

集束化护理干预对前列腺癌术后盆底功能锻炼依从性及尿失禁的影响

陈锦丹

广西玉林市第一人民医院 广西玉林

【摘要】目的 探讨集束化护理干预对前列腺癌术后盆底功能锻炼依从性及尿失禁的影响。**方法**：将我院2021年1月-2022年1月80例前列腺癌患者，双盲随机法分二组。对照组给予常规护理，实验组实施集束化护理干预。比较两组术后盆底功能锻炼依从性、尿失禁发生率。**结果**：实验组术后盆底功能锻炼依从性高于对照组，尿失禁发生率低于对照组， $P < 0.05$ 。**结论**：前列腺癌患者实施集束化护理干预效果确切，可提高术后盆底功能锻炼依从性，减少尿失禁的发生，值得推广。

【关键词】 集束化护理干预；前列腺癌；术后盆底功能锻炼依从性；尿失禁；影响

Effect of cluster nursing intervention on compliance of pelvic floor exercise and urinary incontinence after prostate cancer surgery

Jindan Chen

The First People's Hospital of Yulin City, Guangxi, Yulin, Guangxi

【Abstract】 Objective To explore the effect of cluster nursing intervention on the compliance of pelvic floor functional exercise and urinary incontinence after prostate cancer surgery. **Methods:** 80 patients with prostate cancer in our hospital from January 2021 to January 2022 were randomly divided into two groups. The control group received routine nursing, while the experimental group received cluster nursing intervention. The compliance of pelvic floor exercise and the incidence of urinary incontinence were compared between the two groups. **Results:** the compliance of pelvic floor functional exercise in the experimental group was higher than that in the control group, and the incidence of urinary incontinence was lower than that in the control group ($P < 0.05$). **Conclusion:** the effect of cluster nursing intervention in patients with prostate cancer is accurate. It can improve the compliance of pelvic floor functional exercise after operation and reduce the incidence of urinary incontinence. It is worth popularizing.

【Keywords】 Cluster nursing intervention; Prostate cancer; Compliance of pelvic floor functional exercise after operation; Urinary incontinence; influence

随着人口老龄化程度的提高，前列腺癌发病率呈逐年上升趋势。随着医学技术的发展，前列腺癌的诊断越来越准确，根治性前列腺癌的成功率也越来越高。但是，大部分病人术后容易发生尿失禁等并发症，影响病人的预后和恢复，且对病人的身心都有一定的影响。所以，如何提高病人的术后生存质量，特别是尿控功能的提高，一直受到人们的重视。在尿失禁的第一线疗法中，盆底肌肉锻炼是最好的，但其疗效的优劣，很大程度上依赖于病人对盆底肌运动的遵从程度和自我效能^[1]。本研究探析了集束

化护理干预对前列腺癌术后盆底功能锻炼依从性及尿失禁的影响，报道如下。

1 资料和方法

1.1 一般资料

将我院2021年1月-2022年1月80例前列腺癌患者，双盲随机法分二组。每组例数40。

其中实验组年龄54-76岁，平均 (65.21 ± 2.55) 岁。对照组年龄52-75岁，平均 (65.78 ± 2.56) 岁。两组一般资料统计 $P > 0.05$ 。本研究经伦理批准。

1.2 方法

对照组给予常规护理,进行一对一的健康教育及随访,是指在门诊确定为前列腺癌的专病根治手术后,病人在接受盆底康复训练后,通过盆底康复训练器对盆底肌力进行评估。门诊泌尿外科专业护士通过图片和PPT的形式,介绍了前列腺癌术后尿失禁的原因、症状、盆底肌肉运动的重要性及方法。告知患者在盆底肌肉锻炼中,在康复全过程中应注意的问题和病人对尿控功能康复的认识误区;建议病人在家里坚持做盆底肌肉的锻炼,并坚持三个月的定期复查。在第一次就诊后2个星期内,护理人员进行一次电话跟踪,并对病人进行盆底肌训练、尿失禁情况的调查。指导病人进行盆底肌肉锻炼,并强调注意事项,记录随访记录到病人的健康档案中。实验组实施集束化护理干预。(1)个体化的教育:以护理人员、康复师为组长的尿控宣教团队,以建立患者的个人资料,对患者的病情、健康信念、遵从情况进行评价,并向患者提供有关的手术知识和可能发生的尿失禁并发症,进行早期干预。以「盆底肌训练」、「膀胱功能训练」为基础,结合病人的认识与接受能力,以口头或图册进行辅导。通过健康手册、网络等多种方式进行辅导。(2)训练盆底肌肉:首先是肛门的收缩,然后是尿道的收缩。当肛门和尿道收缩时,使大腿和腹部的肌肉保持松弛,每次至少3秒,之后再放松,持续15分钟,每天3次,共60天。同时进行间歇式排尿,也就是在小便时停止或放慢尿流量,以及在任何由失禁引起的活动之前,通过咳嗽、弯曲等来控制尿流量。评价病

