

耳鼻咽喉头颈外科住培生心理素质 影响因素及意义探究

谢天宏, 王世飞

遵义医科大学附属医院耳鼻咽喉科 贵州 遵义 563000

[摘要]该论文深入探讨耳鼻咽喉头颈外科住培生的心理素质问题。该学科因解剖结构精细复杂、疾病种类繁多且病情多变,加之患者对治疗效果期望高,致使住培生面临极大心理挑战。其心理素质受多方面因素影响,包括工作环境中的高强度工作负荷、复杂病情与紧急状况;人际关系里的医患沟通不畅及同事与上级关系处理难题;职业发展上的专业技能提升困境、激烈就业竞争与职业规划迷茫。良好心理素质有助于住培生开展临床工作、构建医患信任,反之则易引发焦虑、抑郁等心理问题,损害身心健康,降低培训质量。关注并改善住培生心理健康,对提高培训质量至关重要。

[关键词]耳鼻咽喉头颈外科;住培生;心理素质;影响

[中图分类号] R76 **[文献标识码]** A **[文章编号]** 1687-9534(2025)-0027-97 **[收稿日期]** 2025-05-19

在医学领域中,耳鼻咽喉头颈外科占据着举足轻重的地位,作为一门关键的分支学科,其核心聚焦于耳、鼻、咽喉、气管、食管以及头颈部各器官的解剖结构、生理病理机制、疾病的精准诊断与鉴别诊断、科学有效的治疗方法选择、疾病转归情况的动态监测以及预后效果的准确评估等方面的研究^[1]。该学科以疾病种类繁多、诊疗技术复杂为显著特征。在此领域开展规范化培训(简称“规培”)的住培生,日常工作中需直面各种复杂病情与形形色色的患者,这不仅要求他们具备精湛的专业技能,更需拥有稳定且良好的心理素质,以便从容应对工作中的严峻挑战与巨大压力。相关研究数据表明,综合性医院临床医师中发现心理问题的比例高达

39.2%^[2],而外科系统临床医师的心理健康水平相较于社会公众人员,呈现出明显偏低的态势^[3]。随着医学模式从传统模式向生物-心理-社会医学模式的逐步转变,这一全新主流医学模式对医务人员的心理素质提出了更为严苛的要求。因此,高度重视耳鼻咽喉头颈外科住培生心理素质的影响因素,对于全面提升住培生综合素质、切实保障医疗质量与安全、有力推动医学事业持续健康发展而言,具有不可小觑的重要意义。

一、耳鼻咽喉头颈外科专业特点

(一) 解剖结构精细复杂与高风险手术

耳鼻咽喉头颈外科所涉及的解剖结构,其精细复杂程度堪称医学领域的典范。手术操作区域极为局限,且紧密毗邻众多对人体

生命活动至关重要的神经、血管以及器官。在耳部，听小骨链由锤骨、砧骨和镫骨组成，它们相互协作，以极为精细的方式完成声音的传导，任何微小的结构改变都可能影响声音的传递效率；面神经管内的面神经，支配着面部表情肌的运动，一旦受损，面部表情将出现严重异常。在喉部，声带作为发声的关键结构，其振动频率和幅度的精确控制决定了声音的音色与音调；气管则是维持呼吸的重要通道，保证气体顺畅进出肺部。

在手术过程中，哪怕是极其细微的操作失误，都可能引发一系列严重的不良事件。例如，感音神经性听力损失，这是由于内耳的听觉感受器、听神经或听觉中枢等部位受损，导致声音信号无法正常传导和处理，患者会出现不同程度的听力减退甚至失聪；上气道梗阻导致的呼吸困难，引发机体缺氧，若不及时处理，可危及生命。这些严重后果不仅给患者的身体和心理带来难以承受的痛苦，也让住培生在手术操作时承受着巨大的心理负荷。

