

循证护理对乳腺癌改良根治术后患者 上肢功能锻炼依从性及生活质量的影响

谢 伟, 吕芳彩, 曹 敏

(江苏省新沂市人民医院 肿瘤外科, 江苏 新沂, 221400)

摘 要: **目的** 探讨循证护理对乳腺癌改良根治术后患者上肢功能锻炼依从性及生活质量的影响。**方法** 选取 2014 年 1 月—2016 年 2 月肿瘤外科收治的乳腺癌患者 70 例, 随机分为循证组和常规组, 各 35 例。常规组实施常规护理措施, 循证组在常规组基础上给予循证护理模式。观察 2 组患者术后上肢功能锻炼依从性, 对比护理干预前后 2 组健康调查简表 (SF-36) 评分。**结果** 循证组患者上肢功能锻炼依从率为 94.29% (33/35), 高于对照组的 74.29% (26/35), 差异有统计学意义 ($P < 0.05$)。与护理前相比, 2 组护理后的 SF-36 量表各维度评分均提高, 且循证组高于常规组, 差异均有统计学意义 ($P < 0.05$); 2 组护理前后的生活质量各维度评分均低于国内常模, 差异有统计学意义 ($P < 0.05$)。**结论** 循证护理模式可有效提高乳腺癌改良根治术后患者上肢功能锻炼的依从性, 改善患者的生活质量。

关键词: 循证护理; 乳腺癌; 改良根治术; 依从性; 生活质量

中图分类号: R 473.73 **文献标志码:** A **文章编号:** 2096-0867(2016)10-040-03 DOI: 10.11997/nitcwm.201610013

Effect of evidence-based nursing on functional exercise compliance and quality of life in patients with breast cancer after modified radical mastectomy

XIE Wei, LV Fangcai, CAO Min

(Department of Oncological Surgery, Xinyi People's Hospital, Xinyi, Jiangsu, 221400)

ABSTRACT: Objective To investigate the effect of evidence-based nursing on functional exercise compliance and quality of life in patients with breast cancer after modified radical mastectomy. **Methods** A total of 70 patients with breast cancer after modified radical mastectomy were selected and randomly divided into the evidence-based group and routine group, with 35 cases in each group. Both two groups received routing nursing care, and the evidence-based group was given evidence-based nursing interventions. The compliance to upper limbs exercise was observed, and the quality of life was assessed by 36-item short-form health survey questionnaire (SF-36) before and after intervention. **Results** The compliance rate of functional exercise in the evidence-based group was 94.29% (33/35) and was 74.29% (26/35) in the routine group, with a significant difference ($P < 0.05$). Scores of each dimension in SF-36 were increased in both two groups after nursing interventions compared with those before intervention ($P < 0.05$), and were higher in the evidence-based group than those in the routine group ($P < 0.05$). Scores of each dimension in two groups before and after intervention were lower than those of average level of national normal population respectively, with significant differences ($P < 0.05$). **Conclusion** Evidence-based nursing model can effectively enhance the functional exercise compliance of and improve the quality of life in patients with breast cancer after modified radical mastectomy.

KEY WORDS: evidence-based nursing; modified radical mastectomy; compliance; quality of life

乳腺癌是女性常见的恶性肿瘤之一, 好发于 40~60 岁女性。手术切除依然是临床治疗乳腺癌的首选方案, 但是手术对患者躯体形象的损害极易造成生理和心理双重功能障碍, 严重影响患

者术后功能锻炼效果和生活质量^[1-2]。科学有效的护理干预对改善患者术后效果有重要作用, 循证护理模式以其科学性、针对性、合理性较强的理念已广泛应用于临床^[3]。本文探讨了循证护理

模式对乳腺癌改良根治术后患肢功能锻炼依从性和生活质量的改善效果,现报告如下。

1 资料与方法

1.1 一般资料

选取2014年1月—2016年2月肿瘤外科收治的乳腺癌患者70例为研究对象。纳入标准:①经影像学及病理检查符合乳腺癌诊断标准;②均为女性,有乳腺癌改良根治手术指征;③无严重心、肝、肾功能障碍及感染;④无精神疾病及认知功能障碍。患者随机分为循证组和常规组,各35例。2组患者年龄、病理类型等一般资料差异无统计学意义($P>0.05$)。研究经医院伦理委员会批准,患者及家属均知情同意。

1.2 方法

常规组实施常规基础护理措施,包括:①住院期间密切监护患者的病情、饮食、休息和疼痛情况,对患者的疑问认真解答,做好疾病的宣教工作。②术后密切注意患者生命体征的改变,注意观察伤口和引流液情况,以早期发现出血倾向。保持引流管畅通以维持有效引流,及时处理坏死皮瓣等。③预防性抬高患侧上肢,出现水肿者除继续抬高患肢外应使用弹力绷带包扎,按摩患肢,并进行适当的功能锻炼,避免在患肢测血压或静脉注射。