人的运动方式是否有效,指导其采用侧卧位、戴一次性手套、用手指蘸石蜡润滑、轻轻插入病人的肛门,引导病人进行盆底肌肉的练习。正确的做法是让患者的手指感受到肛门的压力。(3)膀胱锻炼:a.在拔除尿管后,盆底肌肉在排尿之前会出现收缩,在紧迫感消失后放松,然后逐步推迟排尿1-15分钟,逐步增大膀胱容积,减少如厕次数;b.引导病人确保饮水,告诉病人需要通过饮水刺激排尿反射,以减少病人的心理忧虑,增加饮水,保证每2000-3000毫升。训练4周-6周。护理人员在患者出院后,坚持一周一次的电话随访,观察病人的排尿状况,督促病人进行运动,并引导病人进行排尿日志。(4)膳食与饮水的介入:建议病人不要喝浓茶、咖啡、可乐、辣椒等刺激性食物,多吃水果、蔬菜、粗纤维食物、清淡易消化的食物。建议病人多喝水,每日饮用2000-3000毫升,以防止泌尿系统感染。建议病人在白天多喝水,晚上要限制饮水。

1.3 观察指标

比较两组术后盆底功能锻炼依从性、尿失禁发生率。

1.4 统计学处理

SPSS23.0软件中,计数 χ^2 统计,计量行t检验, $P < 0.05$ 表示差异有意义。

2 结果

2.1 术后盆底功能锻炼依从性

实验组的术后盆底功能锻炼依从性比对照组高($P < 0.05$)。

表1 两组术后盆底功能锻炼依从性比较

组别 (n)	完全依从	部分依从	不依从	依从率
对照组(40)	20	12	8	32(80.00)
实验组(40)	28	12	0	40(100.00)
χ^2				6.806
P				0.009

2.2 尿失禁发生率

实验组尿失禁发生率低于对照组($\chi^2=4.507, P=0.034 < 0.05$)。实验组尿失禁发生有1例,占2.5%,而对照组尿失禁发生8例,占20.0%。

3 讨论

尿道括约肌和膀胱功能紊乱是前列腺癌根治手术后尿失禁的重要因素。膀胱功能障碍与膀胱出口阻塞、膀胱脱神经化有关,而老年患者、括约肌不全、膀胱顺应性降低、瘢痕粘连、局部出血、神经

损伤等都会导致尿失禁。前列腺癌根治手术后出现的尿失禁是一种常见的并发症,给病人造成心理和生理上的压力,使病人失去治疗的信心。而对术后尿失禁病人采取适当的护理措施,及时发现不良心理因素,并给予适当的引导和引导,有助于提高病人的控尿能力和自信^[2-3]。

集束化护理是以循证医学为基础,以文献资料和临床实践为基础,以科学的方法对病人的术后恢

复有可能产生的危险进行预测,从而有针对性地制订护理计划,采取多种被证实有效的护理措施的集合,它的特点是系统化、完整性、针对性和循序性。在本研究中,我们对病人进行了集束化的康复训练,包括在手术前后进行盆底肌的锻炼,以增强盆底肌的收缩性,增强盆底肌的力量,促进近端尿道括约肌的张力,改善尿道闭合功能,控制尿液。另外,通过盆底肌肉的锻炼,可以使病人了解该技术,为以后的盆底肌肉锻炼奠定基础。同时进行排尿反射与膀胱功能锻炼,可以有效地提高治疗的有效率,通过排尿反射向大脑传递正确的信息,形成排尿反射和排尿节律,培养排尿的习惯和重要性。膀胱功能训练是指根据病人的饮水量和排尿量,逐渐延长病人的憋尿和排尿时间,从而提高膀胱的顺应性。通过增加膀胱和括约肌的控制能力,提高膀胱功能,从而达到调节尿失禁的效果。通过康复训练,能够刺激盆底神经和盆底肌肉,从而改善盆底肌肉、盆底神经、盆底肌的弹性和收缩,同时也能让膀胱保持兴奋,从而缓解尿失禁的症状^[4-5]。

