

同伴支持在癌症患者中的研究现状与进展

周梦瑶¹,杨良洁¹,江子芳²

(1.浙江中医药大学 护理学院,浙江 杭州 310053;2.浙江省肿瘤医院 护理部,浙江 杭州 310022)

2022年癌症统计报告^[1]显示,全球新增癌症病例约2000万例,并且未来仍呈持续增长趋势,癌症疾病负担不断加重。随着诊疗技术的进步和患者生存期的延长,癌症逐渐呈现慢性病特征,患者在长期治疗和带病生存中面临显著的心理挑战^[2]。研究^[3-6]表明,癌症诊断及治疗相关的副作用常引发患者持续性的焦虑、抑郁及心理适应性障碍,进而对治疗依从性、疾病结局和生活质量产生影响。同伴支持(peer support)作为一种基于共同经历的社会支持形式,能够通过情感支持与经验分享,帮助患者应对与疾病相关的问题。既往研究^[7-8]表明,同伴支持在缓解负面情绪、增强心理适应能力及促进自我管理方面具有积极作用,是癌症综合心理支持体系中的重要组成部分。然而,现有研究在理论基础、实施模式、干预效果及推广可行性等方面仍存在差异,本文围绕同伴支持的理论基础、志愿者培训、干预形式、应用效果及存在的问题等方面进行综述,以期对癌症患者心理支持的护理实践提供参考。

1 同伴支持的理论基础与概念框架

同伴支持是一种基于平等关系的互助模式,指具有相似经历或健康状况的个体,通过情感联结、经验分享及信息传递等方式,相互提供心理社会支持的过程^[9],其核心理念是“由同侪助人”,即支持者与被支持者在非等级关系里达成共情理解,实现互助成长。为阐释同伴支持的作用机制,相关研究从不同理论视角提出了多种解释框架,主要包括社会支持理论、社会学习理论、赋权理论以及社会生态系统理论等,以构建更系统的同伴支持概念框架。综合现有研究,同伴支持主要通过以下路径发挥作用:一是情感支持路径。社会支持理论相关研究^[10]指出,同伴之间基于相似经历形成的情感共鸣,能够缓解患者的孤独感,增强其心理复原力和情绪调节能力。二是认知学习路径。社会学习理论认为,患者通过观察与模仿具有成功应对经验的同伴行为,可提升对疾病的认知水平及应对策略,进而改善自我管理

能力^[11]。三是赋权支持路径。赋权理论相关研究^[12]显示,同伴支持有助于增强患者的自我效能感、控制感及社会参与感,促进其积极适应疾病及相关社会角色。这一概念框架为同伴支持干预的设计与实施提供了理论依据,也为其在不同护理情境中的应用奠定了基础。

2 同伴支持志愿者的培训

未经过培训的同伴支持在改善乳腺癌患者负面情绪方面可能收效甚微甚至产生不利影响^[13],因此,同伴支持者的规范化培训是保障干预效果的关键。为提升同伴支持服务质量,加拿大于2011年成立同伴支持资格认证机构,并于2013年发布同伴支持指南^[14]。指南^[14]明确指出,同伴支持者培训不仅涵盖基本理念与价值观,还应包括沟通技巧、风险识别能力、自我觉察能力及伦理意识,以确保实践过程中能安全有效的提供情感与经验支持。指南提出培训内容板块应包括同伴支持核心价值、支持关系中的界限与伦理要求、积极倾听与情绪识别技能以及识别并转介危机状态的能力。此外,指南建议采用理论授课与情景模拟相结合的培训方式,通过案例分析与督导练习来提高支持者在真实互动中的应对能力。国内相关研究亦对同伴支持培训与实施进行了探索。葛庆青等^[15]组建糖尿病同伴支持团队并开展试点,研究由糖尿病专科护士围绕糖尿病基础知识、血糖管理要点、沟通与支持技巧等内容对招募的支持者展开培训,培训结束后进行书面和操作考核来确保支持者的专业性。研究结果显示患者及家属对同伴支持服务的接受程度较高。研究同时报告了实施过程中在志愿者招募标准、培训系统性及激励方式等方面的实际做法存在的问题。随后,王婷婷等^[16]基于循环圈与优势视角理论构建乳腺癌同伴支持志愿者培育模式,该模式为“一个中心,三个环节”,一个中心指由专业人员组成的督导团队,三个环节指志愿者招募培训、志愿者服务开展、评估与反馈3个过程。研究^[16]表明,该模式有助于患者挖掘自身优势,实现由受助者向同伴支持志愿者的角色转变,为同伴支持培训在肿瘤护理情景中的实施提供了可借鉴的操作路径。

