

# 肿瘤免疫治疗

## 护理人员指南



---

在照顾接受癌症免疫治疗的病患时，  
您可能希望了解的信息

---

您的徽标

## 目录

- 4 弄清楚您作为护理人员的角色
- 8 帮助您的护理伙伴更多地了解其所患的癌症和免疫疗法
- 16 了解治疗就诊和可能出现的副作用
- 22 照顾好自己
- 30 后续步骤

## 引言

照顾患有癌症的人可能需要面对巨大的压力和无常的情绪变化。**肿瘤免疫治疗 (I-O)**（有时称为**癌症免疫疗法**，或简称为**免疫疗法**）的工作方式与其他癌症治疗方法不同。您作为护理人员的角色也可能有所不同。

免疫疗法使用的药物可帮助身体的自身免疫系统对抗癌症。

本指南可以帮助您：

- 了解您可以为您的护理伙伴（即您所护理的患者）和您自己做些什么，来帮助改善免疫治疗体验
- 增强能力，助您在护理伙伴的治疗中发挥积极作用

本指南为您提供了空白处，供您记笔记和写下问题。

请妥善保存本指南供您自己参考，并考虑在护理伙伴预约就诊时带上本指南。

## 弄清楚您作为护理人员的角色

### 成为“护理人员”意味着什么？

作为护理人员可能意味着很多事情，比如照顾家人、朋友或邻居。这是一个不断变化的角色，对每个人和患者来说都是独特的体验。

作为护理人员，您将在维持现有生活的情况下扮演这一角色。要适应一系列新职责可能很困难。

作为护理人员，您要做的事情可能包括：

- 帮助您的护理对象做出治疗决定
- 与您的护理伙伴一起去医院或诊所就诊
- 帮助您的护理伙伴应对日常生活（如吃饭、做家务、管理用药和跑腿）
- 帮助您的护理伙伴应对他们的健康状况和感受
- 帮助您的护理伙伴弄清楚如何支付治疗费用

照顾我妹妹时，我不得不身兼数职。我帮助她购买食品杂货，带她去预约就诊，并帮助她保持积极的态度。



# 弄清楚您作为护理人员的角色

我如何才能弄清楚我的具体角色是什么？

您可以与您的护理伙伴讨论他们所有需求和期望，以及您自己的需求和期望。

这一点很重要，原因如下：

- 了解您的护理伙伴需要哪些类型的帮助
- 了解您实际上能够和不能够为您的护理伙伴做什么
- 确保您能满足您的护理伙伴的需求
- 在您无法提供帮助的时候，讨论其他选择

在考虑成为护理人员时，我应该考虑哪些因素？

您可能想要考虑以下因素：

- 担任护理人员会影响我与护理伙伴以外的人的关系吗？
- 我的生活安排是否需要改变？
- 谁可以接替我或与我分担责任？
- 我需要向工作单位请假吗？
- 我需要长期的财务支持吗？

