

围术期娱乐运动套方在肺癌患者中的应用

董仙英 徐琪纹 钟娟

术前术后合理运动均可对肺癌患者产生积极的促康复效应^[1],但肺癌患者普遍处于围术期运动低依从性状态,有必要以积极方式促成围术期运动依从性的提升。娱乐运动套方指选择具备娱乐性质与功效的运动项目为运动方式,在健康群体休闲领域及体育教学方面显示了较为理想的促运动依从性提升效果^[2]。本次研究尝试采用围术期娱乐运动套方开展肺癌手术患者运动康复护理,效果较好。现报道如下。

1 资料与方法

1.1 一般资料 本次研究经医院伦理委员会审批通过。选择2018年8月至2019年12月收住于浙江省医疗健康集团衢州医院的肺癌手术患者80例为研究样本,其中男性51例、女性29例;年龄49~64岁,平均年龄(56.55±7.19)岁;临床分期:I期38例、II期33例、IIIa期9例;所有肺癌患者均满足非小细胞肺癌确诊标准,首次肺叶切除术,知情同意;并剔除:全肺/楔形切除,无能力安全完成运动计划患者,认知精神障碍患者,拒绝参与患者。按照随机数字表法分为试验组和对照组,各40例。试验组中男性25例、女性15例;平均年龄(56.58±7.17)岁;临床分期:I期18例、II期18例、IIIa期4例。对照组中男性26例、女性14例;平均年龄(56.53±7.22)岁;临床分期:I期20例、II期15例、IIIa期5例。两组一般资料比较,差异均无统计学意义(P 均>0.05)。

1.2 方法 对照组接受常规围术期运动护理。试验组接受娱乐运动套方干预,套方由术前、术后早期、出院后早期娱乐运动处方构成,具体实施方式

如下:

1.2.1 术前娱乐运动处方 术前鼓励引领患者于环境优美、场地宽阔安全的区域如湖畔、公园等地开展娱乐运动,由健步走与交谊舞二个阶段组成。运动后组织运动体验交流会,分享成功完成运动计划的喜悦感及运动所带来的愉悦感。

1.2.2 术后早期娱乐运动处方 在对患者术后康复状态进展等充分评估的基础上,指导开展早期娱乐运动,先行早期运动康复重要价值的科普化解析宣讲,授予安全运动管理技能,并告知患者本运动项目属娱乐性质,可随个人意愿随时终止运动,无需承受运动任务压力。运动环境以室内为主,运动处方由室内集体步行、呼吸体操与运动体验经验分享三个部分组成,运动结束后组织病友交流会,分享运动快乐,增进运动意愿,发放运动日志,教会并督导患者将每日运动步数、运动心率、自感劳累分级、运动时间等记录于运动日志。

1.2.3 出院后早期娱乐运动处方 出院时强调继续坚持运动的重要价值,与患者及家属等共同探寻其喜爱的娱乐运动项目,如太极拳、交谊舞、广场舞等,鼓励家属于院外期陪同患者坚持娱乐运动,引领病友互相邀约共同运动,以运动日志做好运动管理与督导。

1.3 评价方法 自行设计肺癌手术患者运动依从性调查量表,于术前、术后及出院后进行评估,分值越高提示患者的运动依从性越高。统计比较两组肺癌手术患者的住院时长与术后并发症发生率。术后并发症包括下肢深静脉血栓、坠积性肺炎、压力性损伤^[3]。

1.4 统计学方法 采用SPSS 23.0统计学软件进行数据分析。计量资料以均数±标准差($\bar{x}\pm s$)表示。组间计量资料比较采用 t 检验;计数资料比较采用 χ^2 检验。设 $P<0.05$ 为差异有统计学意义。

DOI: 10.13558/j.cnki.issn1672-3686.2022.007.029

基金项目:衢州市科技计划指导性项目(2018129)

作者单位:324004 浙江衢州,浙江省医疗健康集团衢州医院普外科

2 结果

2.1 两组运动依从性评分比较见表1

表1 两组运动依从性评分比较/分

组别	术前依从性	术后依从性	出院后依从性
试验组	2.60 ± 0.55*	2.68 ± 0.53*	2.73 ± 0.51*
对照组	1.80 ± 0.41	1.78 ± 0.42	1.80 ± 0.41

