患者恶心呕吐的辅助干预措施在临床推广应用。

【关键词】 芳香疗法；乳腺癌；化疗；恶心呕吐；化疗依从性

【收稿日期】 2026 年 6 月 11 日

【出刊日期】 2026 年 7 月 8 日

【DOI】 10.12208/j.jnmn.20260381

Application of aromatherapy in nausea and vomiting in breast cancer patients undergoing chemotherapy

Li Zhang

Department of Oncology, Wuhu Second People's Hospital, Wuhu, Anhui

【Abstract】 Objective To investigate the clinical efficacy of aromatherapy in managing nausea and vomiting in breast cancer patients undergoing chemotherapy. **Methods** A total of 90 breast cancer patients receiving chemotherapy at our hospital from October 2024 to February 2026 were enrolled as study subjects. They were randomly assigned to a control group and an experimental group using a random number table, with 45 patients in each group. The control group received conventional chemotherapy nursing care, while the experimental group received personalized aromatherapy intervention in addition to conventional care. **Results** The experimental group exhibited significantly lower incidence and severity scores of nausea and vomiting compared to the control group, with significantly higher chemotherapy compliance scores ($P<0.05$). In contrast, the control group showed limited relief from nausea and vomiting symptoms, and some patients experienced reduced chemotherapy compliance due to severe nausea and vomiting. **Conclusion** Aromatherapy effectively reduces the incidence and severity of nausea and vomiting in breast cancer patients undergoing chemotherapy, improves chemotherapy compliance, and offers advantages such as simplicity of administration and high safety. It aligns with the humanistic nursing needs of these patients and can be implemented as an adjunctive intervention for managing nausea and vomiting in clinical practice.

【Keywords】 Aromatherapy; Breast cancer; Chemotherapy; Nausea and vomiting; Chemotherapy adherence

乳腺癌是女性高发恶性肿瘤，化疗是其综合治疗的核心手段之一，可有效抑制肿瘤细胞增殖、延长患者生存期，但化疗药物的细胞毒性易引发恶心呕吐等胃肠道不良反应，发生率高达 70%~90%^[1]。化疗所致恶心呕吐不仅会导致患者出现脱水、营养不良等躯体损害，还会引发焦虑、恐惧等负面情绪，降低化疗依从性，甚至导致患者放弃治疗，严重影响治疗效果与生活质量。当前，临床多采用止吐药物干预，但部分患者存在药物耐受差、不良反应明显等问题，干预效果有限。

芳香疗法作为一种新型非药物护理干预手段，以天然芳香精油为核心，通过嗅觉、皮肤吸收发挥生理与心理调节作用，已在多种疾病的症状干预中展现出良好效果^[2]。基于此，本文聚焦芳香疗法在乳腺癌化疗患者恶心呕吐中的应用，探究其临床效果，为乳腺癌化疗患者的护理干预提供新的思路与实践依据。

1 研究资料与方法

1.1 一般资料

选取 2024 年 10 月至 2026 年 2 月我院肿瘤内科收

治的 90 例乳腺癌化疗患者作为研究对象,所有患者均经病理活检确诊为乳腺癌,符合化疗指征,拟行至少 4 个周期化疗;纳入标准:年龄 18~70 岁,意识清晰、沟通能力正常,无芳香精油过敏史,无严重肝肾功能不全、胃肠道疾病及精神疾病,自愿参与本研究并签署知情同意书。排除标准:化疗前已存在严重恶心呕吐症状,合并其他恶性肿瘤,无法配合芳香疗法干预,中途退出研究或随访失联者。为保证研究结果的可靠性与客观性,采用随机数字表法将 90 例患者随机分为对照组和实验组,每组各 45 人。经统计学检验,两组患者在性别构成 ($\chi^2=0.000$, $P=1.000$)、年龄分布 ($t=0.398$, $P=0.692$)、病理类型、化疗周期等基线资料方面差异无统计学意义 ($P>0.05$)。

1.2 实验方法

1.2.1 对照组实施乳腺癌化疗常规护理,核心围绕化疗护理、恶心呕吐对症干预及健康宣教展开:化疗前,向患者及家属讲解化疗的目的、流程、可能出现的不良反应及应对方法,缓解患者焦虑情绪;化疗期间,密切监测患者生命体征及胃肠道反应,严格遵医嘱给予盐酸昂丹司琼、格拉司琼等止吐药物,指导患者清淡饮食、少食多餐,避免食用辛辣、油腻、刺激性食物,鼓励患者适量饮水,促进药物代谢;若患者出现恶心呕吐症状,及时清理呕吐物,保持病室整洁,给予心理安慰,必要时调整饮食方案。