3 同伴支持在癌症患者中的应用研究

近年来,癌症患者同伴支持研究关注度持续上

【收稿日期】 2025-07-24 【修回日期】 2026-01-29

【基金项目】 浙江省医药卫生科技计划项目(2024KY837)

【作者简介】 周梦瑶,硕士在读,电话:0571-88122191

【通信作者】 江子芳,电话:0571-88122191

升,研究对象主要集中于乳腺癌、前列腺癌、结直肠癌及妇科肿瘤等^[17]。在应用形式上,同伴支持呈现多样化特点,主要包括线下一对一、小组支持、线上同伴支持模式。

3.1 线下模式

3.1.1 一对一同伴支持模式 单人同伴支持模式是指由经系统培训的癌症幸存者担任导航员,通过一对一方式为新确诊或治疗期患者提供症状管理、治疗计划执行及健康教育等支持。现有研究^[18]指出,同伴支持通过提供疾病与治疗相关信息、分享治疗与康复经验,可显著改善患者对疾病的认知水平,降低不确定性相关的焦虑和恐惧感,减轻心理痛苦。Valjanow 等^[19]采用经系统培训的癌症幸存者作为癌症患者开展一对一支持性对话干预,结果显示,患者及同伴支持者对该干预方案均表现出较高的满意度且患者表示支持者的经验分享是最有价值的支持内容,在满足患者的实际需求方面具有积极效果。Jansen 等^[20]对实施一对一同伴支持约 1 年后的乳腺癌患者开展了焦点小组访谈,患者表明一对一同伴支持能够提供情感慰藉及非医疗性的实用建议,且个性化的匹配有助于营造相对放松的交流氛围,促进深入沟通。研究^[21]表明,相较于常规健康教育,基于共同疾病经历和身份认同的同伴交流具有更强的可信度和感染力,有助于增强患者对治疗的信心。一项纳入 18 项研究的系统综述^[22]显示,一对一同伴支持是最有效的同伴支持形式,尤其在自我效能、癌症相关知识方面有积极的影响。但武洁等^[23]指出一对一支持需要双方文化水平、宗教信仰、地域、沟通形式高度匹配,这些都是一对一同伴支持可能面临的难题。

3.1.2 同伴支持小组模式 同伴支持小组模式是指由经培训的癌症幸存者担任组长,围绕既定主题组织患者开展集体交流与互动,以促进情感联结和情绪表达。杨蕾蕾等^[24]对肝门部胆管癌手术患者进行小组同伴支持,干预内容包括每周 1 次约 1 h 的主题交流活动,并结合微信交流群及面对面指导等形式。结果显示,小组支持模式可缩短患者康复进程,让患者感知到更多社会支持,增强患者自我管理效能及心理复原力。张燕等^[25]组织 5~6 名患者成立 1 个同伴互助小组,同时推选 1 名组长,对出院的胃癌术后患者进行每周一次的小组微信视频互动,以及 1 次/2 周的线下联谊活动,共开展 4 次。结果显示,互助小组式同伴支持饮食管理可提高胃癌术后患者自我饮食管理,改善其术后营养状况。徐菲等^[26]的研究指出,在不同同伴支持模式中,接受小组支持的患者人数较多,患者多希望采用面对面结

