

# 循证护理干预应用于乳腺癌护理中对患者康复及生活质量的 影响分析

赵琴

(湖北省石首市人民医院普外科)

**【摘要】**目的：分析循证护理的应用价值。方法：选取2024年1月-2024年12月100例乳腺癌手术患者，随机分组。对照组采取常规护理，观察组采取循证护理。比较两组术后康复指标差异，并比较两组护理前后负面情绪、生活质量变化，调查两组患者的护理满意情况。结果：观察组各指标优于对照组，差异有意义( $P < 0.05$ )。结论：循证护理可以降低术后并发症发生率，改善患者的负面情绪与生活质量，促使患者早期康复出院。

**【关键词】**循证护理；乳腺癌；康复；生活质量；淋巴水肿；护理满意度

Analysis of the impact of evidence-based nursing intervention on patient rehabilitation and quality of life in breast cancer care

Zhao Qin

(General Surgery Department of Shishou People's Hospital, Hubei Province)

[Abstract] Objective: To analyze the application value of evidence-based care. Methods: 100 patients undergoing breast cancer surgery from 01 / 2024 to 12 / 2024 were selected and randomized. The control group took routine care, and the observation group adopted evidence-based care. Compare the postoperative rehabilitation indicators between the two groups, and compare the changes of negative emotions and quality of life before and after the two groups, and investigate the nursing satisfaction of the two groups of patients. Results: Each index in the observation group was better than the control group and significant ( $P < 0.05$ ). Conclusion: Evidence-based care can reduce the rate of postoperative complications, improve the negative emotions and quality of life of patients, and promote the early recovery and discharge of patients.

[Key words] evidence-based nursing; breast cancer; rehabilitation; quality of life; lymphedema; nursing satisfaction

乳腺癌是女性常见恶性肿瘤，该病早期无明显症状，晚期可发生远端转移，引起多器官病变，威胁患者的生命健康安全<sup>[1]</sup>。目前临床对于该病主要采取以手术为主的治疗方案。手术虽然具有较好的治疗效果，但是也可能引起多种并发症<sup>[2]</sup>；加上手术会破坏患者的生理结构，影响患者的外观形象，增加心理压力<sup>[3]</sup>。因此需要采取有效的护理干预。循证护理是基于循证理念提出的护理方案，可以根据乳腺癌患者常见的护理问题，提出个性化护理策略，有助于改善患者的预后情况，促使患者早期康复<sup>[4-5]</sup>。为了观察循证护理的应用价值，文章研究如下。

## 1. 资料与方法

### 1.1 临床资料

选取2024年1月-2024年12月100例乳腺癌手术患者，随机分组。观察组：年龄为38~62岁，平均为(45.3 ± 5.1)

岁。对照组：年龄为36~61岁，平均为(45.6 ± 5.4)岁。入选标准：乳腺癌手术患者。排除标准：合并精神疾病的患者。

### 1.2 方法

对照组采取常规护理，具体方法为：①术前护理：指导患者做好术前准备，合并高血压的患者需要遵医嘱服用降压药物，控制血压；合并呼吸系统疾病的患者，术前需要进行深呼吸训练、咳嗽排痰训练。术前指导患者多吃高蛋白、高热量、清淡易消化的食物；对于合并低蛋白血症的患者，需要及时纠正，降低术后感染风险。术前3天预防性使用抗生素，预防术后感染。②术中护理：配合麻醉医生调整体位；合理控制温度湿度，术中做好保暖措施，预防术中低体温；配合医生及时传递器械，尽量缩短手术时间。③术后护理：保持切口清洁，叮嘱患者穿着宽松舒适衣服，避开紧身衣；患侧手臂不能热敷，洗澡时水温不能过高；术后4周内应避免上肢负重，之后逐步引导患者进行上肢锻炼，但应避免体

