

自我管理教育结合细节护理对乳腺癌康复期患者预后的影响

王艳丽 高云峰

(呼和浩特市第一医院 内蒙古呼和浩特 010000)

摘要:目的:研究并探讨乳腺癌康复期间开展自我管理教育与细节护理对患者预后效果的影响。方法:将本院2023年全年收治的共60例乳腺癌康复期患者作为研究观察对象,按照随机分组策略,区别为对照组和观察组,每一组均包含30例患者。在常规治疗操作之后,就乳腺癌患者康复期间开展常规护理于对照组,观察组则采取自我管理教育结合细节护理,分别对两组科室护理阶段所取得的护理效果展开统计学分析。结果:在护理开展之前,两组的癌因性疲乏指标并未展现出具有显著意义的差异($P>0.05$);而于护理施行之后,两组的评测分值均呈现出降低之态,且观察组更是处于更低水平($P<0.05$)。于实施护理活动以前,对两组的自我效能感以及生活质量评价分数实施了评估,其差异并不具有统计学层面的显著意义($P>0.05$);而在护理活动开展之后,评分均呈现出上升的趋向,且观察组处于相对更高的水准($P<0.05$)。结论:自我管理教育结合细节护理有利于乳腺癌康复期患者癌因性疲乏程度的降低,能使之自我效能感和生活质量全面提升。

关键词:乳腺癌康复期;自我管理教育;细节护理;自我效能

前言

乳腺癌作为一种严重威胁女性身心健康的恶性疾病,其康复期的护理工作至关重要。在乳腺癌康复期,患者将恢复面临身体机能、调整心理状态、改善生活方式等问题^[1]。此时为患者开展有效的护理工作,能够帮助其更好地应对这些挑战,促进身体的康复,提高生活质量^[2]。其中,细节护理可以密切监测患者的身体状况,及时发现并处理可能出现的并发症,为患者的康复提供坚实保障。同时,能对患者心理状态予以关注和疏导,进而帮助她们克服恐惧、焦虑等不良情绪,树立积极乐观的生活态度,增强战胜疾病的信心^[3]。结合自我管理教育,能赋予患者更多的自主权和责任感,使其能够积极主动地参与到自身的康复过程中,通过学习疾病知识、自我监测技能等,更好地管理自己的健康^[4]。因此,为提升乳腺癌康复期患者的预后效果,本研究将细节护理与自我管理教育实施干预,观察用于乳腺癌康复期患者的实践作用,现将方法与结果整理如下。

1 资料与方法

1.1 一般资料

将本院2023年全年收治的共60例乳腺癌康复期患者作为研究观察对象,按照随机分组策略,区别为对照组和观察组,每一组均包含30例患者。对照组受试对象年龄35-70岁(48.65 ± 3.54)岁;观察组受试对象年龄35-70岁(48.74 ± 3.69)岁;两组患者基线资料水平均衡可比($P>0.05$)。

1.2 方法

对照组采取常规护理:为患者讲解乳腺癌康复期的相关知识,督促患者养成良好的生活习惯,规范饮食,遵医嘱用药等。

观察组开展自我管理教育结合细节护理:(1)院内的细节化护理与自我管理教育:为患者制定个性化的护理方案,这需要结合对患者病情、用药状况以及文化程度等进行全面评估,进而制定出与患者实际状态相符的护理方案以及自我管理教育方案。为患者树立起健康理

念,全面地讲解关于乳腺癌的疾病知识,像是疾病的常见治疗方式、治疗期间的不良反应、危险因素等,并予以详细说明,以强化患者对健康生活理念的认同。同时通过科室组织患者开展健康知识讲座,为患者发放与疾病相关的知识手册,播放相关视频等,使患者提高对乳腺癌相关知识的认知。在康复锻炼方面为患者制定出训练方案,涵盖具体的训练形式、时间及频率等,并指导患者以正确心态面对疾病治疗,改善自身的负面情绪,纠正对病情的错误认知。(2)院外的细节护理与自我管理教育:通过电话随访与患者保持每月两次的联系,督促患者维持健康的生活行为习惯,并结合微信群在群内推送有关疾病的知识,以强化患者的认知,同时督促患者家属参与到患者疾病管理的监督中以及提醒患者复查。

1.3 观察指标

(1)对两组癌因性疲乏程度予以比较:借助癌因性疲乏程度(PFS)量表针对两组患者实施测评,就涉及的相关知觉、认知、情感以及行为严重度等总计22项指标,均展开0-10分的测评操作,而后将各个维度所获取的总分除以项目的最终分数,其得分越高,则意味着对致癌性疲劳症状的应对能力越强。(2)自我效能感与生活质量对比:于护理前后运用一般自我效能感量表(GSES)来对自我效能予以评判,其总计涵盖10个项目,每个项目的分值设定为1-4分,总分共计40分,所获得的分数越高,则昭示着自我效能感处于更为良好的状态。而在护理工作展开的前后阶段,依据卡鲁功能状态量表(KPS)对生活质量实施评估,其总分设定为100分,所获取到的分数越高,则意味着生活质量处于更为理想的态势。

1.4 统计学方式

将本次观察数据均衡记入统计学软件SPSS22.0中,两组计量与计数资料的表述,分别选取($\bar{x} \pm s$)、t检验、(%)、 χ^2 检验获取结果, $P<0.05$ 差异具有统计学意义。

2 结果

2.1 对两组癌因性疲乏程度予以比较

在护理开展之前, 两组的癌因性疲乏指标并未展现出具有显著意义的差异 ($P > 0.05$); 而于护理施行之后,

表 1 对两组癌因性疲乏程度予以比较 ($\bar{x} \pm s$, 分)