合微信/电话的方式且青睐于 1 次/1~2 周的干预频率。

3.2 线上模式 随着互联网技术的发展,线上同伴支持逐渐成为癌症患者获取心理支持的重要方式。一项为期 8 周的基于网络的团体同伴支持干预研究^[27]显示,该线上支持干预方式很受青年癌症患者欢迎,并对缓解其心理状态有积极效果。阎萍等^[7]基于微信平台对鼻咽癌患者进行同伴支持干预,干预内容包括朋友圈打卡、微信群解疑解惑以及 1 次/月的视频交流。结果显示,该模式能改善患者口腔黏膜反应和癌因性疲乏程度,可提升患者自护能力和放疗依从性。陆小倩等^[28]采用“互联网+”平台管理结合同伴支持护理对乳腺癌患者进行干预,以线上视频、线下座谈会、上门随访等方式进行同伴支持教育。结果显示,该模式同伴支持对乳腺癌患者应用效果较好,能明显降低患者病耻感,提高患者自我效能和生活质量。Kosugik 等^[29]研究表明频繁参与线上同伴支持的患者,其孤独感水平相对较低。刘蕾等^[30]的研究同样证明,同伴支持通过促进情感交流与产生共鸣,使患者的孤独感和病耻感明显降低,其心理社会适应水平得到改善。李辉等^[31]指出,同伴支持者分享积极应对经验和成功调试案例,可通过榜样效应提升直肠癌造口患者的自我效能感,促进积极应对策略的采用,从而缓解抑郁情绪并提高治疗依从性。但有研究^[26]指出,线上同伴支持存在患者获得的支持感不足和需要注意伦理及隐私问题。因此,线上同伴支持仅可作为线下同伴支持形式的补充,不宜取代线下支持单独进行。

4 同伴支持存在的问题

4.1 招募和维持同伴支持志愿者困难 同伴支持者多由癌症幸存者担任,其在承担支持角色的同时,仍需应对自身疾病经历及生活压力。韩露等^[32]指出,同伴支持者常因情绪调节不佳和需求超出能力而导致信心不足等因素常导致同伴支持志愿者招募困难。虽然同伴支持志愿者角色带来许多好处,包括提高自尊、自主权和使命感,但他们也面临着诸多挑战^[33]。已有研究^[34]表明,同伴支持者经常在情绪压力大的环境中工作,经常暴露于悲痛、创伤和社会孤立中且常因工作职责和任务没有明确界定,导致工作满意度不高。长期暴露于负性情绪情境、较低的角色满意度以及缺乏必要的财政支持使同伴支持志愿者中途流失率高,难以维持。对此,医务人员可以通过建立与同伴支持志愿者之间的联结,并持续提供心理支持与积极的反馈激励,增强其成就感与自我效能感,减少流失。

4.2 同伴支持培训体系有待规范 同伴支持志愿

者的系统化培训是保障干预安全性与有效性的关键条件。缺乏系统的疾病知识和沟通技能的同伴支持者,若仅依赖个人抗癌经历或网络碎片化信息开展支持,可能向患者传递不准确甚至误导性信息^[35]。现有研究^[13]表明,未经培训的线上同伴支持不仅难以缓解患者心理压力,反而可能加重其焦虑与不确定感。研究^[36]指出,应将疾病知识、沟通与倾听技巧、心理支持方法以及伦理与角色边界作为同伴支持培训的核心内容。但也有研究^[37]表明,过度标准化的培训和严格的遴选机制虽有助于统一服务质量,但可能降低志愿者参与意愿,限制项目的灵活性与可及性,影响推广和本土化应用。因此,同伴支持培训方案应在标准化与本地化之间寻求平衡,根据不同社会文化背景和患者需求进行适度调整,以实现专业性与实用性的统一。

4.3 同伴支持匹配受限 癌症患者的支持需求具有显著的个体差异性,其差异与年龄、家庭角色、疾病分期、治疗方式及心理状态等多种因素密切相关^[38]。研究^[39]表明,同伴支持的干预效果在很大程度上取决于支持者与被支持者在疾病经历、治疗阶段或心理状态等方面的匹配程度。然而,由于癌症分期复杂、治疗方式多样,且患者在疾病过程中需求随时间发生变化,精准匹配在实施中面临较大挑战。加拿大的一项横断面调查^[40]显示,超过75%的癌症患者渴望获得同伴支持,但41%的患者未曾获得同伴支持,在未获得同伴支持者中,约72%的患者将原因归因于缺乏与自身情况相匹配的同伴支持者,提示匹配不足是限制同伴支持可及性的重要因素。对此,Brodar等^[37]指出,医务人员可通过对患者和同伴支持者的基本疾病特征、治疗阶段及心理状况进行评估,以提高支持关系的适配性。匹配程度较高的支持关系更有助于促进有效沟通并提升支持满意度。

