

# 乳腺癌术后患者健康管理及功能锻炼指导效果观察

孙少清<sup>1</sup> 吴海梅<sup>2</sup> 陈峙霖<sup>3</sup>

1 海南医学院第一附属医院健康管理中心 海南海口 570102

2 海南医学院第一附属医院胃肠肿瘤外科 海南海口 570102

3 海南医学院第一附属医院乳腺外科 海南海口 570102

**摘要:**目的: 乳腺癌术后患者健康管理及功能锻炼指导效果观察。方法: 选择本院乳腺癌术后患者 100 例, 诊治时间在 2019 年 1 月份-2020 年 1 月份期间, 按照随机挑选法将其划分为对照组与观察组, 对照组使用一般护理措施, 观察组患者使用健康管理以及功能锻炼引导。结果: 观察组乳腺癌术后患者上肢功能评分明显高于对照组患者 ( $p < 0.05$ ), 观察组乳腺癌术后患者护理后的生活质量评分显著超过对照组乳腺癌术后患者 ( $p < 0.05$ ), 通过护理后, 观察组患者的满意度为 98.00% 明显超过对照组患者的满意度 76.00% ( $p < 0.05$ )。结论: 提供乳腺癌术后患者使用健康管理与功能锻炼引导, 可以推进患者上肢功能尽快恢复, 提升患者生活质量。

**关键词:** 乳腺癌; 术后患者; 健康管理; 功能锻炼指导

乳腺癌作为临床普遍的一种恶性肿瘤, 常见在女性中, 占据女性恶性肿瘤的百分之三十, 严重损害到女性生命安全。乳腺肿瘤恶性程度比较高, 当前重点诊治措施为手术治疗, 其手术诊治对患者创伤比较大, 需要对患者侧乳房胸大肌、胸小肌以及锁骨下巴结开展清扫, 因为手术中对术区周围组织、血管、神经以及淋巴结的牵拉, 易于产生损害, 术后患侧肢体会产生局部循环较慢, 淋巴水肿、肌肉萎缩以及关节僵硬等临床情况, 促使患者肢体活动受到限制, 为术后患者正常生活造成很多不方便。所以, 对乳腺癌术后患者开展系统化的健康管理, 引导患者开展有规划的肢体功能训练, 可以使患者尽早恢复肢体正常功能, 并且还有助于术后切口愈合, 减少术后不良反应的出现率。本文挑选 2019 年 1 月份到 2020 年 1 月份在本院诊治的乳腺癌术后患者实施健康管理与肢体功能引导的成效开展详细观察, 为临床工作完善给予参考价值, 报告如下。

## 1. 一般资料与方法

### 1.1 一般资料

选择本院乳腺癌术后患者 100 例, 诊治时间在 2019 年 1 月份-2020 年 1 月份之间, 并且将乳腺癌术后患者进行随机划分法将其分为对照组 ( $n=50$ ) 与观察组 ( $n=50$ )。纳入标准: (1) 全部患者额都切实乳腺癌诊断要求; (2) 顺从性较强且意识清晰; (3) 患者与其家属均同意此次研究。排除标准: (1) 具有精神疾病史患者; (2) 合并严重肾、肝以及心等重要脏器疾病患者。对照组患者年龄在 22-27 岁之间, 平均值在  $(25.14 \pm 0.12)$  岁。观察组患者年龄在 21-26 岁之间, 平均值在  $(24.45 \pm 0.16)$  岁。统计基本资料, 进行组间比较, 结果显示组间差异不大 ( $p > 0.05$ ), 分组合适。

### 1.2 方法

#### 1.2.1 对照组

对照组乳腺癌术后患者使用一般护理, 一般护理为告诉患者有关康复知识, 对患者开展初期功能锻炼引导。

#### 1.2.2 观察组

(1) 术后护理: 手术结束之后, 专业的护理人员应该对患者开展镇痛处理, 提供患者服用止痛药, 同时采取物理措施对患者开展镇痛, 使用冰敷患者伤口, 每隔六个小时开展一次, 每次冰敷时间在二十分钟; 并且在提供患者开展按摩护理, 轻揉患者手术切口附近, 推进患者肌肉松弛, 进而降低患者的疼痛感, 为患者播放喜欢的音乐, 分散其注意力。