通过集束化护理干预,通过多种形式的康复训练,可以使病人养成各种锻炼习惯,使其更好地适应康复训练。集束化护理干预既可以训练病人的盆底肌肉恢复能力,也可以训练病人的控尿能力,让病人得到全面的恢复。然而,采用集束化护理干预后,因患者的掌握程度不一,训练成效也存在差异。所以,在训练时,采用严格的途径评估运动成效,能使病人的运动正确,这样才能促使病人积极的进行运动,促进病人的恢复。集束化护理干预能避免由于单一的训练方式而使病人感到乏味,康复训练以病人为主,一旦养成,病人的康复就会成为一个良性的循环。然而,由于患者个人因素,因此设计出适合病人的个性化护理方案,以提高病人的主动性和参与运动的积极性。同时,尽快让病人参与到康复训练中来,且康复训练是一种缓慢而持久的治疗过程,出院后,需要社会、家人、病人的共同努力,才能实现患者的真正康复^[6-8]。在集束化护理的情况下,采用协作的方法,对病人的恢复是有益的。采用护理团队、病人和家属全方位组成康复小组,改变了传统的医院责任制的护理模式,为病人和家属提供全方位的护理和康复训练,使病人积极参与康复训练,增强了患者的自我保健意识,可以提高病人的康复训练效果,减少并发症发生^[8-9]。

本研究显示,实验组术后盆底功能锻炼依从性高于对照组,尿失禁发生率低于对照组, $P < 0.05$ 。

综上,前列腺癌患者实施集束化护理干预效果确切,可提高术后盆底功能锻炼依从性,减少尿失禁的发生,值得推广。

参考文献

- [1] 张莉,王金梅,孙青. 集束化护理干预对前列腺癌术后盆底功能锻炼依从性及尿失禁的影响[J]. 中国肿瘤临床与康复,2022,29(01):118-121.
- [2] 吴玥. 年龄和腹腔镜前列腺癌根治术对男性盆底结构影响的MRI研究[D]. 郑州大学,2021.
- [3] 过月红,王蕾,冯宁翰. 早期盆底肌功能锻炼结合膀胱训练在改善前列腺癌术后尿失禁方面的效果分析[J]. 国际医药卫生导报,2021,27(08):1136-1139.
- [4] 员海超,赵正平,王燕,胡伟民,杨尚琪. 腹腔镜前列腺癌根治术对患者性生活及盆底功能的影响研究[J]. 名医,2021,(03):66-67.
- [5] 庄小倩,彭华. 盆底肌功能训练联合脉冲电流刺激对老年前列腺癌根治术后尿失禁患者的影响[J]. 护理实践与研究,2020,17(18):79-81.
- [6] 王莉萍,陆泽怡. 群组管理对前列腺癌根治术后尿失禁患者盆底肌功能锻炼依从性及临床效果的影响[J]. 护理与康复,2020,19(01):58-60.
- [7] 潘红,沈俊文. 盆底功能锻炼基础上的生物反馈治疗对前列腺癌术后严重尿失禁的疗效[J]. 浙江实用医学,2019,24(04):305-307.
- [8] 袁腊春. 规范盆底肌功能锻炼对前列腺癌根治术后尿失禁患者尿控的影响[J]. 全科口腔医学电子杂志,2019,6(11):134-135.
- [9] 董南南,谭云辉,贾丽娟,等. 快速康复理念对前列腺癌患者术后疗效、盆底肌康复训练依从性及控尿功能的影响[J]. 2018,(15).

收稿日期: 2022年5月17日

出刊日期: 2022年7月2日

引用本文: 陈锦丹 集束化护理干预对前列腺癌术后盆底功能锻炼依从性及尿失禁的影响[J]. 现代护理医学杂志, 2022, 1(2):8-10

DOI: 10.12208/j.jmnm.202200068

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。

<https://creativecommons.org/licenses/by/4.0/>



OPEN ACCESS