鉴于耳部解剖结构的高度精细性，住培生必须借助手术显微镜或耳内镜进行精细化操作。镜下耳部的细微结构得以清晰呈现，但操作空间的狭小以及结构的脆弱性，使得手术难度极大。操作稍有偏差，便极易损伤周围脆弱的神经及血管，进而对患者听力及面部神经功能造成不可逆损害。这种高风险的手术环境，易使住培生产生紧张、焦虑等负面情绪。而这些负面情绪又会进一步干扰他们的操作精准度，使手眼协调能力下降，

影响手术预后，形成恶性循环，严重时甚至可能影响住培生对手术操作的信心和职业发展的积极性。

（二）疾病种类繁多与病情复杂多变

耳鼻咽喉头颈外科涵盖的疾病种类极为繁杂，且病情复杂多变，同时，患者的临床表现常常缺乏典型性，给诊断和治疗带来了极大困难。这不仅要求住培生要具备扎实深厚的专业知识，还需拥有敏锐的临床观察力，能够从患者细微的症状和体征中捕捉到关键信息，从而准确判断病情。以鼻-鼻窦疾病为例，慢性鼻窦炎、鼻息肉、真菌性鼻窦炎等疾病，临床症状均可表现为鼻塞、流涕、头痛等。慢性鼻窦炎是鼻窦黏膜的慢性炎症，可由多种因素引起，如感染、过敏、鼻腔结构异常等，其病程较长，常呈间歇性或持续性发作；鼻息肉则是鼻腔和鼻窦黏膜的慢性炎性增生性病变，外观如荔枝肉样，可导致鼻腔通气障碍；真菌性鼻窦炎是鼻窦内真菌感染所致，根据真菌种类和侵袭力的不同，又可分为非侵袭性和侵袭性真菌性鼻窦炎。住培生需通过详细问诊，了解患者症状的发生时间、频率、加重或缓解因素等；进行全面体格检查，包括鼻腔、口腔、咽喉部等部位的检查，观察有无黏膜充血、肿胀、新生物等；以及借助精确的影像学检查，如鼻窦CT，清晰显示鼻窦的解剖结构、病变范围及程度等多维度综合分析，方可做出准确诊断。面对如此复杂病情，住培生常感困惑与无助，对自身诊断及治疗方案的准确性存疑，这种担忧易滋生心理压力。若不能及时、准确诊

断及治疗，可能导致病情进展，如慢性鼻窦炎可能引发鼻息肉，真菌性鼻窦炎若为侵袭性，可侵犯眼眶、颅内等重要结构，加重患者痛苦，进而进一步加重住培生心理负担，使其陷入自责与焦虑状态，影响其临床思维的建立和诊疗能力的提升。

（三）患者高期望与治疗效果的落差

该学科的患者通常对治疗效果抱有极高期望，尤其是在面部外观以及语言、听力等关键功能的恢复方面。以喉癌患者为例，喉部是人体重要的发声和呼吸通道，患者期望通过手术能够成功保留喉部功能，恢复正常的语言和吞咽能力，重新回归正常生活，参与社交活动、工作和家庭生活。耳部疾病患者则迫切渴望恢复听力，听力的缺失严重影响他们与外界的沟通交流，限制了生活的便利性和社交圈子，改善听力能显著提升他们的生活质量，摆脱因听力障碍带来的诸多困扰。然而，由于疾病本身的复杂性以及手术技术存在的固有局限性，现实往往难以尽如人意，并非所有患者都能如愿达到理想的治疗效果。疾病的复杂性体现在多种因素相互交织，如肿瘤的分期、患者的基础健康状况、是否存在其他并发症等；手术技术的局限性则包括手术器械的精度、手术视野的暴露程度、病变部位的特殊解剖结构等。当患者对治疗效果感到不满时，其不满情绪可能会直接指向住培生，对住培生产生质疑与指责，甚至可能引发医患矛盾。这种情形会让住培生对自己的职业能力产生怀疑，自信心遭受严重打击，对其心理健康造成极大负面影响，