循证组在常规护理的基础上给予循证护理模式,内容包括:(1)确定护理问题。乳腺癌改良根治术后患者表现为患侧上肢功能障碍,进而影响心理、生理功能及生活质量。(2)循证支持。通过检索关键词“乳腺癌”、“功能锻炼”、“生活质量”、“影响”,查找建库至2014年1月间PubMed、Cochrane library、中国知网(CNKI)、万方数据、维普数据库(VIP)、中国生物医学文献数据库等数据库中关于影响乳腺癌改良根治术后上肢功能锻炼和生活质量的相关文献。经过对数据有效性、科学性、适宜性筛选,形成了以下两大方面的证据:心理效能和社会支持。(3)循证护理实施:①成立循证护理小组,由护士长任小组长,结合循证支持证据对护理问题进行有效护理,贯彻执行循证护理制度。②心理效能护理:包括心理状态和自我效能感的护理。乳腺癌患者常因患癌而产生心理恐惧,不仅要忍受身体疼痛、生理功能障碍,而且其精神生活质量也严重受影响,医护人员应充分理解患者,耐心沟通,并有针对性地进行心理疏导,缓解患者的恐惧心理。自我效能是对自

身特定能力的判断,护理中请技术精湛的医师给患者分享成功的经验,鼓励患者,提高其康复锻炼效果,增强其战胜疾病的信心,提高患者的精神生活质量。③社会支持护理:包括专业医护支持和家庭支持。医护人员应在出院前,结合患者的症状制定科学而详尽的锻炼计划,指导患者康复过程要循序渐进,切忌急于求成,获得患者的理解和信任,提高患者的锻炼依从性。家庭成员应和患者一起充分理解医护人员给予的康复锻炼建议,并积极督导患者进行功能锻炼,尤其是配偶应理解与支持妻子,缓解其负面情绪。

1.3 观察指标

观察2组患者术后2周上肢功能锻炼依从性,及入院时(护理前)和出院前1d(护理后)的生活质量。①患者上肢功能锻炼依从性参考文献^[4]评价,分为完全依从:完全遵照计划锻炼上肢,上抬与健侧相近,外展自如;基本依从:能够按照计划进行部分锻炼,患肢在外力辅助下能够上抬,可外展但不自如;不依从:不能按照计划锻炼,患肢不能上抬过肩,外展障碍。②采用健康调查简表(SF-36)评估患者生活质量^[5],分为躯体健康(生理功能、生理职能、躯体疼痛、一般健康)和精神健康(活力、社会功能、情感职能、精神健康)共8个维度,每个维度按照(实际得分-可能最低分)/(可能最高分-可能最低分) $\times 100$ 进行换算。计算各个维度得分后进行护理前后比较,并与国内正常人群评分比较^[6]。

1.4 统计学方法

采用SPSS 22.0软件,计数资料以率(%)表示,组间比较采用 χ^2 检验;计量资料以均数 \pm 标准差($\bar{x} \pm s$)表示,满足正态分布且方差齐性则采用两独立样本 t 检验,若方差不齐,则采用校正 t 检验, $P<0.05$ 为差异有统计学意义。

2 结果

2.1 2组上肢功能锻炼依从性比较

循证组患者上肢功能锻炼完全依从27例,基本依从6例,不依从2例,依从率为94.29%(33/35);常规组完全依从15例,基本依从11例,不依从9例,依从率为74.29%(26/35)。循证组患者上肢功能锻炼依从率高于对照组,差异有统计学意义($P<0.05$)。

2.2 2组护理前后生活质量评分比较

与护理前相比,2组护理后的生活质量各维

度评分均提高,且循证组高于常规组,差异均有统计学意义($P < 0.05$);2组护理前后的生活质量各

维度评分均低于国内常模平均水平,差异有统计学意义($P < 0.05$),见表1。

表1 2组患者护理前后生活质量评分比较($\bar{x} \pm s$)

分

	循证组($n=35$)		常规组($n=35$)		常模($n=2249$)
	护理前	护理后	护理前	护理后	
生理功能	53.15 \pm 9.32 [△]	81.87 \pm 17.41 ^{*#△}	53.62 \pm 10.01 [△]	73.28 \pm 14.84 ^{*△}	90.62 \pm 15.40
生理职能	44.82 \pm 12.94 [△]	67.38 \pm 21.63 ^{*#△}	45.07 \pm 12.85 [△]	56.45 \pm 16.27 ^{*△}	79.51 \pm 34.70
躯体疼痛	52.04 \pm 16.88 [△]	78.32 \pm 23.44 ^{*#△}	52.39 \pm 17.21 [△]	64.56 \pm 20.41 ^{*△}	85.61 \pm 18.37
一般健康	40.63 \pm 17.22 [△]	61.28 \pm 22.13 ^{*#△}	41.11 \pm 17.65 [△]	50.39 \pm 19.34 ^{*△}	69.55 \pm 21.32
活力	47.11 \pm 14.84 [△]	64.04 \pm 18.33 ^{*#△}	47.37 \pm 15.23 [△]	55.26 \pm 16.01 ^{*△}	70.29 \pm 17.07
社会功能	54.31 \pm 16.14 [△]	77.18 \pm 21.06 ^{*#△}	54.61 \pm 16.55 [△]	66.74 \pm 18.66 ^{*△}	86.85 \pm 17.28
情感职能	41.37 \pm 18.02 [△]	62.61 \pm 26.28 ^{*#△}	40.57 \pm 17.34 [△]	51.03 \pm 21.26 ^{*△}	76.45 \pm 38.47
精神健康	44.12 \pm 19.15 [△]	66.64 \pm 24.13 ^{*#△}	44.84 \pm 19.62 [△]	55.18 \pm 21.44 ^{*△}	72.65 \pm 16.81