我是我母亲的护理人员。我们一直很重视沟通，所以我们从一开始就不断地交流。她告诉我她需要哪些帮助，以及她不需要哪些帮助。

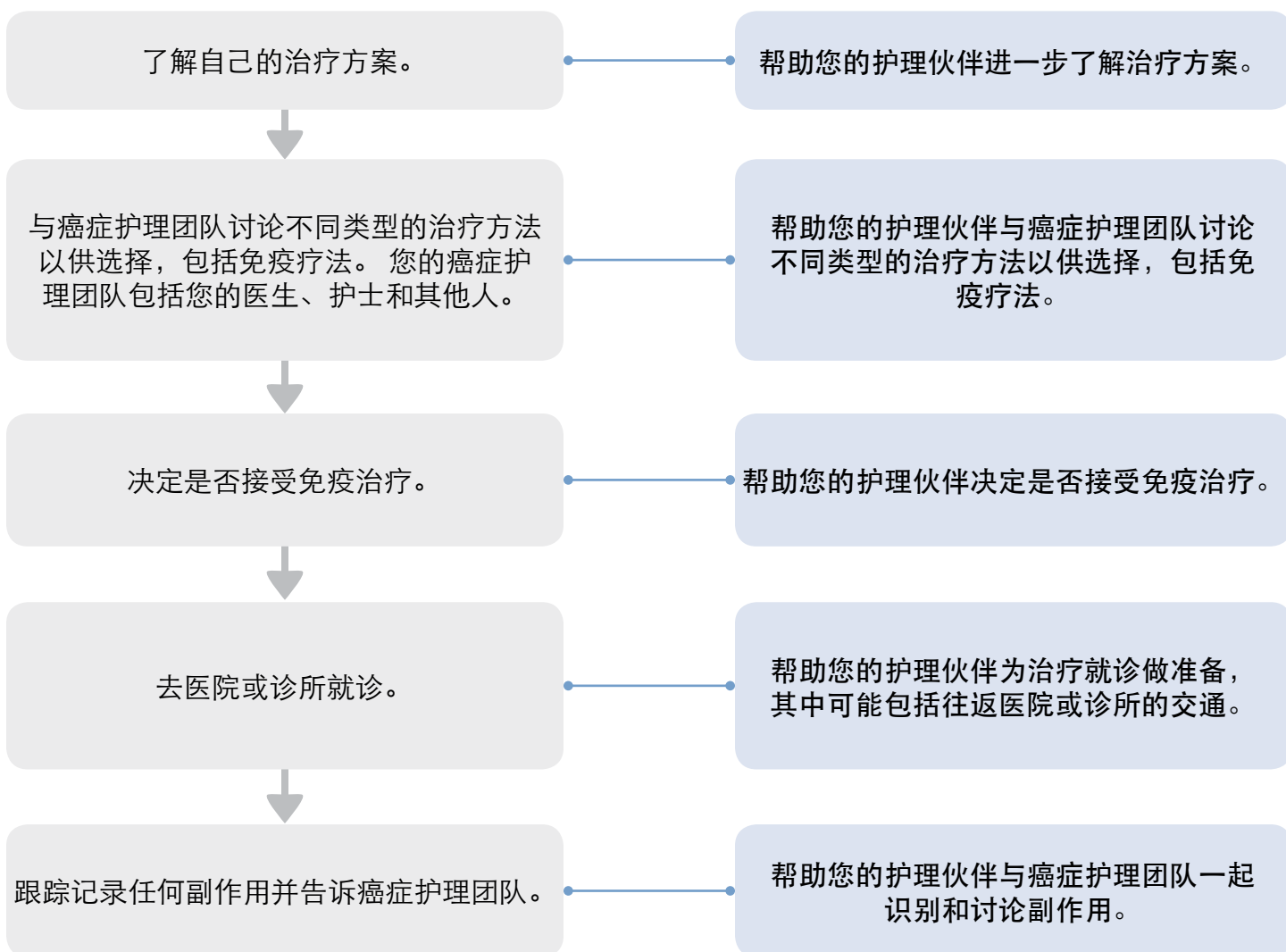


# 帮助您的护理伙伴更多地了解其所患的癌症和免疫疗法

我的护理伙伴的免疫治疗之旅可能是什么样的，我该如何提供帮助？

作为病患，  
他们可能要：

作为护理人员，  
您可以：



## 帮助您的护理伙伴更多地了解其所患的癌症和免疫疗法

### 我在哪里可以找到有关免疫疗法的更多信息？

您的护理伙伴的癌症护理团队是最好的信息来源。

在弄清楚复杂的医疗保健世界的同时，又要担当您的护理伙伴的强大后盾，这可能很困难。您可能要忙于收集有关一系列主题的信息：疾病本身、作为治疗选择的免疫疗法、副作用、医疗保险等。

