

# 乳腺癌乳房再造术后患者创伤后成长体验的质性研究

闫迪<sup>1</sup>,王燕<sup>1</sup>,张青月<sup>1</sup>,王小媛<sup>1</sup>,达雪琦<sup>1</sup>,尹健<sup>1</sup>,强万敏<sup>2</sup>

**摘要:**目的 深入了解乳腺癌乳房再造术后患者创伤后成长的真实体验,为开展针对性护理干预提供参考。方法 采用现象学研究方法,以目的抽样法联合滚雪球抽样法选取 12 例乳腺癌乳房再造术后患者作为研究对象,以面对面或电话访谈形式进行半结构化深入访谈,采用 Colaizzi 7 步分析法进行归纳分析并提炼主题。结果 共提炼出自我反思、自我重塑(人生价值观的改变、个人力量增强、对疾病认识由消极转变为积极)、自我实现(积极心理、有效应对、利他行为)3 个主题及 6 个亚主题。结论 乳腺癌乳房再造术后患者在对抗逆境的过程中能体验到创伤后成长,并呈现出积极自我变化。临床医护人员应关注患者的积极体验,激发患者积极力量,促进患者心理健康。

**关键词:**乳腺癌; 乳房再造术; 创伤后成长; 积极心理; 心理健康; 心理护理; 质性研究

**中图分类号:**R473.6;R395.1 **DOI:**10.3870/j.issn.1001-4152.2023.17.100

## A qualitative study on the experience of post-traumatic growth in patients after breast reconstruction for breast cancer

Yan Di, Wang Yan, Zhang Qingyue, Wang Xiaoyuan,

Da Xueqi, Yin Jian, Qiang Wanmin. Department of Breast Oncoplastic Surgery, Tianjin Medical University Cancer Institute and Hospital, Tianjin 300060, China

**Abstract:** **Objective** To gain a deep understanding of the real experience of post-traumatic growth in patients after breast reconstruction for breast cancer. **Methods** Phenomenological research method was adopted in this study. Twelve breast cancer patients who had undergone the breast reconstruction surgery were selected as research participants through purposive and snowball sampling methods. Semi-structured, in-depth interviews were conducted either face-to-face or over the telephone, and Colaizzi 7-step analysis method was applied to summarize and extract themes. **Results** Three themes and six sub-themes were extracted, including: self-reflection; self-rebuilding (the change of life values, personal strength, and the change of disease understanding from negative to positive); self-actualization (positive psychology, effective coping, and altruistic behavior). **Conclusion** Breast reconstruction patients can experience post-traumatic growth and show positive self-changes in the process of coping with adversity. Clinical medical personnel should pay attention to patients' positive experience, stimulate patients' positive power, and promote patients' mental health.

**Key words:** breast cancer; breast reconstruction; post-traumatic growth; positive psychology; mental health; psychological nursing; qualitative study

乳腺癌是女性最常见的癌症,外科手术是乳腺癌的主要治疗方法<sup>[1]</sup>。对于女性乳腺癌患者,术后乳房缺失是一种沉重的打击,会带来严重的心理痛苦、社交障碍等负性问题<sup>[2]</sup>。近年来,乳房再造手术成为新的治疗手段,研究证实其术后复发转移率、长期存活率与全乳切除术无明显差异<sup>[3]</sup>,能够在保证肿瘤学安全性的同时兼顾美观<sup>[4-5]</sup>。临床实践中发现,乳腺癌乳房再造术后患者相比未再造手术患者显示出更积极的心理状态。创伤后成长是指个体在与创伤事件进行抗争过程中所体验到的心理方面的正性变化,对于处于逆境中的人们可表现出与成长相关的积极变

化<sup>[6]</sup>,且创伤后成长属过程性心理变量,具有动态变化特点<sup>[7]</sup>。为了提升乳腺癌患者的创伤后成长水平,确定引发其积极心理变化的因素尤为重要<sup>[8]</sup>。本研究对乳腺癌乳房再造术后患者进行质性研究,探讨其创伤后成长体验,为临床制定护理干预措施提供依据。

