

## 探讨个体化护理干预对乳腺癌术后患者患侧肢体功能锻炼康复效果的影响

曹淑煜玥

长沙市第一医院 湖南长沙

**【摘要】目的** 探究并分析个体化护理干预对乳腺癌术后患者患肢功能锻炼康复效果的影响。**方法** 抽取 2019 年至 2021 年期间，曾在本院接受乳腺癌手术的患者，邀其参加此项实验。根据护理方法的不同，将患者进行分组，分为对照组和观察组。后分别对比两组患者的焦虑以及抑郁的情况，进行心理上的一个评测，相关数据包括在手术过后患者出现上肢淋巴水肿的概率和术后患肢功能锻炼的自主性大小以及在护理前后生活质量的评分，均需要进行对比并整合相关数据。**结果** 实施个体化护理干预患者的 SAS 和 SDS 评分显著的下降、术后患肢功能锻炼的自主性显著提升，促使手术后出现上肢淋巴水肿的数量有所降低，且发现采用个体化护理干预的患者无论是生理、心理、环境还是社会关系评分均比另一组显优势  $P < 0.05$  实验价值显现。**结论** 个体化护理对于患者术后恢复情况大有帮助，可以有效缓解患者的不良情绪，另此种护理方法也可以有效的减少术后上肢淋巴水肿出现的频率，提升自主锻炼意识，进而改善其预后，对此建议提倡。

**【关键词】** 乳腺癌根治术；个体化护理；患肢功能锻炼康复效果

**To explore the effect of individualized nursing intervention on the rehabilitation effect of functional exercise on the affected side of patients with breast cancer after surgery**

*Shuyuyue Cao*

*Changsha First Hospital, Changsha, Hunan, China*

**【Abstract】 Objective:** To explore and analyze the effect of individualized nursing intervention on the rehabilitation effect of functional exercise of affected limbs in patients with breast cancer after surgery. **Methods** Patients who had undergone breast cancer surgery in our hospital from 2019 to 2021 were selected and invited to participate in this experiment. According to different nursing methods, the patients were divided into control group and observation group. Then, the anxiety and depression of the two groups of patients were compared respectively, and a psychological evaluation was carried out. The relevant data included the probability of upper limb lymphedema after the operation, the autonomy of the postoperative functional exercise of the affected limb, and the quality of life before and after nursing. Scores need to be compared and relevant data integrated. **Results:** The SAS and SDS scores of the patients who implemented individualized nursing intervention were significantly decreased, and the autonomy of functional exercise of the affected limbs after operation was significantly improved, which led to a decrease in the number of upper limb lymphedema after surgery. Whether the scores of physical, psychological, environmental or social relations of the patients were significantly superior to the other group,  $P < 0.05$ , the experimental value showed. **Conclusion** Individualized nursing is of great help to patients' postoperative recovery, and can effectively relieve patients' negative emotions. In addition, this nursing method can also effectively reduce the frequency of postoperative upper limb lymphedema, enhance the awareness of self-exercise, and improve its prognosis. , which is recommended.

**【Keywords】** Radical Mastectomy For Breast Cancer, Individualized Care, Rehabilitation Effect Of

## Functional Exercise of Affected Limbs

由于近些年国家经济的快速发展,人均 GDP 的提高,人民生活水平也得到了提高,但锻炼仍不充足,并且饮食习惯并不完好,进而乳腺癌的发病率也随之提高<sup>[1]</sup>。乳腺癌是一种主要发生于女性人群的常见恶性肿瘤,也是在女性恶性肿瘤发病率最高的一种癌症,乳腺癌给众多女性造成了不可磨灭的身心伤害<sup>[2]</sup>。在临床上,治疗方法的首选是乳腺癌根治术,该治疗方法对于治疗乳腺癌有重要作用,但依旧存在影响术后康复的因素,比如患者患侧肢体术后易发生上部部位的淋巴水肿和患者对术后患肢功能锻炼的依从性很低<sup>[3-4]</sup>。对此,为了降低这些负面影响,医师要制定一个稳妥全面的护理服务方案,在不影响手术疗效的前提下,尽可能的降低手术对患者造成的消极负面的影响,改善患者预后<sup>[5]</sup>。个性化护理不同于常规化护理,其根据患者不同性格、不同身体情况,在尊重每个人差异的基础上,对其进行独特的护理。为了了解对乳腺癌根治术后患者患肢功能锻炼康复效果中使用了个性化护理,能否会产生具体影响,并进行了以下实验。