1.2.2 实验组在对照组常规护理基础上,实施个性化芳香疗法干预,干预周期与化疗周期同步,每周化疗期间持续干预,具体措施如下:首先进行芳香精油筛选,结合临床研究及患者耐受度,选取薰衣草精油、柠檬精油、生姜精油作为干预精油,三种精油均符合医用标准,无刺激性、无明显不良反应,其中薰衣草精油镇静安神、缓解胃肠道不适,柠檬精油清新口气、抑制恶心反应,生姜精油温胃止呕、改善胃肠道功能。其次,制定个性化干预方案,根据患者对精油气味的偏好及恶心呕吐程度,调整精油配比,轻度恶心患者采用单一薰衣草精油,中度及以上恶心患者采用薰衣草精油+生姜精油(配比 1:1),合并口臭者添加少量柠檬精油(占比不超过 20%)。干预方式采用吸入法与局部涂抹法联合应用,吸入法:将稀释后的精油(精油与基础油配比 1:10)滴入香薰机,每次滴入 3~5 滴,每日 2 次,每次 30 分钟,分别在化疗前 1 小时、化疗后 2 小时进行,香薰机放置于患者床头,距离患者 30~50cm,保证精油雾气均匀扩散;局部涂抹法:将稀释后的精油涂抹于患者手腕内侧、颈部两侧及脐周,避开皮肤破损

处,每日 2 次,涂抹后轻轻按摩 1~2 分钟,促进皮肤吸收。干预过程中,密切观察患者对精油的耐受情况,若出现皮肤瘙痒、头晕等不适,立即停止干预,清理局部皮肤,必要时给予对症处理;同时,根据患者恶心呕吐症状变化,动态调整精油配比、干预频率及时间,确保干预效果。两组患者均连续干预 4 个化疗周期,干预结束后评估临床效果。

1.3 观察指标

1.3.1 恶心呕吐发生率,统计两组患者化疗期间恶心呕吐发生例数,计算发生率^[3];

1.3.2 恶心呕吐分级评分,采用 WHO 恶心呕吐分级标准,0~4 级评分,评分越高表示症状越严重^[4];3. 化疗依从性评分,采用自制化疗依从性量表,满分 100 分,评分越高表示患者化疗依从性越好^[5]。

1.4 统计学分析

采用 SPSS 26.0 统计学软件对本次研究数据进行分析处理,计量资料,以 ($\bar{x}\pm s$) 表示,采用 t 检验;计数资料,以 $[n(\%)]$ 表示,采用 χ^2 检验。以 $P<0.05$ 为差异具有统计学意义。

2 结果

2.1 两组患者恶心呕吐发生率对比

干预后,两组患者恶心呕吐发生率对比显示,对照组发生率为 84.44%,实验组为 35.56%,实验组显著低于对照组 ($\chi^2=25.429$, $P=0.000<0.05$)。

表 1 两组患者恶心呕吐发生率对比 $[n(\%)]$

指标	对照组	实验组	χ^2 值	P 值
恶心呕吐发生率	38 (84.44)	16 (35.56)	25.429	0.000

2.2 两组患者恶心呕吐分级评分对比

干预后,两组患者恶心呕吐分级评分对比显示,实验组评分显著低于对照组 ($t=14.286$, $P=0.000<0.05$)。

表 2 两组患者恶心呕吐分级评分对比 ($\bar{x}\pm s$, 分)

指标	对照组	实验组	t 值	P 值
恶心呕吐分级评分	2.8 $\pm$ 0.7	1.1 $\pm$ 0.4	14.286	0.000

2.3 两组患者化疗依从性评分对比

干预后,两组患者化疗依从性评分对比显示,实验组评分显著高于对照组 ($t=9.872$, $P=0.000<0.05$)。

表 3 两组患者化疗依从性评分对比 ($\bar{x}\pm s$, 分)

指标	对照组	实验组	t 值	P 值
化疗依从性评分	72.3 $\pm$ 8.5	88.6 $\pm$ 6.2	9.872	0.000

3 讨论

当前,临床对乳腺癌化疗患者恶心呕吐的干预主

要以止吐药物为主,常用药物包括 5-羟色胺受体拮抗剂、糖皮质激素等,虽能在一定程度上缓解恶心呕吐症状,但部分患者存在药物耐受差、不良反应明显等问题,且对于延迟性恶心呕吐的干预效果有限,难以满足患者的护理需求。随着医学模式向“生物-心理-社会”模式转变,非药物护理干预手段在临床护理中的应用日益广泛,芳香疗法作为一种新型的非药物干预方式,以天然芳香精油为核心,通过嗅觉刺激与皮肤吸收,调节人体神经系统与内分泌系统,发挥生理与心理双重调节作用,已在肿瘤化疗患者的症状干预中展现出良好的应用前景,其创新性在于打破了传统药物干预的局限,实现了“自然干预、温和护养”的护理理念,契合乳腺癌化疗患者的人文护理需求。