### 1 对象与方法

**1.1 对象** 2022 年 4—7 月,采用目的抽样法联合滚雪球抽样方式,选取在我院乳腺肿瘤外科行乳房再造术后患者作为研究对象,样本量的确定以资料饱和为标准。纳入标准:①病理检查诊断为乳腺癌;②曾接受过乳房再造手术;③年龄 $\geq 18$ 岁;④对自身诊断知情且自愿参与本次研究。排除标准:①半年内遭遇其他重大创伤事件;②并存其他恶性肿瘤及严重躯体疾病;③存在精神分裂症、双相障碍等重症精神障碍或存在严重认知障碍。样本量以资料达到饱和为原则。最终访谈乳房再造术后患者 12 例,均为女性,年龄 39~60(43.67 $\pm$ 5.94)岁。文化程度:初中 2 例,高中 3 例,大专 1 例,本科 5 例,博士 1 例。婚姻状况:已婚 11 例,离异 1 例。职业:职员 6 例,教师 2 例,公

作者单位:天津医科大学肿瘤医院/国家恶性肿瘤临床医学研究中心/天津市恶性肿瘤临床医学研究中心/天津肿瘤防治重点实验室/乳腺癌防治教育部重点实验室 1. 乳房再造科 2. 护理部(天津,300060)

闫迪:女,硕士,护师

通信作者:王燕,yanwangtj@126.com

科研项目:天津市护理学会科研课题(tjhlky2022QN05);天津市人力资源和社会保障局科研项目(XB202008);天津市医学重点学科(专科)建设项目(TJYXZDXK-011A)

收稿:2023-04-07;修回:2023-05-30

务员 1 例,护士 1 例,无职业 2 例。手术方式:乳房再造术前行乳腺癌根治术 6 例,根治术同时行乳房再造术 6 例。再造手术方式:游离腹壁下动脉穿支皮瓣乳房再造术 2 例,带蒂横行腹直肌肌皮瓣乳房再造术 2 例,背阔肌肌皮瓣转移术 1 例,背阔肌联合假体植入术 1 例,补片加假体植入术 4 例,假体植入术 1 例,扩张器植入术 1 例。再造手术术后 3 个月 1 例,术后 1 年 7 例,术后 4 年 2 例,术后 6 年 1 例,术后 7 年 1 例。

## 1.2 方法

### 1.2.1 资料收集方法

采用现象学研究方法,以面对面或电话访谈的形式进行半结构式深入访谈。面对面访谈的研究对象为门诊复诊患者(11 例),复诊时研究者与医生一起,与患者建立良好信任关系,诊疗结束后研究者与患者及照顾者做好充分沟通,告知其研究目的,保护患者隐私,获取研究对象同意并签署知情同意书。面对面访谈地点选择相对安静的会议室,使患者能够放松地交谈以更好地收集资料。1 例采用电话方式访谈,前期通过微信告知患者研究目的,获取知情同意并约定访谈时间。研究者根据研究目的及文献回顾拟定访谈提纲,并根据 3 例患者的预访谈结果修订访谈提纲,提纲内容包括:①请您谈谈患病后治疗的经历和感受有哪些?②请您说说接受乳房再造手术后的心理变化,体验最深的是什么?③在这一段经历中,请问您有哪些积极的改变?④请您谈谈在这期间您所经历的困难和承受的压力,您都是如何应对的?⑤未来有哪些规划和打算?⑥如果遇到类似经历的病友,您会如何开导他?访谈前告知患者研究目的,征得知情同意后进行访谈。每次访谈时间为 20~40 min,访谈全程录音,认真聆听的同时记录面对面访谈对象的非语言信息和电话访谈对象的情绪变化。研究者进行适当发问,访谈结束后逐字转录访谈内容,提取被访谈者的基本资料。

### 1.2.2 资料分析方法

借助 Nvivo12 软件管理所有访谈资料。由双人对话访谈资料进行核对并及时转录为文字,以免遗漏信息。录音资料转录完成后采用 Colaizzi 七步分析法<sup>[9]</sup>进行处理。2 名研究者认真反复阅读转录资料,分别进行标记、编码,最后汇总结果,提炼出主题,不同意见经研究小组共同讨论分析,形成最终主题。为保证研究内容真实准确性,将最终结果返回受访者处核实。

## 2 结果

### 2.1 自我反思

所有受访者在乳腺癌确诊前期都会出现“为什么是我”的困惑,促使她们对患病原因进行反思,不断联想自身之前可能导致疾病发生的行为,这对重建价值观与信念起重要作用。A1:“我之前生活的每个阶段都很拼,可能过度使用了自己的身体,有段时间我几乎每天 4:00 起床,那时候觉得年轻,没关系。”A4:“我是一个对自己要求很高的人,特别容易看到自己的不足,要求自己变得更完美,可能给自