力劳动和剧烈运动；叮嘱患者睡觉时要避免患侧卧位。

观察组采取循证护理，具体措施为：(1)循证分析：通过数据库检索高质量文献以及最新指南，整理相关循证资料，分析乳腺癌患者护理中的常见问题，包括负面情绪、术后疼痛、术后并发症、康复锻炼等方面。根据患者的实际情况制定个性化循证计划，并动态评估实施效果，根据患者的反馈优化护理措施。(2)循证护理：①心理护理：乳腺癌对患者的生命安全造成较大的威胁，加上手术会破坏患者的外观形象，导致患者出现焦虑、抑郁、自卑等负面情绪。因此需要评估患者的心理状况，做好心理支持。例如告知患者可以通过乳房重建手术或是佩戴义乳改善外观形象；并组织病友交流会，让患者相互鼓励、相互倾诉，释放内心痛苦，宣泄负面情绪；同时要叮嘱家属多安慰、关心患者，提高患者的治疗依从性。②疼痛护理：术后需要告知患者疼痛出现原因以及集中部位，采用视觉模拟评量表评估患者的疼痛程度，采取三阶梯镇痛原则进行干预，对于轻度疼痛（VAS评分 $\leq 4$ 分）患者，采取红外线照射、非甾体消炎药、转移注意力等干预方法；对于中重度疼痛（VAS评分 $> 4$ 分）患者，遵医嘱给予阿片类药物镇痛。③并发症护理：术后密切观察引流液颜色与性质，并叮嘱患者避免活动患侧上肢，若发现鲜红色液体，警惕术后出血发生，需要立即止血。患侧上肢加压包扎，持续负压引流，注意保持导管通畅，避免引流不畅引起的皮下积液。术后加强营养支持，叮嘱患者避免过早活动患肢，提高皮瓣成活率；密切观察患肢皮肤温度，

若切口感染，需要遵医嘱使用抗生素治疗。④康复锻炼护理：术后1~3d在医生评估下，指导患者进行上肢内收、伸指、握拳、屈肘、外展等活动，每次10~20min，1天3~5次；术后4~7d，逐步开始前臂功能训练，根据患者的实际情况开展肩颈操，每次20~30min，1天2~3次。要注意康复锻炼以患者耐受为宜，若感到不适需要立即停止运动。

### 1.3 观察指标

比较两组术后康复指标差异，并比较两组护理前后负面情绪、生活质量变化，调查两组患者的护理满意情况。

### 1.4 统计学分析

采用SPSS22.0统计学软件进行统计学分析， $P < 0.05$ 时为差异有统计学意义。

## 2.结果

### 2.1 两组术后康复指标差异

观察组术后康复指标优于对照组，差异有意义（ $P < 0.05$ ），见表1。

### 2.2 两组各评分差异

观察组护理后焦虑评分、抑郁评分低于对照组，生活质量评分高于对照组，差异有意义（ $P < 0.05$ ），见表2。

### 2.3 两组护理满意度差异

观察组护理满意度高于对照组，差异有意义（ $P < 0.05$ ），见表3。

表1 两组术后康复指标差异

组别	术后淋巴水肿发生率 (n, %)	术后24hVAS评分 (分)	住院时间 (d)
观察组 (n=50)	3 (6.0)	4.2 ± 1.0	6.5 ± 2.2
对照组 (n=50)	10 (20.0)	5.6 ± 2.2	8.9 ± 3.1
X <sup>2</sup> /t 值	5.326	5.224	5.432
P 值	0.043	0.042	0.044

表2 两组各评分差异 (分)

组别	焦虑评分		抑郁评分		生活质量评分	
	护理前	护理后	护理前	护理后	护理前	护理后
观察组 (n=50)	65.2 ± 6.2	55.6 ± 5.2	66.6 ± 6.4	53.1 ± 5.1	50.6 ± 5.2	75.6 ± 7.6
对照组 (n=50)	65.1 ± 6.3	60.4 ± 6.1	66.5 ± 6.3	58.2 ± 5.5	50.5 ± 5.3	68.4 ± 6.3
t 值	1.135	5.225	1.231	5.326	1.114	5.326
P 值	0.104	0.042	0.114	0.043	0.102	0.043

表2 两组护理满意度差异

组别	非常满意	基本满意	不满意	总满意率 (%)
观察组 (n=50)	30	17	3	94.0
对照组 (n=50)	20	20	10	80.0
X <sup>2</sup> 值				5.134
P 值				0.041