(2) 放松疗法: 提供患者开展腹式呼吸锻炼, 从头部、颈部、腹部、腰部以及大腿等等循环放松全身肌肉, 每天三次, 每次十五分钟, 进而有效分散患者的注意力, 降低切口处的剧烈疼痛感。

(3) 出院指导: 患者出院时候, 护理人员应该为患者创建个人档案, 将每位乳腺癌术后患者的姓名、年龄、病情以及目前健康情况等开展存档, 病情对患者心理需要、认知水平以及健康情况展开评测, 按照患者的结果创建随访规划。

### 1.3 统计学分析

密切关注研究过程, 保证这一过程严谨、规范, 审核所有研究数据, 确定其准确、完整后, 用 SPSS20.0 分析, 效率、反应率均以 (%) 代表,  $\chi^2$  检验, 时间、免疫指标均以  $(\bar{x} \pm s)$  代表,  $t$  检验, 组间差异用  $p$  值判断,  $p < 0.05$  为差异明显。

## 2 结果

### 2.1 两组乳腺癌术后患者满意度对比

通过一系列护理后, 观察组患者的满意度 98.00% 明显超过对照组患者的满意度 76.00%, 存在统计学意义 ( $p < 0.05$ ), 见表 1。

表 1 两组乳腺癌术后患者满意度对比

组别	例数	满意	一般	不满意	满意度
观察组	50	40	9	1	49 (98.00)
对照组	50	28	10	12	38 (76.00)
t					12.518

p < 0.05

## 2.2 两组乳腺癌术后患者上肢功能评分对比

组患者, 两组之间对比存在统计学意义 ( $p < 0.05$ ), 见表 2。

观察组乳腺癌患者术后患者上肢功能评分明显超过对照

表 2 两组乳腺癌术后患者上肢功能评分对比

组别	例数	护理前	护理后
观察组	50	51.57 ± 1.74	80.87 ± 3.25
对照组	50	50.14 ± 1.82	61.31 ± 2.52

## 2.3 两组乳腺癌患者术后生活质量评分

对照组乳腺癌术后患者, 存在统计学意义 ( $p < 0.05$ ), 见表 3。

观察组乳腺癌患者术后患者护理后的生活质量评分明显高于

表 3 两组乳腺癌患者术后生活质量评分

组别	时间	心理功能	社会功能	物质生活	身体功能
观察组	护理前	35.21 ± 1.54	40.21 ± 2.21	42.59 ± 2.12	50.48 ± 1.32
	护理后	80.58 ± 1.83	82.98 ± 3.51	85.64 ± 2.47	92.41 ± 2.37
对照组	护理前	32.41 ± 1.15	45.62 ± 3.11	43.58 ± 1.57	60.14 ± 1.14
	护理后	70.48 ± 1.12	75.78 ± 2.59	72.41 ± 2.16	72.61 ± 3.75

## 3 讨论

按照有关研究表明, 多年来, 乳腺癌患者发病率呈直线上升形势, 患者经常需要接受放化疗以及手术等漫长且繁杂的过程, 很容易造成患者术后压力过大, 并且患者手术后上肢功能受到限制, 严重影响到患者日常生活自理能力, 进而减少患者的生活质量水平。

健康管理及功能锻炼引导作为临床新型护理方式, 此护理方式为新型护理的模式, 为患者健康问题的应对, 重点提出临床护理的协调性与连续性, 可以在一定程度上确保乳腺癌患者术后的健康与生活质量。患者开展健康管理及功能锻炼引导后, 不但可以有效推进上肢功能尽快痊愈, 而且还提升其生活质量水平。

根据研究显示, 观察组乳腺癌术后患者上肢功能评分明

显超过对照组患者的上肢功能评分, 同时观察组乳腺癌术后患者护理后的生活质量评分明显高于对照组乳腺癌术后患者, 通过护理之后, 观察组患者的满意度百分之九十八明显超过对照组的百分之七十六, 存在统计学意义 ( $p < 0.05$ )。

综上所述, 提供乳腺癌术后患者使用健康管理及功能锻炼引导, 可以推进患者上肢功能早期康复, 提升患者的生活质量水平, 值得在临床上被广泛使用与推广。

## 参考文献

- [1] 任静. 乳腺癌术后患者健康管理及功能锻炼指导效果观察[J]. 中国卫生产业, 2016, 13(28): 3.
- [2] 穆红. 微信指导平台对乳腺癌术后患者功能锻炼依从性的效果评价[J]. 天津护理, 2017, 25(1): 3.