使其陷入自我否定的困境，工作积极性也会受到严重挫伤，甚至可能影响其对医学事业的热情和坚持。

二、耳鼻咽喉头颈外科住培生心理素质影响因素分析

（一）工作环境与任务压力

1. 高强度工作负荷

耳鼻咽喉头颈外科住培生在培训期间，肩负着极为繁重的临床工作任务，工作强度大。其工作时间显著延长，除常规工作日外，频繁值夜班成为常态。在部分医院，住培生每周工作时长远远超标准的 40 小时。长时间的连续工作，极易引发住培生强烈的疲劳感，不仅严重损害其身心健康，还会显著降低工作效率。值夜班对住培生的身心极限构成严峻挑战。夜班不仅打乱住培生正常的作息节律，还使其在夜间始终处于高度紧张的状态，时刻准备应对各类突发状况。频繁的夜班工作导致住培生严重睡眠不足，进而引发一系列身体问题，如身体极度疲劳、注意力难以集中、记忆力明显减退等。长期睡眠不足还会致使免疫力大幅下降，增加患病风险。在患者数量较多时，住培生需同时处理多个患者的不同问题，如耐心解答患者的各类疑问、迅速处理患者的突发状况等，工作任务愈发繁重。这种高强度的工作负荷，极易使住培生产生焦虑情绪，他们时刻担忧自身无法胜任如此繁重的工作，进而影响患者的治疗效果。这种焦虑情绪如影随形，严重影响他们的日常工作与生活。

2. 复杂病情与紧急情况

面对复杂多变的耳鼻咽喉头颈外科疾病，住培生常陷入困惑与迷茫。以梅尼埃病为例，其主要症状包括发作性眩晕、波动性听力下降、耳鸣和耳闷胀感。然而，这些症状并非梅尼埃病所特有，其他内耳疾病也可能出现类似表现。这就要求住培生具备敏锐的洞察力和丰富的临床经验，进行细致的鉴别诊断。在此过程中，住培生可能因担忧自身诊断和治疗方案的正确性而承受巨大的心理压力。

在临床工作中，耳鼻咽喉头颈外科常面临各种紧急情况，如气道梗阻等。气道梗阻是一种紧急解决的疾病，患者可能瞬间出现呼吸困难、窒息等危及生命的症状。这就要求住培生立即进行处理，如争分夺秒地进行气管插管、气管切开等操作。这些紧急情况对住培生的应急处理能力和心理素质构成巨大考验，稍有不慎，就可能导致患者生命危险。这使得住培生在面对这些情况时，极易产生紧张、恐惧等强烈情绪，内心承受着巨大的煎熬。

（二）人际关系压力

1. 医患关系紧张

在耳鼻咽喉头颈外科的临床工作中，医患沟通不畅是较为普遍的问题，对住培生的心理产生了极为负面的影响。研究表明，当医患沟通出现障碍时，医师的焦虑情绪程度会显著加深^[4]。由于耳鼻咽喉头颈部位的疾病往往较为复杂，患者对疾病的认知严重不足，导致在沟通时，患者很难理解医生的解释和治疗方案，从而出现沟通障碍。例如，在向患者解释鼻内镜手术的原理和风险时，

患者可能因缺乏医学知识，对手术过程充满恐惧和疑虑，对住培生的解释表示怀疑或不理解。这会让住培生感到挫败和无奈，内心充满无力感。部分疾病的治疗效果可能受到多种因素的限制，如疾病的严重程度、患者的个体差异等，并非所有患者都能达到理想的治疗效果。当患者的期望未能实现时，他们可能会将不满情绪发泄到住培生身上，对住培生进行指责和抱怨，使住培生陷入极为尴尬和压力巨大的境地。在医疗纠纷中，住培生可能会承受来自各方面的巨大压力，如医院的要求、患者的诉求等，这对他们的心理素质无疑是极大的考验，甚至可能会让他们对自己的职业选择产生动摇。

2. 同事与上级关系处理

不同背景的住培生，由于教育经历和思维方式的差异，在交流与合作过程中，难免出现误解和冲突。在讨论病例时，住培生可能对病情的诊断和治疗方案产生不同看法。若不能进行有效的沟通和协调，就容易引发矛盾。这种矛盾不仅会破坏团队的和谐氛围，还会给住培生带来沉重的心理压力，使他们在团队中感到孤立无援。

