

身心康复锻炼对宫颈癌患者的应用效果及自我管理效能影响分析

吕 雪

(重庆医科大学附属第二医院妇产科 重庆 400010)

【摘要】目的: 分析身心康复锻炼对宫颈癌患者的应用效果及自我管理效能影响。**方法:** 80例宫颈癌患者采用摸球法分两组(各40例), 常规护理实施于对照组和观察组, 身心康复锻炼单独实施于观察组, 分析结果。**结果:** 观察组患者在应对方式和自我管理效能方面均优于对照组($P<0.05$)。**结论:** 身心康复锻炼可促使患者勇于面对疾病并提高自我管理能力, 值得推广使用。

【关键词】 身心康复锻炼; 宫颈癌患者; 应用效果; 自我管理效能; 护理影响

宫颈癌是一类临床常见疾病, 发病率和致死率均比较高。手术治疗为主要方案, 但无法彻底治愈疾病, 还可能引发诸多不良反应, 影响患者的身心健康, 故手术治疗需配合临床护理以提高患者干预效果^[1-2]。目前, 身心康复锻炼的落实和推进正是以改善患者生活质量, 有效控制病情发展为核心目标, 联合科学措施激发患者的治疗信心和自我管理能力, 从而提高临床疗效。

1 资料和方法

1.1 基本资料

2018-2019年期间选择80例患者通过摸球分组, 奇数号划分到对照组, 共40例, 平均(49.52±5.16)岁。偶数号划分到观察组, 共40例, 平均(49.55±5.17)岁。组间资料对比, $P>0.05$ 。

1.2 操作方法

对对照组实施常规护理, 主要对患者进行口头健康宣教、饮食干预、用药指导和心理护理。

对观察组在对照组基础上联合实施身心康复锻炼, 具体环节如下: (1) 成立小组: 成立护理小组, 共同探讨宫颈癌术后患者恢复情况以及可能遇到的临床护理风险, 据此制定护理方案。(2) 放化疗期间护理: ①成立交流小组, 每组3人, 引导患者彼此交流, 使患者关系更加融洽; ②每日陪同患者步行锻炼15min, 同时密切监测其心率变化, 严格控制运动量; ③引导组内患者玩沙盘游戏, 每日一次, 每次30min, 成员之间相互交流, 展示和解说沙盘作品, 护理人员据此了解患者的内心世界, 并予以针对性心理护理。(3) 出院后护理: 患者出院后继续对其进行为期3个月的随访跟踪, 采取一对一护理教育模式, 内容包括饮食、运动、心理、作息等方面, 特别叮嘱患者家属发挥协同护理作用, 监督患者每日锻炼, 主动关心患者以保持其良好心情。

1.3 观察指标

以患者应对方式评分记录表、患者自我管理效能评分记录表具体展示患者应对方式、患者自我管理效能, 有关患者应对方式评分采用医学应用量表, 主要包括面对(7个条目)、屈服(5个条目)、回避(8个条目), 采用4级评分制, 每个条目分值对应1分-4分, 分值与患者的应对行为表现呈现正相关; 有关患者自我管理效能评分使用SUPPH(癌症自我管理效能感量表), 包括阳性态度(10个条目)、自我决策(9个条目)、自我减压(10个条目)三个维度, 采用5级评分制, 分值对应

1分-5分, 分值与患者的自我管理效能呈现正相关。

1.4 统计学处理

SPSS20.0处理计数和计量, 分别 χ^2 和 t 检验, 差异显著($P<0.05$), 其余判定为数据无差异。

2 结果分析

2.1 患者应对方式

表1数据表明: 护理前无差异护理后观察组面对评分更高且屈服、回避评分更低($P<0.05$)。

2.2 患者自我管理效能

表2数据表明: 护理前无差异护理后观察组阳性态度、自我决策、自我减压评分更高($P<0.05$)。

3 讨论

对宫颈癌患者而言, 手术治疗只能延续生命, 疼痛折磨和心灵打击使其逐渐放弃治疗希望, 故临床护理应当促使患者勇于面对疾病并提高自我管理能力, 从而辅助提高治疗效果。

在此大背景下, 身心康复锻炼已在临床中广泛使用, 与常规护理相比, 该护理方案侧重对患者身心状态的科学评估, 据此制定康复锻炼方案并给予患者正向指导。具体来说: 小组护理是身心康复锻炼的前提, 可协同合作强化临床护理效果, 住院放化疗期间, 通过身心护理干预鼓励患者勇敢面对疾病, 提高治疗依从性, 出院后随访指导可给予患者正确指导, 使其养成良好心态和生活习惯, 从而提高自我管理能力^[3-4]。表1和表2数据表明, 观察组患者在应对方式和自我管理效能方面均优于对照组, 由此可说明身心康复锻炼可有效促使患者勇于面对疾病并提高自我管理能力, 与常规护理模式联合应用可发挥重要作用, 可推广使用。

参考文献:

- [1] 陆惠琴, 茹玉, 秦洁. 身心康复锻炼对宫颈癌患者应对方式及自我管理效能的影响[J]. 国际护理学杂志, 2019, 038(023):3922-3925.
- [2] 李金燕. 以自我管理为导向的5A护理对子宫颈癌患者自我管理效能及生存质量的影响研究[J]. 中国医药指南, 2019, 17(05):284-285.
- [3] 董娟. 基于自我管理导向的5A护理模式在子宫颈癌患者中的应用研究[J]. 现代医药卫生, 2020, 36(11):140-142.
- [4] 王旭美. 团体生活方式延续护理对宫颈癌病人生存质量与自我效能的影响[J]. 蚌埠医学院学报, 2018, 43(12):115-118.

表1 患者应对方式评分记录表 [$\bar{x} \pm s$] (分)

组别	例数	面对		屈服		回避	
		护理前	护理后	护理前	护理后	护理前	护理后
观察组	40	16.72±5.19	22.26±4.27	11.28±2.08	8.46±3.18	16.72±4.19	13.16±1.31
对照组	40	17.56±4.41	18.18±5.31	11.44±2.18	10.18±2.17	16.56±2.41	15.75±2.49
T	-	0.7801	3.7870	0.3358	2.8256	0.2094	5.8220
P	-	0.4377	0.0003	0.7379	0.0060	0.8347	0.0000

表2 患者自我管理效能评分记录表 [$\bar{x} \pm s$] (分)

组别	例数	阳性态度		自我决策		自我减压	
		护理前	护理后	护理前	护理后	护理前	护理后
观察组	40	35.72±3.19	40.26±6.27	9.28±2.08	13.46±1.18	25.26±2.27	28.28±5.08
对照组	40	35.56±3.41	37.18±4.31	9.44±2.18	10.18±1.17	25.18±2.31	25.44±4.18
T	-	0.2167	2.5603	0.3358	12.4838	0.1562	2.7303
P	-	0.8290	0.0124	0.7379	0.0000	0.8763	0.0078