

# 以行动研究法为基础的延续性护理用于乳腺癌术后患者中的效果分析

李芳

( 联勤保障部队第 988 医院焦作院区外科诊疗中心 河南焦作 454000 )

**【摘要】**目的 探究以行动研究法为基础的延续性护理用于乳腺癌术后患者中的效果。方法 研究对象为确诊的乳腺癌患者60例, 收治于2023年1月至2025年1月, 所有患者均接受手术治疗。在征得患者及其家属的同意下进行分组处理, 其中30例为对照组, 30例为延续组。对照组患者在术后给予常规的护理方法, 延续组在给予常规护理的同时实施以行动研究法为基础的延续性护理措施。对比两组患者依从性、生命质量、焦虑及抑郁评分、上肢功能恢复情况及整体护理满意度。结果 延续组各方面的依从性评分均高于对照组, 焦虑及抑郁评分低于对照组, 生命质量、上肢功能恢复情况及护理满意度均优于对照组。组间差异形成统计学意义 ( $P < 0.05$ )。结论 以行动研究法为基础的延续性护理用于乳腺癌术后患者中, 可获得较为理想的效果, 值得推广应用。

**【关键词】** 乳腺癌; 行动研究法; 延续性护理; 生命质量

Action research-based continuation care for analysis of outcomes in patients after breast cancer

Li Fang

( The 988 Hospital Jiaozuo District Jiaozuo 454000 )

**[Abstract]** Objective To explore the effect of continuous care based on action research in patients after breast cancer. Methods The study subjects were 60 patients with confirmed breast cancer who were admitted from January 2023 to January 2025, and all patients were treated surgically. With the consent of the patients and their families, 30 cases were in the control group and 30 cases were in the continuation group. Patients in the control group gave routine care methods after surgery, and the continuation group implemented continuation care measures based on the usual care. Compliance, quality of life, anxiety and depression scores, upper limb function recovery and overall nursing satisfaction were compared. Results The compliance scores of the continuation group were higher than that of the control group, the anxiety and depression scores were lower than the control group, and the quality of life, the recovery of upper limb function and nursing satisfaction were better than the control group. Statistical significance was formed between the groups ( $P < 0.05$ ). Conclusion Continuing care based on action research in postoperative breast cancer patients can achieve more ideal results and is worth promotion and application.

**[Key words]** breast cancer; action research method; continuity of care; quality of life

乳腺癌是威胁女性身心健康的重大疾病之一,其发病率逐渐升高,且发病人群年轻化。目前,临床上治疗乳腺癌的方法以手术为主,其中以乳腺组织全切除手术最为常见,也是最大限度切断癌细胞、阻断癌细胞增殖扩散的有效方式。但术后乳房的缺失及上肢功能的长时间恢复,使得患者容易产生病耻感,往往在术后的恢复过程中表现出焦虑及抑郁的情绪,难以以正确的方式配合后续的治疗恢复工作,使得术后恢复时间大大延长,并影响到术后的远期疗效。因此,对于乳腺癌术后患者应实施有效的护理干预。以行动研究法为基础的延续性护理,能够帮助护理人员改进护理实践,提高护理质量,根据患者的情况实施个性化的护理措施<sup>[1, 2]</sup>。乳腺癌术后患者出院后的护理工作必不可少,需要有专业的护理指导,将以行动研究法为基础的延续性护理应用在乳腺癌术后患者中临床效果突出,以下对具体的实施情况进行详细的对比分析。

## 1 资料与方法

### 1.1 一般资料

选取的研究对象为医院2023年1月至2025年1月收治的60例乳腺癌患者,所有患者均在本院接受手术治疗,所有患者均符合乳腺癌的疾病诊断标准,并经过病理检查得以确诊。征得患者及其家属的同意后将60例患者平均分为两个小组,一组为对照组,一组为延续组。对照组中均为女性,年龄为25-59岁,单发肿瘤28例,多发肿瘤2例,肿瘤的平均直径为 $(2.32 \pm 0.25)$  cm;延续组中也均为女性,年龄为26-59岁,单发肿瘤27例,多发肿瘤3例,肿瘤的平均直径为 $(2.32 \pm 0.27)$  cm。以上两组间患者的资料经过统计学软件分析后显示差异甚微( $P > 0.05$ ),可对比。