4.4 同伴支持可能会存在潜在风险 同伴支持在发挥积极作用的同时,亦可能产生一定的风险与挑战。在同伴支持情境中,部分患者在与他人比较自身健康状况时,若感知处于相对不利位置,可能诱发消极情绪反应并导致情绪低落^[41]。研究^[33]表明,同伴支持者多为癌症幸存者,当被支持者病情恶化或去世时,易诱发其既往疾病经历相关的负性情绪,产生情绪耗竭甚至“二次心理创伤”,进而影响心理健康和持续服务意愿。因此,在同伴支持过程中需定期对患者进行心理疏导与支持。此外,在数字媒介广泛应用背景下,社交媒体成为患者获取同伴支持的重要渠道,但Lazard等^[42]研究表明,平台中消极内容、过度披露或骚扰性信息可能增加参与者的情

绪负担并带来潜在风险。因此,有必要在同伴支持体系进行平台管理,并在需要时为患者提供心理保障,从而预防不良网络环境的形成。

5 小结

同伴支持在缓解癌症患者负性情绪、增强心理适应能力及提升治疗依从性等方面具有积极作用,是肿瘤护理中重要的心理支持形式。然而,其在实际实施中仍面临志愿者招募与维持困难、培训与匹配机制不完善以及潜在心理风险等问题。未来,应在科学管理框架下,完善同伴支持志愿者的培训与心理保障机制,优化基于多维特征的精准匹配模式,并整合线下一对一支持、小组支持与线上平台等多种形式,构建灵活、可持续的多元融合型同伴支持体系,以更好地满足癌症患者多样化、长期化的心理支持需求,为临床护理实践提供可行路径。

【关键词】 癌症;同伴支持;同伴互助

DOI:10.3969/j.issn.2097-1826.2026.03.024

【中图分类号】 R473.73 【文献标识码】 A

【文章编号】 2097-1826(2026)03-0100-04

【参考文献】

- [1] BRAY F, LAVERSANNE M, SUNG H, et al. Global cancer statistics 2022; GLOBOCAN estimates of incidence and mortality worldwide for 36 cancers in 185 countries[J]. CA Cancer J Clin, 2024, 74(3): 229-263.
- [2] 傅敏, 柳家贤, 庄红花, 等. 数字叙事在慢性病领域的应用现状及研究进展[J]. 军事护理, 2026, 43(1): 28-30, 35.
- [3] WANG S, HUA Y, ZHANG Y, et al. Trajectories and influencing factors of social anxiety in postoperative breast cancer patients [J/OL]. [2025-07-03]. <https://link.springer.com/article/10.1186/s12888-024-05770-8>. DOI:10.1186/s12888-024-05770-8.
- [4] 陈世丽, 刘海燕, 谭玉琴, 等. 叙事护理对改善初诊恶性肿瘤患者负性情绪及睡眠质量的效果研究[J]. 军事护理, 2025, 42(11): 30-33, 47.
- [5] 刘书慧, 胡德英, 何春燕, 等. 癌症患者心理危机现状及影响因素分析[J]. 护理学杂志, 2026, 41(1): 103-107.
- [6] GU Z H, QIU T, YANG S H, et al. A study on the psychological factors affecting the quality of life among ovarian cancer patients in China[J]. Cancer Manag Res, 2020(12): 905-912.
- [7] 阎萍, 范昱宏, 王利果, 等. 基于微信平台的同伴支持对鼻咽癌放疗患者心理弹性、因性疲乏及放疗依从性的影响[J]. 临床心身疾病杂志, 2023, 29(4): 48-54.
- [8] 韩孝萱, 许翠萍, 张超, 等. 同伴支持对癌症患者复发恐惧影响的研究进展[J]. 护理学杂志, 2023, 38(23): 116-120.
- [9] 张嘉欣, 郑乔木, 周菁鑫, 等. 同伴支持在早产儿父母中的研究进展[J]. 中华护理杂志, 2022, 57(2): 245-251.
- [10] 仲学锋. 基于社会支持理论的糖尿病自我管理研究进展[J]. 中国健康教育, 2021, 37(12): 1117-1120.
- [11] HORSBURGH J, IPPOLITO K. A skill to be worked at: using social learning theory to explore the process of learning from role models in clinical settings[J/OL]. [2025-07-03]. <https://>

