

老年肿瘤患者跌倒恐惧相关性活动限制的研究进展

宋丹 安军环 (通讯作者)

(空军军医大学第二附属医院 陕西西安 710038)

摘要: 跌倒恐惧相关性活动限制在老年人肿瘤患者普遍存在, 现存研究大多聚焦于跌倒和跌倒恐惧, 对跌倒恐惧相关性活动限制的关注度不够。该文从肿瘤患者跌倒恐惧相关性活动限制的概述、测量工具、影响因素以及危害等方面进行综述, 旨在提高医护人员对肿瘤患者跌倒恐惧相关性活动限制的关注, 为进一步开展相关研究提供参考。

关键词: 肿瘤患者; 跌倒恐惧; 活动受限; 研究进展

跌倒是指患者因不自主、非故意的突发体位改变而倒在地面或其他比原始位置更低的平面上的状态^[1]。跌倒恐惧相关性活动限制 (fear of falling related activity restriction, FFAR) 是指个体因害怕跌倒, 避免进行有跌倒风险的活动^[2], 会导致老年人活动减少, 进而威胁身心健康、降低生活质量, 国外相关研究领域针对跌倒恐惧相关性活动限制进行了多项研究^[3]。本文从肿瘤患者跌倒恐惧相关性活动限制的概述、测量工具、影响因素以及危害等方面进行综述, 以期为临床医护人员提供借鉴, 为进一步开展相关研究提供参考。

一、老年肿瘤患者跌倒现状研究

美国国立综合癌症网络调查指出, 目前, 中国约有 429.2 万新发肿瘤患者, 肿瘤患病率逐年上升, 相关研究表明, 老年肿瘤患者在进行手术、放化疗治疗后约 70% 的患者在家里或者医院里至少发生过 1 次及以上的跌倒, 甚至有 51.4% 的患者发生过 2 次以上的跌倒^[4]。由于肿瘤患者疾病的特殊性以及肿瘤治疗过程中出现的并发症以及治疗结果难以预计等原因, 肿瘤患者跌倒的发生率也逐年上升。相关研究显示, 肿瘤患者因为跌倒而发生的意外伤害高达 30%, 跌倒的伤害包括擦伤、骨折, 严重者会导致颅脑损伤、颅内出血甚至死亡。跌倒不仅会给患者带来严重的创伤, 也会诱发医疗纠纷, 造成严重的后果^[5]。

二、跌倒恐惧的相关概述

跌倒恐惧症 (fallaphobia), Tideiksaar 和 Kay 于 1986 年提出跌倒恐惧症的概念。跌倒恐惧症是指一个人因跌倒恐惧而导致他不敢进行任何可能会跌倒的活动^[6]。研究显示表明, 跌倒恐惧心理比跌倒产生的危害性更大, 跌倒的恐惧越明显, 对肿瘤患者的日常生活以及自我照顾的能力等影响越大, 且容易引起患者焦虑、恐惧、抑郁等不良心理状态, 负性情绪的增加, 会影响患者的就医依存性以及增加患者的风险, 从而影响患者的生活, 形成恶性循环^[7]。

三、跌倒恐惧相关性活动限制的概念

跌倒恐惧相关性活动限制 (fear of falling related activityrestriction, FFAR) 是指个体因害怕跌倒, 避免进行有跌倒风险的活动。《健康中国 2030 规划纲要》提出

促进人体健康, 增加体育活动, 但会导致肿瘤患者活动减少, 影响患者的身心健康, 降低患者的生存质量^[8]。

四、影响肿瘤患者跌倒恐惧的相关因素

(一) 患者生理因素

肿瘤患者随着疾病的发展以及年龄的增加, 患者的运动系统能力逐渐下降, 不同肿瘤的患者, 跌倒发生的机率也不同。研究发现, 患者的性别不同, 对跌倒的恐惧体验不同, 男性患者发生跌倒恐惧机率在所有肿瘤患者中占有绝对高的比例, 随着患者年龄的增长, 患者对于跌倒的恐惧也会随之增加^[9]。肿瘤患者治疗时间长, 预后差, 长期使用化疗药物出现骨髓抑制、身体虚弱等并发症, 同时患者往往会出现抑郁、认知障碍等心理问题, 不能正确评估自我活动能力, 对于医护人员给予的宣教不能接受, 对于跌倒风险防范的依存性差, 发生过跌倒后就会产生恐惧感, 从而限制自己正常的活动, 降低自己的活动频率、缩小自己的活动范围, 以此防止自己跌倒受伤^[10]。