注: *: 与对照组比较, $P < 0.05$ 。

由表1可见, 试验组患者在术前、术后及出院后的运动依从性评分均高于对照组, 差异均有统计学意义(t 分别=7.45、8.44、9.03, P 均 < 0.05)。

2.2 两组住院时长与并发症发生率比较见表2

表2 两组住院时长与并发症发生率比较

组别	n	住院时长/d	并发症发生率/例(%)
试验组	40	6.05 ± 0.78*	2(5.00)*
对照组	40	8.10 ± 0.81	9(22.50)

注: *: 与对照组比较, $P < 0.05$ 。

由表2可见, 试验组患者的住院时长短于对照组, 并发症发生率低于对照组, 差异均有统计学意义($t = -11.51, \chi^2 = 5.17, P$ 均 < 0.05)。

3 讨论

在围术期对肺癌手术患者应用娱乐运动套方加以干预, 精心设计、选择与肺癌手术患者术前、术后早期及出院后早期运动耐力、运动安全性高度相宜的娱乐运动方案, 以新颖趣味化的运动项目激发肺癌手术患者运动兴趣, 以非压力性原则引领患者自然接受运动康复价值与开启运动康复意愿, 既向患者推荐适宜的娱乐运动项目并提供安全陪护与同步示范引领, 又允许患者以自身体质体能及运动喜好等做出个体化运动方案微调^[4], 融入音乐运动与社会交流运动元素, 使运动康复活动不再机械单调, 使患者不再为完成运动康复任务而苦恼, 降低运动心理负荷, 使运动康复活动兼具心身体养与社会交往性质。本次研究结果显示, 采用娱乐运动套方干预的患者在术前、术后及出院后的运动依从性评分均高于对照组, 差异均有统计学意义(P 均 < 0.05), 表明围术期娱乐运动套方开展能较好地提高

了肺癌手术患者的运动依从性。

娱乐套方分别于术前术后及出院后早期向患者提供具备娱乐特质与康复适用性的娱乐运动处方, 将娱乐精神融汇于运动康复管理之中, 以多样化、轻松愉悦的运动项目提高患者参与度, 创设积极良好的运动康复活动氛围, 鼓励支持患者依个人喜好、在安全运动原则下自主选择与实践各期娱乐运动项目, 通过病友会开展运动益处与运动喜悦分享^[5], 于出院后早期强力督导支持患者顺利完成运动康复模式成形关键期, 充分发挥各期运动活动的积极康复效应, 降低运动不足或不安全运动所致多种并发症风险。本次研究结果显示, 采用娱乐运动套方干预的患者的住院时长短于对照组, 并发症发生率低于对照组, 差异均有统计学意义(P 均 < 0.05), 表明围术期娱乐运动套方的应用有助于推动肺癌手术患者的安全康复进度。

综上所述, 围术期娱乐运动套方的应用有助于提升肺癌手术患者运动依从性, 进而促进其安全康复进度。本次研究存在样本量较少、研究时间较短, 研究结论需进一步做出更为严谨的设计进行验证。

参考文献

- 1 鲁伟, 傅晓青, 杨勇, 等. 加速康复外科在胸外科的应用现状[J]. 浙江临床医学, 2017, 19(11): 2157-2159.
- 2 丁伟, 张德军. 现代运动休闲中的健康与娱乐价值取向研究[J]. 广州体育学院学报, 2018, 38(1): 60-62, 67.
- 3 马潇然, 董高悦, 孟爱凤, 等. 肺癌患者围手术期娱乐运动方案的制订及实践[J]. 中华护理杂志, 2019, 54(9): 1313-1317.
- 4 陈毓雯, 管慧芸. 五禽戏之鸟戏对肺癌病人中医症状、运动耐量及生活质量的影响[J]. 护理研究, 2019, 33(23): 4029-4032.
- 5 邱宜梅. 基于病友互助模式的呼吸功能锻炼在肺癌围术期患者中的应用效果[J]. 护理实践与研究, 2020, 17(5): 65-67.

(收稿日期 2022-01-12)

(本文编辑 高金莲)