### 1 资料与方法

#### 1.1 一般资料

从 2019 年至 2021 年期间,曾在本院就诊且被确诊为乳腺癌并且接受了手术的患者中挑选出 100 例患者,邀请其参与此项实验。其平均年龄(40.96±5.17 岁),根据不同的护理方法,将其分为对照组和观察组进行下列的实验。后将两组患者的一般资料进行比较,此差异无统计学意义  $P>0.05$ ,具有可比性。

#### 1.2 方法

##### (1) 对照组

进行常规化护理,指导患者手术后将患肢抬高,并用合适的力道对患肢进行按摩,在按摩的过程中,随时做监测和记录工作,以免实验数据的缺失。

##### (2) 观察组

采取个性化护理方法,以下是具体操作:(1) 心理上的护理:医护人员与患者进行亲密式的交谈,认真的听取患者的诉求,在听的过程中发现患者所存在的心理问题,对患者心理上产生的问题进行深入的探究分析,最后借助多方面手段对患者进行开解,解决问题;与此同时,配合图片和视频对患者

进行健康宣教,并同时强调术后患肢功能锻炼的重要性。(2) 手术后徒手进行淋巴引流方法:将除大拇指以及小手指的三根手指并拢,接着对浅表淋巴结先从颈窝到锁骨再到腋窝接着对肘窝、胸部、背部和腹股沟的顺序按摩(旋转式)。后沿手术切口,进行舒适的、轻缓的按摩在瘢痕的组织边缘。从远心端到近心端的顺序,对患侧肢体采用合适的力度进行推进式的按摩。每天患者需进行 3 次徒手淋巴引流在患者术后手术缝线拆除后的这段时间里,每一次引流的持续时间大概是 10 min<sup>[6]</sup>。(3) 患肢功能的锻炼指导:指引患者合理的外展肩关节并尝试后伸前臂,并握紧拳头,将手腕上翻。这项训练的时期是手术结束时到手术的中下旬,通过锻炼使腕关节好转;在手术后的 11 天到 20 天内,医护人员要对患者肩关节锻炼进行指导,在锻炼过程中要以旋肩和耸肩作为主要的训练内容,并且一定不要操之过急;在手术后的第 21 到 30 天里,医师要指导患者进行相应的肘关节训练,锻炼内容包括挺直胸膛站立,并将持绳柄的手放于肩上,同时掌心要朝前,在进行呼气时要同时伸直双臂、并将手部进行上举,同时肘关节要微微弯曲,吸气时要将这些动作还原;在术后 30 天后,要加以进行适度的负重训练和有氧运动,并将运动强度进行有规律的增加,训练时间也随之渐渐延长。

#### 1.3 观察的指标以及判定的标准

比较两组患者护理前后焦虑、抑郁评分,术后患肢功能锻炼依从性,术后上肢淋巴水肿发生率,护理前后生活质量评分。(1) 抑郁和焦虑的评分标准:采用焦虑自评量表,对患者的心理状况进行一个简单的评测。100 分被设立为满分,得分高低被用来判断焦虑的情况。在该项测试里,临界值是半数,且得分越高表示越焦虑。运用抑郁自评量表对患者的抑郁情绪进行一个评估测评,将满分依旧定位 100 分,与上一列表的判断方法相同,依旧是得分越高抑郁程度越高,但临界值是 53 分。(2) 术后患者的患肢功能锻炼依从性的判定标准:在患肢功能锻炼里的自主性的高低。一旦患者对患肢功能锻炼抵触并且拒进行该锻炼,将其视为不依从。(3) 手术后上肢淋巴水肿的诊断标准:在术后上肢腕部的横纹处以及腕部上方大概 10 cm 处以及肘部的上

方 10 cm 处的健侧周径小于周径即判定为上肢淋巴水肿<sup>[7]</sup>。(4) 生活质量评分标准: 将世界卫生组织发布的生存质量测定量表简表作为评测依据, 该表可对患者的生理、心理、环境和社会关系项目进行一个评测。