与护理前比较, $*P < 0.05$;与常规组比较, $#P < 0.05$;与常模比较, $\Delta P < 0.05$ 。

3 讨 论

循证护理是将已有的临床研究资源筛选、整合形成最佳证据,并针对性制定出卫生康复计划,形成循证问题—证据支持—效果观察—应用推广的护理模式^[7]。循证护理是由循证医学衍生发展而来,该理念可最大限度地发挥现有医疗资源优势,为服务对象提供科学、安全、可靠的护理^[8]。乳腺癌根治切除治疗常导致患者术后患侧上肢功能障碍,患者常因多种因素影响患肢功能的康复锻炼,进而影响患者的生理、心理、情感及社会功能等生活质量。遵从循证护理理念,科学合理的锻炼计划及康复指导有利于患者术后上肢功能的恢复及生活质量的提高^[9]。

本研究结果显示,接受循证护理的患者上肢功能锻炼依从性和生活质量各维度评分均明显优于常规护理患者。分析原因主要有以下几方面:①本研究特别成立循证护理小组,查找乳腺癌术后肢体功能锻炼和生活质量的影响因素,并通过检索数据库相关文献,筛选合理有效的科学证据,从而形成了科学、合理、富有针对性的循证护理模式。②Phillips等^[10]研究表明,自我效能可借助身体活动对乳腺癌患者术后生活质量产生积极的影响。本研究通过专业医师讲解和经验分享,提高患者自我控制效能,有利于其生活质量的提高。③加强医护专业支持的同时,充分调动患者家属的主观能动性,给予患者坚定的家庭支持,缓解患者的心理压力和精神负担,并能够有效监督,促进患者积极进行功能锻炼。李玉婷等^[11]研究认为,通过循证护理建立家庭支持体系,告知家属陪伴患者康复,能够有效增强患者的信心,确保患肢功能锻炼的持续进行。本研究结果亦表明,经家庭支持和家属督促,循证组的依从性明显高于常规组。

综上所述,通过分析乳腺癌改良根治术后患者的锻炼依从性及生活质量差的影响因素,分析并总结相关证据,进行科学合理的循证护理,能够有效改善护理效果。

参考文献

- [1] 程兴福,黄倩映,胡洪进,等. 乳腺癌患者术后心理改变及心理干预的影响研究[J]. 肿瘤学杂志, 2014, 20(4): 290-293.
- [2] 于志梅,田宏,孙海微. 治疗性沟通方案对乳腺癌手术患者自尊及希望水平的影响[J]. 中华现代护理杂志, 2014, 49(9): 999-1003.
- [3] 刘文静,杨瑞贞,孙菲,等. 三级医院循证护理实施现状及影响因素分析[J]. 护理研究, 2014, 28(9): 1047-1049.
- [4] 杨爱民. 护理干预对乳腺癌病人术后患肢功能锻炼依从性的影响[J]. 护理研究(中旬版), 2012, 26(4): 1030-1031.
- [5] 陈峰,沈灵姿,邵燕萍. 临床护理路径对乳腺癌术后患者生活质量与自护能力影响的分析[J]. 护士进修杂志, 2014, 29(9): 845-848.
- [6] 于新颖,杨萍,孙红娟,等. 癌因性疲乏对乳腺癌病人化疗期间生活质量的影响[J]. 护理管理杂志, 2010, 10(3): 169-171.
- [7] 孙文茜,赵晨,高维洁,等. 循证护理实践中的证据检索方法及资源[J]. 中国循证心血管医学杂志, 2016, 8(3): 263-266.
- [8] Chiang LC. A new vision of nursing: the evolution and development of evidence-based nursing[J]. Hu Li Za Zhi, 2014, 61(4 Suppl): 85-94.
- [9] 刘美凤,朱华,辛迎迎,等. 乳腺癌术后功能锻炼的循证护理实践[J]. 中华现代护理杂志, 2014, 20(31): 3917-3920.
- [10] Phillips S M, McAuley E. Physical activity and quality of life in breast cancer survivors: the role of self-efficacy and health status[J]. Psychooncology, 2014, 23(1): 27-34.
- [11] 李玉婷,张馨,刘晓舟,等. 循证护理对乳腺癌术后患者功能锻炼依从性及恢复效果的影响[J]. 中华现代护理杂志, 2016, 22(16): 2253-2256.