

情志护理联合八段锦在胃癌化疗患者癌因性疲乏中的应用

高霞 陈欣 卢花

盐城市大丰中医院 江苏盐城 224100

摘要:目的:探索情志护理联合八段锦在胃癌化疗患者癌因性疲乏中的应用效果;方法:本研究选取 2024 年 1 月至 2024 年 12 月期间在我院就诊的 70 例脾胃病科接受化疗的患者作为研究对象。采用随机数表法将 70 名病人分成两组,观察组与对照组各 35 例。对照组患者接受常规护理,实验组患者在常规护理的基础上,接受情志护理联合八段锦干预。观察两组患者癌因性疲乏程度、生活质量、心理状态三个方面,用 SPSS 22.0 这个专门统计数据的软件来分析数据。结果:干预后实验组患者的 RPFS 评分均显著低于对照组 ($P<0.05$),实验组患者的 QLQ-C30 总分均高于对照组 ($P<0.05$),实验组患者的 SAS 和 SDS 评分均低于对照组 ($P<0.05$)。结论:表明情志护理联合八段锦干预能够有效减轻胃癌化疗患者的癌因性疲乏程度,提高胃癌化疗患者的生活质量,改善患者的心理状态,值得在临床上进行大力推广。

关键词:情志护理联合八段锦;胃癌化疗患者;癌因性疲乏;应用

引言

胃癌是一种严重危害人类健康的恶性肿瘤。化疗是目前临床上应用最多的一种癌症综合疗法,但也存在一些副作用,其中以癌因性疲乏(CRF)最为常见^[1]。癌因性倦怠是肿瘤治疗过程中持续存在的一种主观的疲惫感,它不但会影响病人的生理机能,也会影响病人的精神状态、生活质量,并会降低病人的化疗依从性,从而影响治疗的疗效及预后。中医认为,情绪与机体的健康有着紧密的联系,情绪不佳会造成机体的机能紊乱,从而影响疾病的发生、发展和结局。情志护理是中医学的一项重要内容,通过对病人的心理状况进行评价和干预,使病人能够调节自己的情绪,建立起良好的治疗态度,促进机体功能的提高。八段锦是中国的一种传统健身方法,它的动作舒展,柔和连贯,通过身体的活动与呼吸的协调,起到疏通经络,调和气血,增强体质的作用。近年来,情绪调节与八段锦对慢性疾病的康复效应日益受到重视,而将二者结合用于胃癌化疗病人癌因性倦怠的研究却很少。因此,本文提出情志护理联合八段锦在胃癌化疗患者癌因性疲乏中的应用的新思路,选取了 70 例脾胃病科接受化疗的患者,分为两组,观察其疗效,现将有关资料报告如下。

1. 研究资料与方法

1.1 一般资料

本研究选取 2024 年 1 月至 2024 年 12 月期间在我院就

诊的 70 例脾胃病科接受化疗的 35 例胃癌患者作为研究对象。纳入标准:经病理确诊为胃癌;首次接受化疗;年龄在 18-75 岁之间;意识清楚,能够配合完成研究相关内容;患者及家属签署知情同意书。排除标准:合并严重心、肝、肾等重要脏器功能障碍;存在精神疾病或认知障碍;无法耐受八段锦锻炼。采用随机数表法将 70 名病人分成两组,观察组与对照组各 35 例。对照组有 20 名男患者和 15 名女患者;患者的年龄从 20 到 78,平均(55.5+5.5)岁。观察组有 22 名男患者,13 名女患者;患者的年龄从 22 到 77,平均(56.2+6.0)岁。经一般数据如性别、年龄及病程比较,均无显著性($P>0.05$),为进一步验证其可靠性奠定了基础。

1.2 实验方法

对照组患者接受常规护理,包括化疗前的健康教育,向患者介绍化疗的目的、方法、注意事项及可能出现的不良反应;化疗过程中的病情观察,密切监测生命体征、化疗药物的不良反应等;化疗后的饮食指导、休息建议等。

实验组患者在常规护理的基础上,接受情志护理联合八段锦干预。情志护理方面,由经过专业培训的护士在化疗前、化疗中及化疗后与患者进行沟通交流。化疗前,评估患者的心理状态,针对患者可能存在的恐惧、焦虑、抑郁等情绪,采用倾听、解释、安慰、鼓励等方法进行心理疏导,向患者介绍成功治疗的案例,增强其治疗信心;化疗中,陪伴患者,及时解答患者的疑问,缓解其紧张情绪;化疗后,关注患者