己压力太大了,才会生病吧。”A10:“从来没有想过这个事情会发生在我的身上,甚至我侥幸到自己连重疾保险都没有买过,但是也正是在我生病之后,我才会往回看,反思为啥是我生了病,后来我觉得,我一直都不够爱自己。”

## 2.2 自我重塑

### 2.2.1 人生价值观的改变

多数受访患者表示经历患乳腺癌及手术创伤事件后,更加了解生命中真正重要的事情,改变了生活事件的优先次序。A12:“我之前的工作和生活是失衡的,每天每分每秒我都在工作。现在想想,图什么呀。工作、理想固然很重要,但可能并不值得付出一切,人还是要有生活。”部分患者表示患病后更懂得珍惜当下,疾病帮助她们认识到生命的有限性,让她们意识到要在有限的时间内去做想做的事,让人生更有目标和计划。A7:“生病以前我的生活是浑浑噩噩的,过一天算一天,没有什么特别多的想法。但是现在我觉得有想法我就要去做,不能留遗憾。”A9:“生过病之后我才发现,自己比以前活得更更有目标,更知道爱自己,对家庭和自己都有更多的规划。”

### 2.2.2 个人力量增强

多数受访者表示,在应对困境和不良情绪时她们学会通过自我调适来维护心理平衡,表示来自内在的自我力量比外界给予的更强大,让她们比患病前更坚强。A3:“我现在的信心来源于我的整体形象正常,毕竟以后是我自己的生活,我要站起来要融入社会,需要强大的内心去支撑。”A12:“得这个病之后我就想了,别人怎么劝你,一点儿用也没用,你只有自己跟自己和解才是最有用的。”

### 2.2.3 对疾病认识由消极转变为积极

患者对疾病的认识由消极转变为积极。在确诊癌症初期,乳腺癌患者认为自己经历了人生中的重大打击,甚至将其视作一场“灾难”。但在乳房再造手术后,其外形与患病前无异,康复后能够顺利回归社会。她们将疾病看成一场历练,看作上天给予的提醒;将乳房再造手术视为患病过程的转折点和自我重塑的契机。A6:“或许是老天提醒我要善待自己,或许是老天在帮助我成长,现在觉得这也许并不是一件坏事。”A8:“当时得病的时候觉得真是晴天霹雳,人生就这么完了,但是做完再造之后,我觉得并没有想象中那么糟糕,对于我来说,现在真的很完美,这个病让我懂得很多,让我更珍惜现在的生活,珍惜身边的人,我什么都没有失去。”A11:“生病之后,我自己也总结了一下,这个病给我带来了各种打击、伤痛,但它其实也是生命给我的一份礼物,我觉得现在比以前活得更更有目的、更有价值感。”

## 2.3 自我实现

### 2.3.1 积极心理

受访者均在术后能够以积极主动的态度面对疾病,理智而平静地看待曾经的患病经历,认为乳房再造手术让自己变得更加勇敢和自信,

对未来生活充满期待和展望。A6:“我觉得自己比以前更有自信更勇敢了,如果说疾病让我学会珍惜现在的生活,那乳房再造就是让我变得更加自信和美好。”A12:“我把每次治疗当做和好朋友的约会,把每次复查当做度假,给自己鼓劲儿,每次都很快乐。康复后的我依然拥有曾经的一切,日子还可以继续,未来还有很多事要做,而且我比以前更多了对生活的热情和珍惜,更能感受到生活中的美好。”

**2.3.2 有效应对** 患者通过行为层面的有效应对展现出来的获益与成长结果最为直接,对其远期心理健康具有现实意义,具体体现为新的生活规划、促进健康行为等。A2:“也有情绪不好的时候,我觉得还是要找个人倾诉一下或者宣泄出来”A5:“现在我会计划地每天保持运动,散散步,哪怕是墙边站一站也要运动一下。”A12:“出院以后我会找一些自己喜欢做的事儿去治愈自己,培养一些爱好,把之前没时间做的都做了,没时间学的都学了,让日子充实起来,心情也就跟着阳光起来。”

**2.3.3 利他行为** 多数患者在康复后会产生强烈的利他意愿或行为。她们在经历心理创伤后更富有同情心,希望能够通过分享自身经历帮助到和自己有着相同经历的人,从而获得自我满足与价值感。对她们来说,给予帮助的同时也是在治愈自己。A1:“我希望能贡献自己的一点力量,帮助更多人,因为我经历过那样的痛苦,我希望更多人能从中受益。”A9:“每次与病友分享患病经历时,我是非常开心和乐意的,生病之后我更觉得我要帮助其他人,能帮助到别人对自己也是一种成就感。”A11:“我现在已经走出来了,我特别愿意将自己的经历与别人分享,因为我也曾经历过那样的阶段,我希望他们也能像我一样重生。”