纳入标准: 经过病理组织学证实; 有完整的临床资料; 同意参与到研究中并配合随访工作。排除标准: 合并有其他的恶性肿瘤疾病; 资料不完整或是随访工作中未能配合; 合并有重大脏器疾病、严重精神功能异常、沟通功能异常。

### 1.2 方法

对照组中的30例患者在术后给予常规的护理方法。术后持续监测患者的生命体征并提供全面的康复指导,具体包

括饮食护理、运动指导及心理上的疏导等。待患者满足出院条件后为其发放一个术后康复健康手册,并向患者介绍术后康复锻炼方法。同时,向患者强调出院后坚持锻炼的重要性并在3个月内进行复查,以确保康复进程顺利并及时调整康复方案。延续组中的30例患者除了给予常规的护理方法外,还增加实施以行动研究法为基础的延续性护理方案。

### 1.2.1 成立延续性护理小组并制定护理计划

在科室内成立延续性护理小组,组内成员对护理的具体实施流程及方法做好研究,定期对其进行护理知识考核。以自我临床护理经验为指导,结合文献资料详细分析并在组内探讨乳腺癌术后患者在护理中可能遇到的问题,制定出以行动研究法为基础的延续性护理计划。

### 1.2.2 延续性护理的具体实施

(1) 健康知识宣教:定期举办形式多样的乳腺癌术后护理活动,以为患者提供详细的护理指导,可以是专题讲座、病友交流会,也可以张贴宣传图画、发放相关手册,或是以视频的方式为患者生动的播放相关知识<sup>[9]</sup>。向患者详细地介绍乳腺癌根治术常见的并发症及护理要点,及时地解答患者提出的问题。在患者出院前建立微信群,邀请患者加入群聊,在群内实时分享关于乳腺癌患者术后自我管理知识<sup>[9]</sup>。通过以上方法让患者享受到持续性的健康指导,能够在出院后继续接受专业的护理服务,使其能够更好地管理术后生活,对于提高康复质量,增强健康意识有重要作用。(2) 心理干预:为了更好地促进乳腺癌术后患者的康复,可邀请术后康复良好的患者现身分享护理管理经验,以对其他患者起到激励作用。在分享交流会上,鼓励患者家属也参与其中,让患者充分地感受到来自医护人员及家人的关爱与支持,使其对疾病康复充满信心<sup>[9]</sup>。同时,组织线下同伴支持活动,鼓励同伴之间相互倾诉并分享护理经验,引导患者逐渐接纳不完美的自己,并学会爱护自己的身体及心灵。(3) 康复锻炼指导:术后,由护理人员尽快安排患者进行康复锻炼,尤其是在术后出现呼吸功能及肩部活动能力下降的患者需要坚持做好康复锻炼。首先在体位上应做好调整,合适的体位与手术切口的位置及愈合情况有关系。同时,为患者定时叩击背部,帮助排出呼吸道内的分泌物。鼓励患者进行深呼吸,做扩胸运动<sup>[6]</sup>。在整个康复过程中,应坚持循序渐进的原则,确保患者逐步恢复健康,重获活力。出院后,为了促进患者的康复,应告知患者继续进行康复锻炼。可将康复操视频发送到微信群中,指导患者进行简单有效的运动,如活动腕关节、肘部的屈伸运动,通过有效的练习来增强肌肉力量;做触耳运动以改善上肢的柔韧性;做抬肘运动增强肩部的稳定性<sup>[7、8]</sup>;做转体运动锻炼腰部的柔韧性及核心力量等。每次的运动时间控制在10-30min,每天运动1-3次。通过循序