(二) 疾病及治疗因素

肿瘤患者经过长期治疗后会出现癌性疲乏, 它主要是由于肿瘤长期治疗给患者造成长期紧张、痛苦等不良的感受, 患者体力和精力降低, 疲乏感上升, 患者出现头晕、身体平衡不良、活动能力减弱, 肢体肌力下降, 患者会主动减少活动次数与频率, 恐惧心理越来越严重, 肿瘤患者跌倒几率大、风险高。化疗药的副作用多, 会增加患者体位癌变的次数, 增加患者跌倒的风险, 增加患者的对跌倒的恐惧。长期进行化疗的患者会出现直立性低血压, 增加跌倒风险。一些化疗药会导致患者出现感觉异常、肢体麻木、下肢无力, 患者会出现倦怠、反应迟缓、认知能力下降等, 这些药物会增加肿瘤患者在化疗期跌倒的风险, 跌倒发生后, 患者会出现机体损伤等, 增加治疗的负担。肿瘤患者跌倒恐惧的程度增加, 限制外出活动的频率也会增加, 期望达到避免跌倒的短期目标, 加上肿瘤患者肌肉功能和平衡力退化, 增加跌倒风险, 形成恶性循环, 引发患者自身社交退缩行为^[11]。

五、跌倒恐惧相关性活动限制评估工具

(一) 害怕跌倒避免行为问卷 (FFABQ), 由 Landers 等于 2011 年编制, 该量表包含 14 个条目, 0 分代表“完全不同意”, 4 分代表“完全同意”, 得分越高表明跌倒

恐惧相关性活动限制的程度越高。该量表在健康人群、脑血管疾病和帕金森病患者中的可靠性和有效性均得到了证实,重测信度为 0.81,量表的 Cronbach's α 系数为 0.96^[12]。

(二)单条目问题法 Tinetti^[13]于 1993 年编制,国内学者于 2008 年将其引进并汉化,可用于初步筛选出存在跌倒恐惧的老年卒中患者^[14]。具体方法为向患者询问“您害怕跌倒吗?”,答案可分为两类,一类为“是”、“否”,另一类为“非常害怕”、“有些害怕”、“略微害怕”、“不害怕”。该法的修订版跌倒效能量表与其校标效度较高。验证该法重测信度为 0.73,具有良好的重测信度^[15]。

(三)跌倒效能量表(MFES)中文版 MFES 是自测型信念量表,共 14 个条目,包括室内活动 9 个条目与室外活动 5 个条目。每个条目 0-10 分,分为 11 个等级评分。0 分表示跌倒恐惧程度高、不跌倒信心程度低,5 分表示程度中等、不跌倒信心程度中等,10 分表示程度低、不跌倒信心程度高。总分越高,表示活动时程度越低,不跌倒信心程度越高。信效度检验良好^[16]。

六、跌倒恐惧相关性活动限制对肿瘤患者的影响

恐惧回避模型揭示了跌倒恐惧和行为活动之间的关系^[17],肿瘤患者发生跌倒后,可能会产生恐惧心理,这种恐惧心理进一步限制相关活动,弱化了肿瘤患者的平衡能力,增加跌倒风险。形成了“跌倒-跌倒恐惧-活动限制-跌倒”的恶性循环。在跌倒恐惧活动限制患者中,抑郁量表的得分更高,肿瘤患者由于缺乏社交,导致自我认知消极,缺乏自我价值感,对心理健康产生负面影响。