的身心反应,鼓励患者表达内心感受,给予情感支持。八段锦干预方面,由中医专业化护士对患者进行八段锦培训。在化疗间歇期,每周进行3—5次八段锦锻炼,每次锻炼时间为30~40分钟,包括热身运动、八段锦动作练习及放松运动。在锻炼过程中,教练根据患者的身体状况和耐受程度,适当调整动作难度和强度,确保患者能够安全、有效地进行锻炼。

1.3 观察指标

1. 癌因性疲乏程度:采用Piper疲乏修订量表(RPFS)进行评估,该量表包括行为严重程度、情感、感觉和认知/情绪四个维度。分别在干预前、干预后对两组患者进行评估^[2]。

2. 生活质量:运用欧洲癌症研究与治疗组织制定的生活质量核心量表(EORTC QLQ-C30)进行评价^[3]。

3. 心理状态:采用焦虑自评量表(SAS)和抑郁自评量表(SDS)对患者的焦虑和抑郁情绪进行评估^[4]。

1.4 研究计数统计

采取SPSS 26.0统计学软件进行数据分析。临床症状为计量资料,符合正态分布,采用($\bar{X} \pm s$)表示,组间差异比较以t检验,疗效和不良反应发生率为计数资料,以例数(n)及率(%)表示,组间差异比较以 χ^2 检验, $P < 0.05$ 为差异有统计学意义。

2. 结果

2.1 癌因性疲乏程度

表1 两组效果对比

指标	对照组	实验组	t值	P值
干预前 RPFS 评分	(78.5 ± 10.2)	(79.2 ± 9.8)	0.425	>0.05
干预后 RPFS 评分	(60.1 ± 7.2)	(50.3 ± 6.5)	7.845	<0.05

由表1中所示,对照组和实验组治疗前的评分差距不大,进行统计学分析,得出t值为0.425, $P > 0.05$,这说明在两组间无显著的差别。治疗后对照组的癌因性疲乏程度评分降至 60.1 ± 7.2 ,实验组降至 50.3 ± 6.5 ,但是实验组的分值下降的较多,进行统计学分析,得出t值为7.845, $P < 0.05$,这说明在两组间有显著的差别。

2.2 生活质量

表2 两组效果对比

指标	对照组	实验组	t值	P值
干预前 QLQ-C30 总分	(55.6 ± 8.3)	(56.1 ± 7.9)	0.327	>0.05
干预后 QLQ-C30 总分	(68.2 ± 8.9)	(75.6 ± 9.2)	4.876	<0.05

由表1中所示,对照组和实验组治疗前的生活质量评分差距不大,进行统计学分析,得出t值为0.327, $P > 0.05$,这说明在两组间无显著的差别。治疗后对照组的生活质量评分增至 68.2 ± 8.9 ,实验组增至 75.6 ± 9.2 ,但是实验组的分值增加得较多,进行统计学分析,得出t值为4.876, $P < 0.05$,这说明在两组间有显著的差别。

2.3 心理状态

表3 两组效果对比

指标	对照组	实验组	t值	P值
干预前 SAS 评分	(52.3 ± 7.5)	(53.1 ± 7.2)	0.568	>0.05
干预后 SAS 评分	(45.1 ± 6.3)	(38.5 ± 5.8)	5.987	<0.05
干预前 SDS 评分	(51.8 ± 7.3)	(52.5 ± 7.0)	0.489	>0.05
干预后 SDS 评分	(44.3 ± 6.1)	(37.8 ± 5.5)	6.234	<0.05

由表1中所示,对照组和实验组治疗前的焦虑和抑郁评分差距不大,进行统计学分析,得出t值分别为0.568、0.489, $P > 0.05$,这说明在两组间无显著的差别。治疗后对照组的评分减至 45.1 ± 6.3 、 44.3 ± 6.1 ,实验组降至 38.5 ± 5.8 、 37.8 ± 5.5 ,但是实验组的分值增加得较多,进行统计学分析,得出t值为8.957、6.234, $P < 0.05$,这说明在两组间有显著的差别。