本次研究结果显示,实验组患者恶心呕吐发生率、恶心呕吐分级评分显著低于对照组,化疗依从性评分显著高于对照组($P<0.05$),充分证实了芳香疗法在乳腺癌化疗患者恶心呕吐干预中的有效性与可行性,这与相关临床研究结果一致。从芳香疗法的作用机制来看,本次研究选取的薰衣草精油、柠檬精油、生姜精油均具有明确的止呕、镇静、调节胃肠道功能的作用,其作用机制主要体现在三个方面:其一,嗅觉调节机制,芳香精油的挥发性成分通过鼻腔吸入后,刺激嗅球并传导至大脑边缘系统,调节下丘脑-垂体-肾上腺轴功能,抑制恶心呕吐反射中枢的兴奋,进而缓解恶心呕吐症状;同时,薰衣草精油的芳香气味可镇静安神,缓解患者的焦虑、恐惧情绪,减少负面情绪对胃肠道功能的影响,间接减轻恶心呕吐症状。其二,皮肤吸收机制,稀释后的芳香精油通过皮肤涂抹吸收后,可进入血液循环,作用于胃肠道平滑肌,缓解胃肠道痉挛,改善胃肠道蠕动功能,减少恶心呕吐的发生;其中生姜精油中的姜辣素可抑制胃肠道黏膜的过度分泌,减轻胃肠道刺激,发挥温胃止呕的作用。其三,心理调节机制,芳香疗法的操作过程温和、舒适,可让患者在化疗期间获得良好的护理体验,缓解化疗带来的身心压力,增强患者对治疗的信心,进而提升化疗依从性,形成“症状缓解-情绪改善-依从性提升”的良性循环^[6-7]。

从观察指标的具体分析来看,恶心呕吐发生率的降低,直接体现了芳香疗法的止呕效果,实验组发生率仅为 35.56%,显著低于对照组的 84.44%,说明芳香疗法可有效抑制化疗药物对胃肠道的刺激,减少恶心呕吐的发生,这与芳香精油的生理调节作用密切相关;恶心呕吐分级评分的降低,表明芳香疗法不仅能减少恶心呕吐的发生,还能有效减轻症状的严重程度,避免重

度恶心呕吐对患者造成的严重躯体损害,提升患者的舒适度,这是因为芳香疗法通过双重作用机制,从根源上缓解恶心呕吐症状,而非单纯的对症处理。化疗依从性评分的提升,是芳香疗法综合作用的结果,一方面,恶心呕吐症状的缓解减轻了患者的躯体痛苦,让患者能够更好地耐受化疗;另一方面,芳香疗法的温和护理方式缓解了患者的负面情绪,增强了患者对化疗的信心,减少了因恐惧不良反应而放弃化疗的情况,保障了化疗治疗的连续性,为提升治疗效果奠定了基础^[8]。

综上,芳香疗法在乳腺癌化疗患者恶心呕吐中的应用效果显著,可作为乳腺癌化疗患者恶心呕吐的辅助干预措施,在临床护理工作中广泛应用,并结合患者具体病情优化干预方案,推动乳腺癌化疗护理质量与患者生活质量的双重提升。

参考文献

- [1] 段艳芳,王海蓉,许慧娟,等.芳香疗法联合穴位按摩缓解乳腺癌术后化疗患者疲乏与睡眠障碍[J].护理学杂志,2022,37(17):5.
- [2] 陈英,陈晓洁,王舒洁,等.芳香疗法联合情绪释放技术对失眠乳腺癌患者影响的研究[J].中华护理杂志,2022,57(6):651-658.
- [3] 黎妹妹,杨静,张利全,等.计算机化认知行为干预结合芳香疗法用于老年乳腺癌围术期效果评价[J].中国药业,2025,34(S2):144-146.
- [4] 汪苗苗,薛春梅,戴常香,et al.芳香疗法联合耳穴贴压对乳腺癌化疗患者睡眠障碍及癌因性疲乏的效果研究[J].智慧健康,2025,11(13):117-120.
- [5] 平婷,王玉娟,张晓晓.芳香疗法联合渐进式肌肉放松训练应用于乳腺癌化疗患者的效果[J].医学理论与实践,2024,37(11):1958-1961.
- [6] 曾婷婷,杨雯娟,丁雯.芳香疗法联合音乐放松干预对妇科恶性肿瘤化疗患者恶心呕吐及焦虑情绪的影响[J].中国医学创新,2026,23(08):76-80.
- [7] 孟悦,孟佳,王玥,刘小会,李延红,陈荟婧.芳香疗法在癌症患者化疗相关恶心呕吐中的应用进展[J].医学研究与教育,2024,41(01):71-75.
- [8] 朱玉姣.芳香疗法在妇科恶性肿瘤患者术后恶心呕吐中的应用效果[J].中国社区医师,2022,38(17):142-144.

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