渐进的运动锻炼能够让患者保持积极乐观的心态,从而减少疾病的复发。

### 1.3 观察指标

分别在出院后的1个月、3个月对患者进行随访,了解患者的康复情况,根据患者的恢复情况调整护理指导方案。同时对比两组患者依从性、生命质量、焦虑及抑郁评分、上肢功能恢复情况及整体护理满意度。

(1) 依从性:指的是患者术后的对患肢功能锻炼的依从性,采取问卷调查的方式,内容包括身体锻炼的依从性(包括9个条目)、术后注意事项的依从性(包括5个条目)及主动寻求建议的依从性(包括4个条目)。每项内容中的每个条目以评分的方式划分出不同的等级,评分从1分至4分,评分越高则说明患者的某项内容的依从性越高,能够帮助评估患者在术后康复期间的自我管理能力和康复效果。

(2) 生命质量:采用乳腺癌患者生命质量测定量表(FACT-B)进行评估。量表中包含36个条目,每个条目用0-4分进行评估,评分越高则说明患者的生命质量越高。能够帮助评估患者在接受不同护理方案前后的生命质量变化。

(3) 焦虑及抑郁评分:分别使用焦虑自评表及抑郁自评量表进行评估,评分越高则焦虑、抑郁程度越高。能够用来评估在护理前后患者不良心理的改善情况。

(4) 上肢功能恢复情况:以测定患侧肩关节的活动范围来判定上肢功能恢复情况,包括的内容有肩关节外展、前屈、后伸及旋内旋外的活动度。分别根据不同活动角度来判定达到优、良及差,以优及良的例数和所占比例为优良率。

(5) 护理满意度:使用问卷调查表来了解患者对护理方案的满意情况,根据所填内容分为非常满意、基本满意及不满意,满意度=(非常满意例数+基本满意例数)/30×100%。

### 1.4 统计学方法

统计学软件:SPSS23.0,计量资料:用( $\bar{x} \pm s$ ),用t检验,计数资料:用(%)表示,进行 $\chi^2$ 检验,差异有显著性:用 $P < 0.05$ 表示。

## 2 结果

### 2.1 两组患肢功能锻炼的依从性比较

延续组各项依从性评分均高于对照组,差异有显著性( $P < 0.05$ )。见表1。

### 2.2 两组护理前后生命质量及焦虑、抑郁评分比较

护理前评分间无显著差异( $P > 0.05$ ),护理后组间评分形成统计学差异( $P < 0.05$ )。见表2。

表1 两组患肢功能锻炼的依从性比较( $\bar{x} \pm s$ ,分)

组别	n	身体锻炼依从性	术后注意事项依从性	主动寻求建议依从性
延续组	30	31.2 ± 5.3	21.2 ± 3.8	16.2 ± 3.6
对照组	30	19.3 ± 5.4	16.1 ± 2.8	9.2 ± 2.3
t		5.162	4.023	5.038
P		0.001	0.001	0.001

表 2 两组护理前后生命质量及焦虑、抑郁评分比较 ( $\bar{x} \pm s$ , 分)

组别	n	生命质量评分		焦虑评分		抑郁评分	
		护理前	护理后	护理前	护理后	护理前	护理后
延续组	30	98.3 ± 21.1	116.6 ± 15.9	67.4 ± 3.5	40.2 ± 3.7	68.3 ± 3.2	43.5 ± 2.9
对照组	30	96.5 ± 22.1	105.2 ± 16.9	68.2 ± 4.3	54.3 ± 2.6	67.1 ± 5.3	55.6 ± 3.1
t		0.425	3.012	0.314	4.782	0.374	4.325
P		0.668	0.004	0.671	0.003	0.605	0.002