- link.springer.com/article/10.1186/s12909-018-1251-x. DOI: 10.1186/s12909-018-1251-x.
- [12] WANG R, ZHOU C, WU Y, et al. Patient empowerment and self-management behavior of chronic disease patients: a moderated mediation model of self-efficacy and health locus of control [J]. *J Adv Nurs*, 2022, 78(4): 1055-1065.
- [13] HU J, WANG X, GUO S, et al. Peer support interventions for breast cancer patients: a systematic review [J]. *Breast Cancer Res Treat*, 2019, 174(2): 325-341.
- [14] Mental Health Commission of Canada. Guidelines for the practice and training of peer support [EB/OL]. [2025-07-13]. <https://mentalhealthcommission.ca/guidelines/mentalhealth/guidelines-for-the-practice-and-training-of-peer-support/>.
- [15] 葛庆青, 陈鸿尔, 陈巍阳, 等. 医院糖尿病同伴支持团队的组建与管理 [J]. *重庆医学*, 2016, 45(22): 3162-3164.
- [16] 王婷婷, 曾庆霞, 孙雨晨. 乳腺癌同伴支持志愿者培育循环圈的临床应用效果 [J]. *当代护士*, 2024, 31(26): 91-95.
- [17] 焦杰, 年伟艳, 武佩佩, 等. 同伴支持在国内癌症患者中应用的文献计量分析 [J]. *天津护理*, 2020, 28(4): 421-425.
- [18] 李丽君. 同伴支持干预对青年癌症患者心理痛苦的影响研究 [D]. 长沙: 中南大学, 2024.
- [19] VALJANOW A, WEIS J. One-to-one peer-coaching for patients with cancer results of a pilot study [J/OL]. [2025-07-03]. <https://link.springer.com/article/10.1186/s12909-018-1251-x>. DOI: 10.1186/s12909-018-1251-x.
- [20] JANSEN B A, BARGON C A, DINGER T L, et al. Breast cancer patients' needs and perspectives on a one-on-one peer support program: quantitative and qualitative analyses [J/OL]. [2025-07-03]. <https://link.springer.com/article/10.1007/s00520-023-08009-6>. DOI: 10.1007/s00520-023-08009-6.
- [21] 江丽玲, 刘朝霞, 廖莹, 等. 接受同伴支持乳腺癌患者体验的质性研究 [J]. *赣南医学院学报*, 2021, 41(11): 1106-1110, 1131.
- [22] KIEMEN A, CZORNIK M, WEIS J. How effective is peer-to-peer support in cancer patients and survivors? A systematic review [J]. *J Cancer Res Clin Oncol*, 2023, 149(11): 9461-9485.
- [23] 武洁, 张培莉, 侯晓雅, 等. 同伴支持在肿瘤患者营养管理中的研究进展 [J]. *护理学报*, 2024, 31(18): 30-34.
- [24] 杨蕾蕾, 王玉美, 冷丽娜, 等. 同伴支持小组模式干预对肝门部胆管癌手术患者术后康复及预后的影响 [J]. *空军航空医学*, 2025, 42(1): 92-96.
- [25] 张燕, 康楠, 史晓霞, 等. 互助小组式同伴支持饮食管理对胃癌术后患者营养状况的影响 [J]. *中国实用护理杂志*, 2022, 38(13): 986-991.
- [26] 徐菲, 何惠萍, 刘金炜. 同伴支持方式对妇科肿瘤患者社会支持与希望水平的影响研究 [J]. *医院管理论坛*, 2020, 37(5): 118-120, 108.
- [27] LI L, DUAN Y, CAO H, et al. Effect of group online-based peer support intervention on psychological distress of adolescent and young adult cancer patients: a randomized controlled trial [J/OL]. [2025-07-04]. <https://link.springer.com/article/10.1007/s00520-024-08765-z>. DOI: 10.1007/s00520-024-08765-z.
- [28] 陆小倩, 朱婕妤. “互联网+”平台管理结合同伴支持对乳腺癌根治术患者病耻感、自我效能及生活质量的影响 [J]. *国际护理学杂志*, 2022, 41(23): 4413-4416.
