



癌症病人 回家治疗 活得更久

“生命不息，化疗不止”，是多数癌症患者的真实写照。强烈的求生欲让患者和家属认为，只要还在医院治疗，生命总会延续。但近日发表在医学期刊《癌症》上的研究表明，回家治疗可能会对癌症患者的生存起到积极作用，良好的家庭临终关怀甚至会让他们活得更久。

熟悉的环境能让病人放松

日本筑波大学的科研人员对2069名患者进行了一项前瞻性研究，结果发现，即使最终仍是死亡，但在家中过世的患者，生存时间明显长于在医院死亡的患者。首席科学家浜野博士指出：“癌症患者和家属总担心家里的医疗质量不如医院，但回家进行姑息治疗（以减轻患者的痛苦为主），对患者的生存会起到积极作用，不仅不会缩短患者的生存时间，甚至可以延长存活时间。”

广东省抗癌协会姑息治疗青委会副主任委员、南方医科大学南方医院肿瘤科副主任尤长宣说，回家不等于让患者放弃治疗。在生命的最后时刻，回到熟悉的地方共享亲情，家人的帮助、亲情的感染都会让患者心情更放松，这反而有助于患者的恢复。但现实中，很多人宁愿排一两个月的队，也要住进大医院，结局却是人财两空。

中国工程院院士周宏灏教授指出，我国每年约有200万人正在忍受癌痛的折磨，但国内治疗癌痛的手段不足，暴露出来的副作用越来越多。大医院肿瘤科病床人满为患，使用率远超100%。浜野博士指出，在医院接受治疗的临终病人，往往会被注射大量抗生素和肠外营养液，这些看似有用的治疗，无法实际延长生命。

“居家宁养”值得推广

2014年发表在顶尖学术期刊《柳叶刀》上的一项研究表明，早期姑息治疗可提高癌症患者的生活质量和满意度。而发表在《新英格兰医学杂志》上的研究则证明，姑息治疗联合抗肿瘤治疗，不仅可以改善癌症患者的生活质量和心情，还可以显著延长其生存期。

尤长宣说，在家姑息治疗对患者的积极影响，在中国应该更明显。因为中国人重视天伦之乐、落叶归根，因此很多老人不愿意去养老院，更不希望在医院走完最后一程。对于晚期癌症患者而言，亲人的陪伴是最大的心理安慰，很多人只是没有办法才去医院的。但凡家中能提供基本的治疗条件，都好过待在医院。在国外，不少患者到了癌症末期时，临终关怀并不在医院进行，而是转成“居家宁养”。他们在熟悉的环境中享受亲人的陪伴，由社区医生、社工等人士帮助其缓解末期的身心痛楚。

然而，我国整体的姑息治疗水平跟国际相差较大。去年发布的全球“死亡质量”排名中，中国排在第71位。报告指出，中国对姑息治疗需求较高，但目前的医疗条件只能满足0.3%的患者需求。究其原因，一是政府支持有限，大多数的临终关怀机构都集中于少数大城市；二是缺乏死亡教育，民众对临终关怀了解不多，甚至医生也没有经过相关专业培训，普遍执着于治愈性治疗，反而增加无谓的痛苦。

从更深层次来看，我国还不具备“居家宁养”的大环境，特别是对姑息止痛的支持还不够。“在我国开止痛药很难，不仅需要处方、诊断书等证明材料，而且每次只能开出一周的量。”尤长宣说，在美国等发达国家，针对“居家宁养”的晚期癌症患者，止痛药的发放是免费的。世界卫生组织把吗啡的消耗量作为衡量一个国家镇痛水平和疼痛病人生活质量的标志，但我国人均吗啡消耗量为0.203毫克，在123个向联合国报送数据的国家中排名第107位。

此外，大医院更愿意接收有治疗价值的病人，以避免消耗医疗资源，结果便出现了所谓的“拒收”说法。尤长宣强调，很多晚期肿瘤患者真的不需要来大医院，姑息治疗本应由社区医院来发挥作用。

家属是第一责任人

当抗肿瘤治疗可能不再获益或病人出现晚期状态时，不妨以居家姑息治疗为主，让患者在舒适的状态下带瘤生存，改善生活质量。

“居家宁养”，家属是第一责任人，要学习很多知识，包括护理常识、对生命体征的观察和判断、对相关病种的基本知识和心理辅导等。但这些重担不能全压给个人，医院的姑息治疗中心和各级卫生部门要提供正规培训，帮家属与患者共同面对，有条件的的家庭可准备简易呼吸机等急救设备。从大层面而言，可借鉴国外的家庭病房理念，医护人员可定期来家检查，帮家属解决他们应对不了的问题。

尤长宣最后强调，不管发现早晚，癌症病人刚一确诊就应该给予姑息治疗。但对于早中期患者，姑息治疗要以治愈为目的，包括对术后并发症的认识和处理、对体质和免疫力的增强、心理疏导等。建议肿瘤患者不要总把自己当病人看，在身体条件允许的情况下，尽可能保持正常的生活，甚至继续原来的工作，多参加娱乐活动，保持健康心态。