首先，询问您的护理伙伴您是否可以代表他们与癌症护理团队交谈。如果您的护理伙伴同意，那么您可以考虑询问：

- 您关于免疫疗法的问题
- 有关值得信赖的资源的推荐
- 您的医院或诊所可能提供的支持

在我丈夫的治疗开始时，我试图自行查找资料，结果有点不知所措。我和医生谈过，医生给我介绍了资源，并推荐了针对我这样的护理人员的同伴支持小组。我认为这非常有帮助。



# 帮助您的护理伙伴更多地了解其所患的癌症和免疫疗法

## 我应如何与癌症护理团队交谈？

想到要与癌症护理团队交谈并提问时，您可能会感到害怕。有时，也很难理解医生说的话，或者记住您想要询问和谈论的内容。

但是，提问是解决可能令您担忧的事情的重要方法。

以下是关于如何提问的一些提示：

- 在与癌症护理团队交谈之前，请考虑并记下您想要询问的内容。
- 做笔记或询问您是否可以记录就诊情况。
- 如果您不理解癌症护理团队对您问题的回答，请要求澄清。不要羞于要求提供更多信息！

## 我可以向癌症护理团队询问哪些问题？

您可以询问您想问的任何问题。为了帮助您入门，以下列出了需要考虑的示例问题。

### 关于免疫疗法的问题

---

有类似我的护理伙伴的其他人接受过免疫治疗吗？

---

我们如何知道免疫疗法是否有效？

---

如果我的护理伙伴的癌症在免疫治疗期间出现恶化会发生什么？

---

如果我的护理伙伴不想再接受免疫治疗，他或她该怎么办？

---

我们应该告诉其他医生（例如，家庭医生、急诊医生）关于我的护理伙伴正在接受的免疫治疗的哪些信息？

---

# 帮助您的护理伙伴更多地了解其所患的癌症和免疫疗法

## 关于费用的问题

---

免疫治疗需要多少费用？

如果我们对费用、保险和付款有疑问，我可以问谁？

## 关于治疗就诊的问题

---

治疗就诊的频率和每次就诊通常需要多长时间？

如果我的护理伙伴无法前往医院或诊所，你们是否提供支持？

每次治疗就诊期间会发生什么？

我们如何为每次治疗就诊做好准备（例如，我的护理伙伴是否需要禁食）？

我可以在就诊期间陪伴我的护理伙伴吗？

如果我的护理伙伴错过了其中的一次就诊，会怎么样？

## 关于副作用的问题

---

我的护理伙伴会出现什么样的副作用？

如果我的护理伙伴出现副作用，我们应该和谁联系？

我们如何知道何时打电话给医生，以及何时只需记录副作用？

如果我需要看急诊医生或任何其他医疗保健专业人员，我要告诉他们关于我的护理伙伴的免疫治疗和副作用的哪些信息？



## 了解治疗就诊和可能出现的副作用

### 我该如何帮助我的护理伙伴为治疗就诊做准备？

作为护理人员，您可能会陪您的护理伙伴一起去治疗就诊。治疗就诊之前：

- 提前致电确认就诊，并且询问您的护理伙伴可能需要带什么，或者可能要做哪些准备。
- 安排就诊的往返交通。
- 写下您可能想问的任何问题，以及您可能希望与癌症护理团队讨论的任何主题（如新的副作用）。
- 在一个地方保存好您的护理伙伴的健康信息，并在每次就诊时带上。
- 带点东西，以便在等待看病时（让您自己和您的护理伙伴都）有事可做。