组别	例数	行为		情感		躯体		认知	
		护理前	护理后	护理前	护理后	护理前	护理后	护理前	护理后
观察组	30	5.71 ± 1.23	2.38 ± 0.71	5.83 ± 1.40	2.32 ± 0.45	5.75 ± 1.30	2.82 ± 0.63	4.95 ± 0.72	2.91 ± 0.88
对照组	30	5.73 ± 1.32	3.99 ± 0.81	5.85 ± 1.43	3.97 ± 0.72	5.99 ± 1.60	4.95 ± 0.84	4.97 ± 0.69	3.89 ± 0.79
t	-	0.061	8.187	0.055	10.644	0.638	11.111	0.110	4.539
P	-	0.952	0.000	0.957	0.000	0.526	0.000	0.913	0.000

2.2 自我效能感与生活质量对比

于实施护理活动以前, 对两组的自我效能感以及生活质量评价分数实施了评估, 其差异并不具有统计学层面的显著意义 ($P > 0.05$); 而在护理活动开展之后, 评分均呈现出上升的趋向, 且观察组处于相对更高的水准 ($P < 0.05$)。由表 2 所示。

表 2 自我效能感与生活质量对比 ($\bar{x} \pm s$, 分)

组别	例数	自我效能感		生活质量	
		护理前	护理后	护理前	护理后
观察组	30	17.93 ± 1.57	32.77 ± 3.06	41.28 ± 5.42	81.29 ± 9.39
		18.25 ± 1.72	29.02 ± 2.51	41.33 ± 4.39	62.38 ± 7.32
对照组	30	17.93 ± 1.57	32.77 ± 3.06	41.28 ± 5.42	81.29 ± 9.39
t	-	0.753	5.190	0.039	8.699
P	-	0.455	0.000	0.969	0.000

3 讨论

乳腺癌是发生在人体乳腺上皮组织的恶性肿瘤, 在女性群体中极为常见。在患者疾病治疗康复阶段, 会面临一系列影响预后的护理难题, 即患者的心态问题、健康知识掌握情况、对自我的管理等。开展细节护理结合自我管理教育对乳腺癌康复期患者疾病预后有着积极影响^[5]。通过为患者制定个性化的护理方案, 结合对患者病情、用药状况、文化程度等全方位的评估, 能制定出完全符合患者实际状态的护理方案以及自我管理教育方案^[6]。自我管理教育则能为患者树立起健康理念, 为之讲解有关乳腺癌的疾病知识, 涵盖从常见治疗方式、治疗期间可能产生的不良反应、存在的危险因素等各个方面, 能强化患者对健康生活理念的认同^[7-8]。另外, 在康复锻炼方面, 为患者制定出训练方案, 明确具体的训练形式、时间安排以及频率等, 能够让患者更好地掌握自我管理的技巧和方法, 提升其对疾病康复的信心和依从性, 从而有效改善生活质量, 降低疾病复发的风险^[9]。

在上述研究结果中明确, 积极开展细节护理与自我管理教育后, 观察组患者的癌因性疲乏程度明显更低于对照组, 且该组患者护理后的自我效能与生活质量得分位于更高水平, 均能说明细节护理结合自我管理教育联

合有助于患者疾病的良好预后, 能促进患者身体和心理的全面恢复。患者在接受这种护理模式后, 不仅身体状况能够得到有效改善, 心理状态也更加积极健康, 整体生活质量明显提高。

综上所述, 自我管理教育结合细节护理有利于乳腺癌康复期患者癌因性疲乏程度的降低, 能使之自我效能感和生活质量全面提升。

参考文献:

[1]朱娟,张元红,魏倩,等. 微信平台延续性护理对乳腺癌改良根治术患者康复期的应用效果 [J]. 中国校医, 2023, 37 (11): 854-857.

[2]李永红,王利,刘丹丹. 基于微信平台的个性化系统性护理在乳腺癌术后康复期的应用效果 [J]. 慢性病学杂志, 2021, 22 (01): 121-123+126.

[3]李红莉,赵宏. 围手术期快速康复外科护理对乳腺癌患者术后日常生活能力的影响 [J]. 临床医学研究与实践, 2023, 8 (14): 136-138.

[4]刘思远,张瑾. 不同护理策略在乳腺癌术后康复期的应用效果比较 [J]. 中西医结合护理(中英文), 2022, 8 (04): 76-78.

[5]白月,闫芮,车贝贝,等. 康复期乳腺癌患者癌因性疲乏与社会支持的关联性研究 [J]. 中国健康教育, 2022, 38 (01): 48-51+84.

[6]余纯,张娟,潘桂晴,等. 互联网+正念认知疗法在乳腺癌康复患者中的应用研究 [J]. 当代护士(下旬刊), 2022, 29 (01): 1-5.

[7]曹红,李雪红,周雪,等. 基于计划行为理论的健康教育护理模式对康复期乳腺癌患者自我管理能力和癌因性疲乏的影响 [J]. 川北医学院学报, 2021, 36 (12): 1663-1666.

[8]李艳. 阶段性康复护理在乳腺癌患者术后康复期的应用分析 [J]. 医学食疗与健康, 2021, 19 (11): 114-115.

[9]赵权萍,郑孝词,曹彬,等. 快速康复外科综合护理方案在乳腺癌择期手术病人护理中的应用 [J]. 护理研究, 2021, 35 (04): 695-699.