上级医生通常具有丰富的临床经验和较高的专业水平，对住培生的要求较为严格。住培生可能因担心自己的表现不能满足上级的期望而感到紧张和焦虑，时刻处于高度紧张的状态。在上级医生查房时，住培生需要准确汇报患者的病情和治疗情况。若出现错误或回答不上问题，可能会受到上级的批评，这会让住培生感到沮丧和失落，自信心受到

严重打击。此外，在职业发展方面，住培生可能会担忧上级对自己的评价会对自己的未来发展产生决定性影响，如晋升、进修等重要机会。这种担忧使他们产生沉重的心理负担，影响他们在工作中的表现和积极性。

（三）职业发展压力

1. 专业技能提升困难

耳鼻咽喉头颈外科是一门专业性极强的学科，对住培生的专业技能要求极高。在解剖学方面，耳部的解剖结构精细复杂，中耳内的听小骨、面神经等结构微小且位置极为重要，任何手术操作都必须精准无误，否则可能导致听力丧失、面瘫等严重后果，这对住培生的操作精准度提出了较高的要求。该学科涉及听觉、平衡觉、嗅觉等多种感觉功能以及呼吸、发音、言语、吞咽等多种运动功能，这就要求住培生具备扎实深厚的专业知识和丰富的临床经验。对于经验不足的住培生而言，无疑是一项巨大的挑战。在手术操作技能方面，住培生面临着诸多困难。耳鼻咽喉头颈外科的手术往往在狭小的空间内进行，如鼻窦手术需在鼻腔内狭小的空间中进行，喉癌手术需在喉部狭小的空间内进行肿瘤切除和功能重建。这对住培生的手眼协调能力和操作精细度要求极高。手术中还需使用各种医疗设备，如耳内镜、鼻内镜、显微镜等，这些设备的操作需要一定的技巧和经验，住培生需要花费大量的时间和精力去学习和掌握。在这一过程中，住培生可能因操作不熟练，导致手术时间延长，增加患者的痛苦和手术风险。面对这些专业技能提升

的重重困难，住培生可能会产生焦虑、自卑等心理压力。他们担忧自己无法掌握这些复杂的技能，无法胜任临床工作，从而对自己的职业发展产生深深的忧虑。这种心理压力若得不到及时缓解，可能会逐渐侵蚀住培生的学习积极性和临床实践能力，甚至导致他们对自己的职业选择产生怀疑，陷入迷茫和困惑之中。

2. 就业竞争与职业规划迷茫

心理问题是新时代医学生择业、就业中需要格外注意的问题^[5]。当前，随着医疗行业的蓬勃发展，对耳鼻咽喉头颈外科专业人才的需求不断增长。然而，也面临着异常激烈的就业竞争。各大医学院校为满足社会对医学人才的需求，不断扩大招生规模，使得耳鼻咽喉头颈外科专业的毕业生数量逐年攀升。而医院的招聘岗位却极为有限，尤其是一些大型三甲医院，对人才的要求极高。不仅要求应聘者具备扎实深厚的专业知识和丰富的临床经验，还对学历、科研能力等方面有较高要求。这使得住培生在就业市场上面临着巨大的竞争压力，他们需要与众多毕业生展开激烈角逐，争夺有限的岗位。他们时刻担心自己无法找到理想的工作，未来一片迷茫。

住培生在制定职业规划时往往面临诸多困难。他们缺乏对自身优势和劣势的清晰认识，既不清楚自己的兴趣和特长所在，也不了解行业的发展趋势和就业市场的需求。一些住培生可能认为自己在临床技能方面比较突出，但对科研工作也有一定兴趣，却不知

道该如何在两者之间做出选择，陷入两难的困境；还有一些住培生可能对耳鼻咽喉头颈外科的某一亚专业领域感兴趣，但不确定该领域的发展前景如何，这种不确定性让他们在制定职业规划时感到困惑和迷茫，难以迈出坚定的步伐。