### 3 讨论

**3.1 乳腺癌乳房再造术后患者创伤后成长心理呈动态发展** 乳腺癌患者乳房再造术后在对抗逆境的过程中能体验到创伤后成长,其创伤后成长是一个动态发展的过程,呈现出阶段性的积极自我变化。患者患病后经历了自我反思、自我重塑、自我实现3个心理发展阶段,3个心理发展阶段是交叉、逐渐过渡的过程,符合以往研究认为痛苦与成长是同时存在的辩证关系这一观点<sup>[10]</sup>。不同个体间发展存在差异,但基本遵循痛苦-反思-调适-成长的整体趋势。①自我反思。乳腺癌乳房再造术患者在患病早期消极心理强烈,但正是由于创伤性事件对患者内心世界的破坏,引起患者痛苦等消极心理,从而促使患者进行自我反思,这是引发成长的前提条件。②自我重塑。患者以创伤事件为基础,通过调整自身认知重塑价值观,个人力量增强逐渐掌控自身心境,是开始成长的标志。③自我实现。患者通过自我反思、自我重塑而获得实际成长,体现在精神层面、实际行动以及利他行为,这对其远期身心康复具有重要意义。

### 3.2 乳房再造手术对患者创伤后成长具有促进作用

创伤后成长的发生和发展受事件相关因素、个人及环境系统在内的多种因素影响<sup>[11]</sup>。本研究结果显示,乳房再造手术对患者创伤后成长的心理发展具有促进作用。大部分受访者在访谈中提到,是乳房再造术给了她们重新面对生活的自信和勇气,促使她们走出伤痛。乳房再造术患者与乳房切除术患者相比,同样经历了痛苦的创伤事件,但由于乳房再造患者术后拥有正常的身体形象,这有助于顺利完成创伤后重建过程,进入自我重塑阶段,她们内心逐渐坚强,对疾病认识发生积极转变。受访者不再将患病看作是一场巨变和灾难,而是将患病看作是上天在提醒自己要珍惜拥有、关注健康,将乳房再造术视为患病经历的转折点,一个重塑自我的契机。情绪ABC理论认为,创伤或应激事件不是使人们感到痛苦的根源,对事件的主观判断和认知才是主要原因<sup>[12]</sup>。乳房再造的经历有助于启发和塑造患者的积极心理,引导患者向积极认知转变,大部分受访者认为乳房再造手术让她们依然拥有曾经的一切,甚至给予她们从未有过的勇气和自信,她们对未来生活更加珍惜热爱,从而带来自我实现,希望能够将自己的积极状态传递给更多病友,产生利他行为,获得自身成长。

**3.3 建议** 乳腺癌乳房再造术后患者的痛苦与成长是同时存在、相互转化的,与既往关于创伤后成长的研究结果一致<sup>[13]</sup>。临床工作中护理人员应当了解,患者可能同时存在创伤后应激、痛苦以及蕴含的成长,需协助患者处理好消极与积极心理相互转化的关系,并及时协助其将积极心理向实际行为转变,使患者获得成长,有实际获益。有研究显示,积极的认知与应对可促进创伤后成长的发展<sup>[14]</sup>。护理人员应持续动态监测患者的心理状态,制定规范化心理干预方案<sup>[15]</sup>,结合个体的实际需求给予心理支持,协助患者进行有效应对<sup>[16]</sup>;鼓励患者积极寻求自身力量,帮助其尽快适应困境,重建价值观,完成自我重塑。护理人员可为患者创造多元化支持途径,促进同伴交流,巩固患者的成长感、获得感。

### 4 结论

乳腺癌乳房再造手术后患者创伤后成长呈现自我反省、自我重塑和自我实现,乳房再造手术对乳腺癌患者创伤后成长的心理发展具有促进作用。医护人员需关注患者的内心需求,顺应其积极心理发展趋势,制定阶段性、个性化的护理干预措施,激发患者积极力量,使乳腺癌乳房再造术后患者尽早实现身心的良好调适,促进患者心理健康,尽早重返家庭与社会。本研究纳入术后不同时间患者,访谈时可能产生回忆偏倚,建议后续开展纵向研究,对同一患者不同治疗阶段的创伤后成长体验进行追踪,探索再造术后患者创伤后成长的心理轨迹模型。