我妈妈和我总是在她输液时一起看电影。



## 了解治疗就诊和可能出现的副作用

### 免疫疗法有可能发生哪些副作用？

您的癌症护理团队将能更好地了解您可能会经历的副作用。向癌症护理团队要一份副作用清单，这样一旦出现副作用您和您的护理伙伴就能识别。

您的护理伙伴可能发生的副作用取决于他们接受的免疫疗法，以及他们的免疫系统如何对其作出反应。每个人的免疫治疗体验都是独特的。

副作用可能发生在免疫治疗期间或之后。由于免疫系统照顾的是整个身体，因此许多器官都会出现副作用。一些副作用可能很严重。

#### 癌症护理

团队可为您提供您的护理伙伴的特定免疫治疗可能导致的副作用清单。

可以通过美国食品与药品管理局数据库 (Drugs@FDA) 找到任何得到批准的药物的副作用清单，有时也可以在药物网站上找到这样的清单。



## 了解治疗就诊和可能出现的副作用

### 如果我的护理伙伴出现副作用，我该怎么办？

把新的、不同的或令人烦恼的所有变化告诉癌症护理团队。重要的是要密切关注副作用，并让癌症护理团队及时了解您的护理伙伴的感受。

病患

最了解自己的身体，并知道自己什么时候感觉不好或感觉好。随时记录出现的副作用可能有一定的助益，这样您便可以与我们——癌症护理团队——分享。



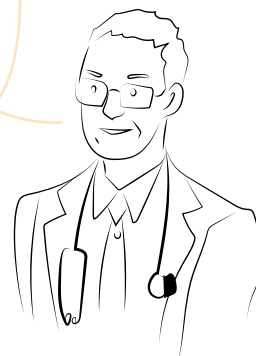
以下是有关如何识别、记录和报告您的护理伙伴出现的副作用的一些提示：

- 记日记，以跟踪记录您的护理伙伴每天的感受。
- 记下您的护理伙伴的治疗就诊后的感受。
- 如果您的护理伙伴感觉有任何新的、不同的或令人烦恼的变化，请让癌症护理团队知道。
- 把副作用尽快告诉癌症护理团队！这可以帮助他们更早地应对副作用。

由于害怕

麻烦他人，一些病患和护理人员不太愿意向癌症护理团队报告副作用。  
**不要犹豫！**

我们愿意随时为您提供帮助，我们需要充分了解情况，以便尽可能提供最好的护理。跟踪了解病患的副作用是监控治疗进展的关键。



## 照顾好自己

### 我的感受是否正常？

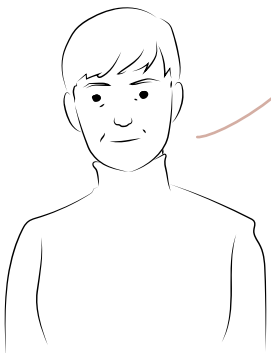
照顾患有癌症的人可能需要面对巨大的压力和无常的情绪变化。震惊、悲伤、恐惧甚至愤怒的反应都是正常的。当您扮演护理人员的角色时，您可能会遇到身体、情感和精神方面的挑战。