三、心理素质对住培生的影响

（一）对临床工作表现的影响

在耳鼻咽喉头颈外科的临床实践中，心理素质是影响住培生诊断与治疗精准度的关键因素。临床专硕住培生因需兼顾临床实践与科研任务，相较于其他住培生，更易滋生焦虑、苦闷等负面心理状态^[6]。从神经心理学角度分析，良好的心理素质能够促使住培生在面对复杂病情时，有效激活大脑前额叶皮质的执行控制功能，保持冷静且专注的认知状态，最大程度排除外界干扰。这一过程有助于其更精准地收集临床资料，运用专业知识进行综合分析，从而做出准确的疾病诊断，并制定科学合理的治疗方案。在手术操作环节，稳定的心理素质可调节住培生的交感神经与副交感神经平衡，维持手部肌肉的精细控制，确保手术操作的精准性与稳定性。在制定治疗方案时，充分考量患者的病情、身体状况及个人需求，选择最为适宜的治疗手段。在手术过程中，凭借稳定的心态，精确操控手术器械，按照既定手术步骤，顺利完成每一个关键操作，极大提高手术成功率。反之，心理素质欠佳的住培生在面对复杂病情时，大脑边缘系统过度激活，引发紧张、焦虑等情绪反应，干扰大脑高级认知功能，

导致思维逻辑混乱、判断失误，进而在诊断与治疗过程中出现偏差。

（二）对医患沟通的影响

构建和谐医患关系是保障临床治疗得以顺利推进的核心要素，而良好的心理素质则是搭建医患信任桥梁的基石。由于患者对疾病相关知识的匮乏以及对治疗预后的不确定性，极易产生焦虑、紧张等负面情绪，这些情绪往往是导致医患沟通障碍的重要诱因^[7]。从心理学角度而言，心理素质良好的住培生具备敏锐的情绪感知能力，能够及时捕捉患者的情绪变化。通过运用有效的沟通技巧，如耐心倾听患者诉求、使用温和且通俗易懂的语言解释病情与治疗方案、展现关切的态度等，激活患者大脑中的奖励系统，使其感受到被尊重与关怀，从而有效缓解不良情绪，增强对后续检查与治疗的依从性。例如，当喉部疾病患者因担忧手术对发声功能产生影响而焦虑不安时，心理素质良好的住培生能够从专业角度出发，详细且耐心地向患者讲解手术的具体流程、采用的先进技术以及预期的治疗效果，同时运用积极的语言给予患者心理支持，帮助其树立战胜疾病的信心。这种以患者为中心的沟通模式能够显著提升患者对住培生的信任度，使患者更愿意主动配合治疗，从而促进治疗过程的顺利进行。相反，若住培生心理素质不佳，在与患者沟通时缺乏耐心与同情心，可能会加剧患者的焦虑情绪，破坏医患之间的信任关系，导致患者对治疗方案的依从性降低，最终影响治疗效果。

（三）对自身身心健康的影响

耳鼻咽喉头颈外科住培生长期处于高强度、高压力的培训环境中，面临复杂病情的诊断挑战与繁重的工作任务，极易诱发各类心理问题，其中焦虑与抑郁是较为常见的临床表现。流行病学研究显示，当前我国医生群体中，焦虑情绪的发生率相对较高^[8]。在高压情境下，住培生体内的应激激素如皮质醇等分泌增加，长期处于高水平状态可对神经内分泌系统、免疫系统等产生不良影响，导致焦虑、抑郁等情绪障碍的发生风险显著升高。持续的心理压力还可能引发职业倦怠，使住培生对工作的热情与动力逐渐消退。从心理学理论分析，职业倦怠是个体在长期工作压力下，因无法有效应对而产生的一种身心耗竭状态，表现为情感衰竭、去个性化和低成就感。在这种状态下，住培生对工作产生消极认知，将工作视为机械重复的任务，缺乏内在价值感。在临床工作中，可能会对患者表现出冷漠、缺乏耐心等态度，不仅影响医疗服务质量，还会进一步加重自身的心理负担，形成恶性循环，对其身心健康造成严重威胁。