#### 1.4 统计学方法

调研中所有数据资料均运用 SPSS20.0 系统实行专业分析, 当中计量数据计均数±标准差, 两组差别比照运用 T、 $X^2$  检测。计数数据运用百分率(%) 代替, 若两组对照结果表明  $P < 0.05$ , 则说明实验

价值显现。

## 2 结果

实施个性化护理干预患者的 SAS 和 SDS 评分显著的下降(观察组 SAS 评、SDS 评分均为:  $31.53 \pm 4.93$  分、 $33.16 \pm 5.37$  分)、术后患肢功能锻炼的自主性显著提升, 其占比 48 例(96%), 促使手术后出现上肢淋巴水肿的数量有所降低, 仅有 1 例(2%), 且发现采用个性化护理干预的患者无论是生理、心理、环境还是社会关系评分均比另一组显优势  $P < 0.05$  实验价值显现。详细数据见下表:

表 1 两组 SAS 和 SDS 评分、锻炼的自主性、上肢淋巴水肿发生率对比【(  $\bar{x} \pm s$ ) 分】

组别	n	时间	SAS 评分	SDS 评分	锻炼自主性	上肢淋巴水肿发生率
对照组	50	护理后	$46.17 \pm 4.82$	$49.70 \pm 5.12$	41 (82%)	5 例 (18%)
观察组	50	护理后	$31.53 \pm 4.93$	$33.16 \pm 5.37$	48 例 (96%)	1 (2%)

表 2 两组患者的护理后生活质量评分【(  $\bar{x} \pm s$ ) 分】

组别	n	时间	生理	心理	环境	社会关系
对照组	50	护理前	$70.81 \pm 5.20$	$70.23 \pm 5.14$	$70.34 \pm 4.91$	$70.58 \pm 5.09$
		护理后	$77.34 \pm 6.42$	$77.87 \pm 6.17$	$76.46 \pm 5.23$	$76.73 \pm 5.40$
观察组	50	护理前	$70.96 \pm 5.17$	$70.45 \pm 5.13$	$70.48 \pm 4.99$	$70.20 \pm 5.16$
		护理后	$84.05 \pm 6.59$	$84.39 \pm 6.28$	$82.47 \pm 5.38$	$83.62 \pm 5.17$

## 3 讨论

在所有女性恶性肿瘤中, 发病率最高的恶性肿瘤是乳腺癌, 而乳腺癌的发病概率在近些年展现出升高的趋势<sup>[8]</sup>。治疗乳腺癌可通过乳腺癌根治术来切除乳腺肿瘤, 进而可控制肿瘤的进展, 并延长寿命。但在结束手术后, 部分患者会出现上肢淋巴水肿的现象, 该现象会导致患者术后患肢功能恢复效果不佳, 也会对患者的正常生活产生影响<sup>[9-11]</sup>。现如今, 治疗乳腺癌已变成了既可挽救患者的生存, 也可不影响患者的生活质量的代<sup>[9]</sup>。为促进乳腺癌患者患肢功能的恢复, 将患肢淋巴水肿的发生概率降低, 实施患肢功能锻炼非常重要, 但在手术后患肢功能的锻炼期间, 因患者自身对疾病的自我认知并不正确, 从而导致患者对患肢功能的锻炼服从性较差, 进而会严重影响到术后患肢功能的恢复<sup>[12-14]</sup>。为提高患者对术后患肢功能锻炼的服从以及支持, 进行必要的干预是非常有用的。乳腺癌根治术后常规的护理操作是对患者的生命体征进行一个

简单的观察, 并且向患者简单的介绍患肢功能锻炼的重要性, 但此种方法里, 没有以个人为导向的护理, 忽视了人与人之间情况的不同, 导致该种护理的效果并不能使得患者满意且认可。

当下经济的发展和人民群众意识的提高, 使得在护理服务中对患者的个性化差异越来越重视, 个体化护理模式应运而生。因经济水平的发展, 人们越来越重视自身身体健康, 此项护理模式非常适宜临床发展趋势, 目前个体化的护理干预在临床被广泛的应用, 该护理的核心是以患者为中心, 通过各项具体、针对性护理措施来达到良好的护理效果<sup>[15]</sup>。将新型的护理理念应用于个体化护理模式中, 把患者的个性化护理需求和个性化差异融入到护理方案的制订和落实当中, 不单看到了共性也突出了服务的个性, 以此为患者提供满足患者自身需要且适宜自身状况的护理方法。本次研究后发现: 无论是 SAS 评分、SDS 评分亦或者是术后患肢功能锻炼的依从率和生活质量评分将两组数据比较均是个体