### 2.3 两组上肢功能恢复情况比较

延续组优良率高于对照组, 差异显著 ( $P < 0.05$ )。见表 3。

表 3 两组上肢功能恢复情况比较

组别	n	优 (n)	良 (n)	差 (n)	优良率 (%)
延续组	30	22	7	1	96.67
对照组	30	13	11	6	80.00
$\chi^2$					3.021
P					0.034

### 2.4 两组护理满意度比较

延续组护理满意度显著高于对照组, 差异显著 ( $P < 0.05$ )。见表 4。

表 4 两组护理满意度比较

组别	n	非常满意 (n)	基本满意 (n)	不满意 (n)	满意度 (%)
延续组	30	25	5	0	100.00
对照组	30	14	12	4	86.67
$\chi^2$					3.017
P					0.036

## 3 讨论

当前, 乳腺癌手术患者的生存期在不断延长, 但手术后的乳房缺失往往会带给患者极大的心理负担, 主要表现为焦虑及抑郁, 对术后的康复及生活质量均会造成不良影响。再加上患者对于术后康复知识的缺乏, 使得术后康复成为一个热点话题。因此, 对于乳腺癌术后患者实施延续性护理是非常必要的。术后的延续护理计划不仅能够为患者提供持续不断的护理和医疗咨询, 更重要的是可以显著提高患者及其家庭照顾者的护理能力<sup>[9]</sup>。以行动研究法为基础的延续性护理, 能够根据患者的情况实施个性化的护理措施; 通过行动研究法在护理实践中发现问题并及时找到解决的方案, 并不断地调整与改进, 真正地实现护理持续改进与优化, 可有效满足患者的个性化需求, 为其提供更好的护理服务<sup>[10-11]</sup>。以上研究结果显示, 延续组的各个指标均优于对照组, 提示以行动研究法为基础的延续性护理能够提升患者的患肢锻炼依从性, 提高生命质量, 改善不良情绪, 促进上肢功能恢复, 赢得患者的满意, 可推广应用。

## 参考文献:

- [1]田俊英.延续性护理干预在乳腺癌患者术后护理中的效果研究[J].中国药物与临床, 2021 (15): 2746-2747.
- [2]于智慧.延续性护理在乳腺癌患者出院后的效果分析[J].家有孕宝, 2021, 3 (2): 46.
- [3]朱莹.延续性护理对乳腺癌术后患者的护理效果[J].妇幼护理, 2022 (20): 4622-4624, 4627.
- [4]董军花, 张会, 李娜, 罗婷.延续性护理对乳腺癌患者术后癌性疲乏及生活质量的改善作用[J].结直肠肛门外科, 2021 (s01): 171-172.
- [5]易宝妹, 易彩文, 叶焕珍, 等.延续性护理对乳腺癌术后患者肩关节活动度及疼痛的影响分析[J].婚育与健康, 2023 (23): 100-102.
- [6]高瑞.院外延续性护理措施对乳腺癌术后患者功能恢复的干预[J].健康之友, 2021 (8): 228.
- [7]王欣.延续性护理在乳腺癌改良根治术后患者上肢功能锻炼中的应用效果[J].中国民康医学, 2021 (15): 175-177.
- [8]林栓琴, 赵晓园, 叶彦军.基于延续性护理的结构式家庭指导在乳腺癌根治术患者中的应用研究[J].中国肿瘤临床与康复, 2022 (8): 980-984.
- [9]唐倩倩, 段晓慧.延续性护理干预在乳腺癌术后患者中的应用[J].妇儿健康导刊, 2023 (18): 163-165.
- [10]孙蒙蒙, 孙文雯.延续性护理干预在乳腺癌患者术后的应用价值[J].中文科技期刊数据库 (全文版) 医药卫生, 2022 (5): 82-84.
- [11]王婷, 黄胜瑾.医院, 社区, 家庭共同参与的延续性护理在乳腺癌根治术患者中的应用[J].当代护士 (专科版), 2023 (4): 94-97.