本文对肿瘤患者跌倒恐惧活动限制的概述、危险因素、评价工具以及危害等方面进行综述。发现对关注肿瘤患者跌倒恐惧活动限制存在测量工具不统一、影响因素不一致、干预性研究较少等问题,导致护理人员对不够。未来可借鉴国外的研究结果,探究肿瘤患者跌倒恐惧活动限制的现状影响因素,选择合适的评估工具,减少肿瘤患者跌倒恐惧活动限制的发生,降低其危害,促进其健康。

参考文献:

- [1]Sattar S, Haase K, Kuster S, et al. Falls in Older Adults with Cancer: an Updated Systematic Review of Prevalence, Injurious Falls, and Impact on Cancer Treatment[J].Support Care Cancer,2021,29(1):21-33.
- [2]张华果,司文腾,何宇迪,等.老年髋部骨折术后患者跌倒恐惧心理体验的质性研究[J].中华护理杂志,2021,56(04):527-533.
- [3]唐玲,徐灵莉,周娜,等.基于实证分析的肿瘤住院患者跌倒管理策略[J].中国护理管理,2016,16(10):1336-1340.

[4]Guerard EJ, Deal AM, Williams GR, et al. Falls in Older Adults with Cancer: Evaluation by Oncology Providers[J].J Oncol Pract,2015,11(6):470-474.

[5]Lachman ME, Howland J, Tennstedt S, et al. Fear of falling and activity restriction: the survey of activities and fear of falling in the elderly(SAFE)[J].J Gerontol B Psychol Sci Soc Sci,1998,53(1):P43-P50.

[6]Wang H, Zhao M, Duan LL, et al. Analysis on the characteristics and factors associated with avoidance of activity induced by fear of falling in the community-dwelling elderly[J].ChinJ Epidemiol,2015,36(8):794-798.

[7]王悦,白燕妮,王美霞,等.化疗致周围神经病变患者跌倒和近乎跌倒的危险因素分析[J].护理学报,2016,23(23):11-15.

[8]郭美芳.肿瘤住院患者跌倒现状及高危影响因素分析[J].国际医药卫生导报,2020,26(10):1447-1448.

[9]张燕萍,张蜀芸,周小燕,等.癌因性疲乏护理干预对预防临床肿瘤患者跌倒的作用[J].齐鲁护理杂志,2018,24(07):38-40.

[10]徐灵莉,邓本敏,蒋娟,等.肿瘤病人跌倒防范体系的构建及应用研究[J].护理研究,2016,30(25):3091-3095.

[11]Candan SA, Demircio lu A, Ahin ü K. Cross-cultural adaptation and psychometric properties of the Fear of Falling Avoidance Behavior Questionnaire in Turkish community-dwelling older adults[J].Disabil Rehabil,2021,43(23):3387-3394.

[12]Landers MR, Durand C, Powell DS, et al. Development of a scale to assess avoidance behavior due to a fear of falling: the Fear of Falling Avoidance Behavior Questionnaire[J].Phys Ther,2011,91(8):1253-1265.

[13]Tinetti Belloni G, B ü la C, Santos-Eggimann B, et al. A single question as a screening tool to assess fear of falling in young-old community-dwelling persons[J].J Am Med Dir Assoc,2020,21(9):1295-1301.e2.

[14]Choi NG, Bruce ML, DiNitto DM, et al. Fall worry restricts social engagement in older adults[J].Aging Health, 2020,32(5/6):422-431.

[15]商思懿,陈圣光,刘桐桐,等.非正式照顾者恐惧老年人跌倒研究进展[J].护理研究,2022,36(23):4191-4195.

[16]许琳,严立群,吴争艳.老年骨质疏松性椎体压缩骨折患者认知衰弱现状及其与跌倒恐惧的关系[J].护理实践与研究,2022,19(18):2741-2745.

[17]Kruisbrink M, Crutzen R, Kempen GJIM, et al. Assessing avoidance behavior due to concerns about falling: psychometric properties of the FES-IAB in a sample of older adults of an online panel[J].Arch Gerontol Geriatr,2021,97:104469.