护理的组别较好。个体化的护理方案对患者的心理问题出发,帮助患者解决其心结,进而对患者的心态进行调节,加强患者的治疗信心,提高患者的依从性,进而使患肢功能的锻炼得以落实,促使肢淋巴水肿出现的概率得以降低。

总体来说,个体化的护理有益于乳腺癌患者术后心理状态的调整,可以有效的增强对术后患肢功能锻炼的依从性,同时也有利于减少术后上肢淋巴水肿的发生概率,切实提高患者的幸福指数。

### 参考文献

- [1] 孟娜,张媛,唐小英,等.应用循证护理干预对乳腺癌患者术后功能锻炼依从性与生活质量的影响研究[J].贵州医药,2020,44(07):1175-1176
- [2] 李伟.个体化护理干预乳腺癌术后患者患肢功能锻炼康复效果的影响[J].中国医药指南.2020(25):226-227
- [3] 邱慧,刘均娥,韩静,等.乳腺癌术后康复者上肢淋巴水肿患病体验的质性研究[J].中华现代护理杂志,2019,25(13):1641-1645.
- [4] 岳朝丽,徐海萍,孙莉,等.“互联网+”护理模式在乳腺癌患者术后淋巴水肿干预中的应用[J].中国护理管理,2020,20(5):670-676.
- [5] 方姣姣.循证护理对乳腺癌患者术后生活质量和功能锻炼依从性影响[J].安徽卫生职业技术学院学报,2020,19(03):135-136,138.
- [6] 李金兰,刘凤,罗庆华,钟巧玲,张丽娟.徒手淋巴引流联合功能锻炼在乳腺癌患者术后的应用[J].当代护士(下旬刊).2021(09):123-126
- [7] 余玲霞,王倩.分级心理护理模式应用于乳腺癌术后上肢淋巴水肿患者中的效果观察[J].国际护理学杂志.2022(03):464-467
- [8] 刘鲜平.早期综合护理对乳腺癌腋窝淋巴结清扫术后水肿的预防效果分析[J].中国药物与临床,2020,20(7):1225-1226.
- [9] 叶同梅,任俊玲,周映红,等.参与式可读性护理模式在乳腺癌改良根治术后功能锻炼中的应用[J].皖南医学院学报,2020,39(3):287-290.
- [10] 殷秀玲,黄丽,胡倩倩.不同护理干预方法对乳腺癌术后上肢淋巴水肿的影响[J].当代护士(下旬刊),2020,27(8):68-69.
- [11] 李金兰,张丽娟,张慧珍,等.乳腺癌术后患肢淋巴水肿并发淋巴管炎发生的原因及对策分析[J].当代护士(下旬刊),2020,27(5):1-4.
- [12] 张静文.多学科团队协作护理在乳腺癌术后放疗患者中的应用效果[J].当代护士(中旬刊),2020,27(8):64-66.
- [13] 周丽华,高洁,黄燕华,等.延续性护理对乳腺癌患者术后负面情绪及生活质量的影响[J].广东医学,2020,41(9):921-924.
- [14] 任海侠,盖焕妮.全过程个性化心理护理在乳腺癌根治术围术期中的应用效果[J].临床医学研究与实践,2019,4(8):176-177.
- [15] 王玮,王晓春,黄求进,等.慢性伤口患者自我感受负担及影响因素的分析[J].中华现代护理杂志,2020,32(11):84-88

**收稿日期:** 2022年3月23日

**出刊日期:** 2022年4月25日

**引用本文:** 曹淑煜玥,探讨个性化护理干预对乳腺癌术后患者患侧肢体功能锻炼康复效果的影响[J].国际临床研究杂志,2022,6(2):125-128.  
DOI: 10.12208/j.ijcr.20220072

**检索信息:** RCCSE 权威核心学术期刊数据库、中国知网(CNKI Scholar)、万方数据(WANFANG DATA)、Google Scholar 等数据库收录期刊

**版权声明:** ©2022 作者与开放获取期刊研究中心(OAJRC)所有。本文章按照知识共享署名许可条款发表。<http://creativecommons.org/licenses/by/4.0/>



**OPEN ACCESS**