有时候，您可以自己应对这些感受，但有时候，您可能需要别人的帮助。请记住，您也是人，而不仅仅是护理人员。您并不孤单。

### 我能做些什么来应对？

您的情感、身体和精神健康都同样重要。确定自己的感受是照顾自己的第一步。

能为自己花点时间是件好事。我发现写日记和冥想的帮助作用很大。每天早上只需十分钟的冥想就能创造奇迹。



考虑每周花一些时间思考：

- 您如何维持与他人的关系
- 您感受到的情绪（好情绪和坏情绪）

不时地，使用下一页的自我反思清单来帮助您了解自己表现如何。可随意复印此清单。

# 照顾好自己

## 自我反思

在过去的7天内：

我感到担心…

从不 很少 有时 经常 始终

我感到害怕…

从不 很少 有时 经常 始终

我感到生气…

从不 很少 有时 经常 始终

我感到无助…

从不 很少 有时 经常 始终

我感到内疚…

从不 很少 有时 经常 始终

我感到焦虑…

从不 很少 有时 经常 始终

我感到自己不肯接受现实…

从不 很少 有时 经常 始终

我感到\_\_\_\_\_

从不 很少 有时 经常 始终

我感到悲伤…

从不 很少 有时 经常 始终

我感到有希望…

从不 很少 有时 经常 始终

我感到乐观…

从不 很少 有时 经常 始终

我感到精力充沛…

从不 很少 有时 经常 始终

我感到很高兴…

从不 很少 有时 经常 始终

我感到能力得到增强…

从不 很少 有时 经常 始终

我感激不尽…

从不 很少 有时 经常 始终

我感到\_\_\_\_\_

从不 很少 有时 经常 始终s

您可能会发现，让其他人参与您的照顾之旅并从他们的经验和见解中学习大有裨益。考虑分享上述自我反思，以开始对话。讨论您的感受和顾虑，可以帮助其他人了解应该如何帮助您。

## 照顾好自己

### 我可以与谁联系，以寻求更多支持？

有些护理人员喜欢积极参与社区活动、寻求支持并寻求其他人的帮助，例如向以下人士求助：

- 癌症护理团队
- 其他护理人员
- 支持小组（在您所在地区或网络上）
- 专业人士，如治疗师、心理咨询师或精神领袖
- 朋友和家人

### 我怎样才能保持自己的整体健康？

考虑从事下面列出的活动，以保持您的整体健康。

- 散步和呼吸新鲜空气
- 锻炼
- 从事您喜欢的一项活动
- 休息
- 健康饮食

我们知道这  
对您来说可能是个艰难的时期。  
请前来和我们——您的癌症护理团队——交谈，寻求帮助。我们或许能  
向您介绍您所在地区的其他资源。





## 后续步骤

### 哪些在线资源可以为我提供有关免疫疗法的更多信息？

您可以访问以下网站，了解免疫疗法研究的最新信息：

BMS: 探索肿瘤免疫治疗的力量  
[www.immunooncology.com](http://www.immunooncology.com)

癌症研究所  
[www.cancerresearch.org](http://www.cancerresearch.org)

美国癌症协会  
[www.cancer.org](http://www.cancer.org)

勇敢面对癌症  
[www.standup2cancer.org](http://www.standup2cancer.org)

癌症支持社区  
[www.cancersupportcommunity.org](http://www.cancersupportcommunity.org)

ClinicalTrials.gov  
[www.ClinicalTrials.gov](http://www.ClinicalTrials.gov)

CancerCare  
[www.cancercare.org](http://www.cancercare.org)

美国食品与药品管理局的数据库  
Drugs@FDA 或  
<https://www.accessdata.fda.gov/scripts/cder/daf/>

提供此资源清单是为了方便大家。  
Bristol-Myers Squibb不对第三方组织提供的信息予以认可，亦不承担任何责任。

### 我接下来该怎么办？

下面是一份检查清单，您可能需要不时查看以弄清楚下一步该做什么。请随意更新此检查清单来满足您的需求。

- 与我的护理伙伴讨论他们的需求和我的时间安排，以了解他们的需求并设定切实可行的期望。
- 在得到我的护理伙伴的许可后，向癌症护理团队询问我不清楚的任何事情（如疾病本身、作为治疗选择的免疫疗法、副作用等）。
- 跟踪并继续记录我的护理伙伴出现的副作用，并告诉癌症护理团队。
- 定期反思我的身体、情感和精神健康状况，并在我作为护理人员的角色发生变化时更新我的自我照顾计划。



www.immunooncology.com  
IOUS1701711-06-01  
© 2018 Bristol-Myers Squibb Company.  
版权所有。



内容与肿瘤护理学会的标准和准则一致。

肿瘤护理学会的认可印章并不构成医疗建议，也并不意味着肿瘤护理学会对产品的认可。医疗服务提供者应该行使自己独立的医疗判断力。这些材料中引用的网站内容或其他资源尚未经过是否加盖肿瘤护理学会认可印章的审核。

Bristol-Myers Squibb为肿瘤护理学会提供了慈善资金，并且还支付了此材料的审核费用。