- [29] KOSUGI K, NISHIGUCHI Y, MIURA T, et al. Association between loneliness and the frequency of using online peer support groups among cancer patients with minor children: a cross-sectional web-based study [J]. *J Pain Symptom Manage*, 2021, 61(5): 955-962.
- [30] 刘蕾, 查莹娟, 田蓉蓉. 同伴支持护理模式对宫颈癌患者心理状态的影响 [J]. *中国社区医师*, 2025, 41(22): 112-114.
- [31] 李辉, 吴艳芳. 基于同伴支持的延续护理模式对直肠癌永久性结肠造口术患者的效果 [J]. *国际护理学杂志*, 2023, 42(8): 1517-1522.
- [32] 韩露, 李金花, 肖羽乔, 等. 同伴支持在乳腺癌生育忧虑患者中的应用进展 [J]. *中国护理管理*, 2023, 23(10): 1564-1568.
- [33] QUE W Q, ZHAO J Y, TANG J, et al. Peer supporters' experience of supporting cancer Patients: a Meta-synthesis [J]. *Cancer Nurs*, 2024, 47(5): E336-E347.
- [34] KANE L, WALKER L, EBERHARDT J, et al. A qualitative exploration of peer supporters' experiences of undertaking a co-produced mental health and emotional well-being training programme [J/OL]. [2025-07-13]. <https://onlinelibrary.wiley.com/doi/10.1111/hex.70084>. DOI: /10.1111/hex.70084.
- [35] KALLIO R, JONES M, PIETILÄ I, et al. Perspectives of oncology nurses on peer support for patients with cancer [J/OL]. [2025-07-13]. [https://www.ejoncologynursing.com/article/S1462-3889\(21\)00031-4/abstract](https://www.ejoncologynursing.com/article/S1462-3889(21)00031-4/abstract). DOI: 10.1016/j.ejon.2021.101925.
- [36] 王进, 杨艺. 加拿大同伴支持在护理学领域中的培训现状及启示 [J]. *中国护理管理*, 2020, 20(12): 1911-1914.
- [37] BRODAR K E, CARLISLE V, TANG P Y, et al. Identification and characterization of peer support for cancer prevention and care: a practice review [J]. *J Cancer Educ*, 2022, 37(3): 645-654.
- [38] ZHU H, YANG L, YIN H, et al. The influencing factors of psychosocial adaptation of cancer patients: a systematic review and Meta-analysis [J/OL]. [2025-07-13]. <https://pmc.ncbi.nlm.nih.gov/39291133/>. DOI: 10.1177/11786329241278814.
- [39] KNAAPEN L, LAIZNER A M, AGNEW K, et al. Who is your ideal peer mentor? A qualitative study to identify cancer patient preferences for a digital peer support app [J/OL]. [2025-7-13]. <https://link.springer.com/article/10.1007/s00520-025-09262-7>. DOI: 10.1007/s00520-025-09262-7.
- [40] BENDER J L, PURI N, SALIH S, et al. Peer support needs and preferences for digital peer navigation among adolescent and young adults with cancer: a Canadian cross-sectional survey [J]. *Curr Oncol*, 2022, 29(2): 1163-1175.
- [41] JABLOTSCHKIN M, BINKOWSKI L, MARKOVITS HOOPII R, et al. Benefits and challenges of cancer peer support groups: a systematic review of qualitative studies [J/OL]. [2025-07-18]. <https://onlinelibrary.wiley.com/doi/10.1111/ecc.13700>. DOI: 10.1111/ecc.13700.
- [42] LAZARD A J, COLLINS M K R, HEDRICK A, et al. Using social media for peer-to-peer cancer support: interviews with young adults with cancer [J/OL]. [2025-07-18]. <https://cancer.jmir.org/2021/3/e28234>. DOI: 10.2196/28234.