总之，耳鼻咽喉头颈外科住培生的心理素质受到诸多因素的影响，比如临床工作、人际关系、职业发展、高强度工作负荷、复杂病情和紧急情况的应对等，这些因素使得住培生在工作中承受着巨大的身体和心理压力，进一步导致住培生产生焦虑、抑郁、职业倦怠等心理问题，进而影响他们的身体健康，出现免疫力下降、睡眠问题等。同时，

医学职业的高风险、高压以及对患者生命健康的重大责任，要求住培生必须具备良好的心理素质，以应对各种复杂的临床情况。因此，关注住培生的心理健康，减轻他们的心理压力，保障他们的身体健康，对提高住培生的培训质量具有非常重要的社会意义。

基金项目：2022 年度遵义医科大学教改项目“校级第二批课程思政与思政课程改革试点建设项目”（XJKCSZ003）。

作者简介：谢天宏，（1978-），男，贵州凤冈人，苗族，硕士，遵义市遵义医科大学附属医院耳鼻咽喉科副主任医师，研究方向：鼻科疾病的基础与临床研究；王世飞，（1970-），男，贵州余庆人，硕士，遵义医科大学附属医院耳鼻咽喉科教授（通讯作者），硕士研究生导师，研究方向：鼻科疾病的基础与临床研究。

参考文献：

- [1] 雍军, 李林格, 王松, 等. 基于临床路径的案例教学法在耳鼻咽喉头颈外科学实践教学中的应用[J]. 新疆医学, 2019, 49(2): 208-212.
- [2] 林美琴, 曾长佑, 陈洁. 医务人员心理健康与工作满意度研究[J]. 中国健康教育, 2014, 30(2): 148-150.
- [3] 童修伦, 童恋茹, 李世朝. 临床外科医生心理健康调查分析[J]. 实用临床医学, 2017, 18(6): 94-96.
- [4] 陈志红, 杨丽芳. 临床医师职业相关心理问题探析[J]. 医学与哲学, 2019, 40(20): 59-

62.

[5]张倩, 蒋冰凝. 高校医学毕业生就业心理
影响因素调查[J]. 合作经济与科技, 2023, (1
8): 82-83.

[6]程雯, 王京, 霍彬. 临床医学研究生心理
压力调查与研究[J]. 继续医学教育, 2012, 2
6(7): 29-31.

[7]梁慧, 姚晓娟. 心理归因机制对优化医患
沟通策略的影响[J]. 中国医学人文, 2024, 10
(05): 12-17.

[8]黄丽素, 张拥军, 吴洁, 等. 我国医生的心
理状况 Meta 分析[J]. 医学与哲学(临床决策
论坛版), 2011, 32(5): 63-64.

Exploration of the Influencing Factors and Significance of the Psychological Quality of Residents in Otolaryngology Head and Neck Surgery

Xie Tianhong, Wang Shifei

Department of Otolaryngology, Affiliated Hospital of Zunyi Medical University, Zunyi
563000, Guizhou Province, China

Abstract: This paper deeply explores the psychological quality issues of residents in otolaryngology head and neck surgery. Due to the fine and complex anatomical structure, a wide variety of diseases, and the changeable condition of diseases in this discipline, coupled with the high expectations of patients for the treatment effect, residents are faced with great psychological challenges. Their psychological quality is affected by various factors, including the high-intensity workload, complex medical conditions, and emergency situations in the working environment; the problems in doctor-patient communication in interpersonal relationships and the difficulties in handling relationships with colleagues and superiors; and the dilemmas in improving professional skills, the fierce employment competition, and the confusion in career planning in terms of career development. Good psychological quality helps residents to carry out clinical work and build doctor-patient trust. On the contrary, poor psychological quality is likely to trigger psychological problems such as anxiety and depression, damage physical and mental health, and reduce the quality of training. Paying attention to and improving the mental health of residents is crucial for improving the quality of training.

Keywords: Otolaryngology Head and Neck Surgery; Residents; Psychological Quality; Influence