3. 讨论

3.1 对癌因性疲乏程度的影响

从实验结果来看,情志护理结合八段锦对胃癌化疗病人的心身疲劳具有明显的改善作用。化疗给病人带来的不仅仅是生理上的考验,更是一种精神上的考验,恐惧、焦虑、抑郁等负面情绪一直伴随着病人。护理人员利用SCL-90等专业心理测评工具,准确地辨识出病人的不良情绪,并进行一对一、深入地交流。对害怕化疗的病人,护理人员向病人解释其在化疗中所应注意的事项,并与病人分享一些成功的病例,以解除病人对药物的恐惧。八段锦以其特有的锻炼方式,对消除疲劳有明显的的作用。八段锦练习时,人体各个部位的肌肉都会有规律地一缩一张,从而加快血液的流通,将足够的氧气和养分输送到身体的各个组织和器官,从而使人体的新陈代谢得到很好的提高。另外,八段锦强调的是呼吸和运动的协调,通过深呼吸,可以调整自主神经,让交感神经和副交感达到平衡,从而减轻人体的压力和疲惫^[5]。情志护理将八段锦有机地结合起来,从身心两个方面发挥着重要的作用,能有效地减轻癌症患者的疲劳。另外,患者的心理、生理机能都会随治疗时间的延长而逐步提高,效果也会逐渐

显现出来。

3.2 对生活质量的提升

情志护理结合八段锦对胃癌化疗病人的生活质量显著提高。情志护理为病人构筑了一道主动防御的心理防御体系。由于胃癌化疗所引起的生理上的不适和生活上的变化,病人很容易产生负面的情绪,从而失去对未来的希望。护理人员应加强对病人的心理辅导,使病人面对自己的病情,并鼓励病人主动参加治疗决定,提高病人的自我效能。八段锦运动对提高人体功能水平的生命品质起到了强有力的支撑作用。有规律的八段锦训练,可以加强病人的肌力和关节的柔韧性,让病人可以更好地完成日常生活,例如走路,上楼梯等。另外,通过八段锦的练习,还可以加快胃肠道的蠕动,提高消化能力,帮助病人摄取足够的营养,达到强身健体的目的。另外,八段锦还可以调整内分泌,提高睡眠质量,让病人得到充分的休息,有更多的能量来应付生活和治疗^[6]。

3.3 对心理状态的改善

情志护理结合八段锦对胃癌化疗病人的心理状态显著提高。情志护理实施过程中,专职护理人员对性的心理辅导。如针对病人担心化疗费用而感到忧虑,护理人员会向病人讲解医疗保险的政策和有关的救助途径,以减轻病人的经济压力;针对躯体意象变化导致的抑郁症病人,护士引导患者关注自身的内在品质与价值取向,积极参与社交活动,重塑自信^[7]。在八段锦的训练中,病人要注意运动和呼吸的协调,这样病人就会注意力转移,也不会过多地去注意自己的病情。另外,在八段锦的练习中,人体会分泌出一种叫作内啡肽的神经递质,它可以调节人的情绪,让人感到愉快,从而让人的精神状态得到进一步的提升^[8]。

4. 结论

总之,情志护理配合八段锦在胃癌化疗中的运用,可以有效地降低病人的心身疲劳,提高病人的生存质量和精神状况,是一种安全有效的护理措施。具有较高的临床实用价值。因此,情志护理与八段锦在临床实践中的应用模式及最优的干预措施,是今后进一步研究的方向。

参考文献:

- [1] 修闽宁,何燕燕,高娟,许睿,侯庆梅,范卉.八段锦运动处方对晚期胃癌患者癌因性疲乏及希望水平的影响[J].医药高职教育与现代护理,2024,7(06):465-469.
- [2] 王彩琴,伏柏浓,梁爽.胃癌化疗患者实施中医情志护理的效果观察[A]第七届全国康复与临床药学学术交流会议论文集(三)[C].南京康复医学会,南京康复医学会,2024:4.
- [3] 张杰,高红丽.中医护理结合人性化护理在胃癌患者中的应用效果[A]第七届全国康复与临床药学学术交流会议论文集(四)[C].南京康复医学会,南京康复医学会,2024:3.
- [4] 高亚玲,李燕,何芳.中医特色护理对胃癌术后患者胃肠功能的影响[J].实用中医内科杂志,2023,37(02):104-106.
- [5] 施伟华,韩美红.中医情志护理在胃癌化疗患者中的临床效果研究[J].南通大学学报(医学版),2022,42(06):586-588.
- [6] 王楠楠,张秀红,杨配.中医膳食干预联合情志护理对胃癌术后患者营养状况及心理状态的影响[J].航空航天医学杂志,2022,33(05):622-625.
- [7] 蔡慧平,林惠芳,陈雯.中西医结合护理对胃癌患者接受化疗的影响[J].中西医结合护理(中英文),2021,7(11):45-48.
- [8] 顾群芳.情志调节对胃癌手术患者生活质量及自尊的影响[J].河南医学研究,2017,26(10):1888-1890.