### 3. 讨论

近些年来,随着社会环境变化,乳腺癌发生率逐年升高,对女性的健康安全造成较大的威胁<sup>[6]</sup>。手术是乳腺癌治疗的重要方法,可以切除病灶达到治愈的效果,但是手术对身体的创伤大,加上部分患者因为乳房切除出现自卑心理,影响其生活质量<sup>[7-8]</sup>。因此需要加强临床护理支持。

循证护理主要是以循证依据为基础,动态调整护理策略,通过个性化的干预措施,解决护理问题,从而提高患者的满意度<sup>[9-10]</sup>。心理护理有助于减轻患者由于乳房缺失引起的焦虑、抑郁情绪,通过病友交流可以让患者更好地接受身

体变化,提高自信心<sup>[11-12]</sup>。疼痛护理可以有效减轻患者术后疼痛感,从而提高患者对术后康复锻炼的依从性。并发症护理的实施,可以有效预防各种术后并发症发生,从而缩短患者的住院时间<sup>[13-14]</sup>。术后康复锻炼有助于促进淋巴回流,预防淋巴水肿发生,提高上肢功能。有研究指出,循证护理可以改善患者的心理状况,符合本次研究结论<sup>[15]</sup>。本次研究中:观察组各指标优于对照组,这主要是由于循证护理通过标准化的护理措施,改善患者的身心状况,减少并发症发生,缩短患者的住院时间。

综上所述,循证护理可以降低术后并发症发生率,改善患者的负面情绪与生活质量,促使患者早期康复出院。

### 参考文献:

- [1]刘娟,吕淑贞,张倩倩,等.老年乳腺癌幸存者癌症复发恐惧、自我效能及生活质量的相关性[J].中华老年多器官疾病杂志,2024,23(8):576-579.
- [2]陈思诺,侯亚甜,李珍,等.乳腺癌术后患者重返工作后工作生活质量及相关因素[J].中国心理卫生杂志,2024,38(6):493-499.
- [3]AZANI, HANIEH, HOMAYOUNI TABRIZI, MASOUD, NEAMATI, ALI, et al. The Ferula Assa-foetida Essential Oil Nanoemulsion (FAEO-NE) as the Selective, Apoptotic, and Anti-Angiogenic Anticancer Compound in Human MCF-7 Breast Cancer Cells and Murine Mammary Tumor Models[J]. Nutrition and Cancer: An International Journal, 2022, 74(6/8): 2196-2206.
- [4]JOSHI, SHALAKA, CHIGURUPATI, PRAGNYA, REDDY, ASHA, et al. Retrospective audit of the yield of internal mammary lymph node dissection and literature review in the management of breast cancer[J]. Indian journal of cancer., 2024, 61(1): 61-67.
- [5]谭圣楠.循证护理干预应用于乳腺癌护理中对患者康复及生活质量的影响分析[J].当代医药论丛,2024,22(24):162-165.
- [6]张兰兰,刘春芳.循证护理在乳腺癌化疗患者中的应用效果分析[J].安徽医专学报,2024,23(6):114-116.
- [7]PEROSI, ISABELA F. S., SAITO, MYLENA M., VARALLO, GIOVANNA ROSSI, et al. Protein Expression of PI3K/AKT/mTOR Pathway Targets Validated by Gene Expression and its Correlation with Prognosis in Canine Mammary Cancer[J]. Journal of mammary gland biology and neoplasia, 2022, 27(3/4): 241-252.
- [8]高彬.循证护理在乳腺癌术后患者康复训练中的应用效果[J].中国民康医学,2024,36(14):176-178.
- [9]GARYFALLIA PANTELAIUO - PROKAKI, OLIVER REINHARDT, NADINE S. GEORGES, et al. Basal-like mammary carcinomas stimulate cancer stem cell properties through AXL - signaling to induce chemotherapy resistance[J]. International Journal of Cancer =: Journal International du Cancer, 2023, 152(9): 1916-1932.
- [10]王亚妮,高姣,陈燕.渐进性患肢循证护理锻炼对乳腺癌术后患者康复的效果[J].中国医药导报,2023,20(2):160-163,176.
- [11]刘灵.循证护理在乳腺癌术后早期功能锻炼中的应用效果分析[J].中外医疗,2023,42(35):182-185.