

## 早期护理干预对乳腺癌术后患肢功能康复及对淋巴水肿发生率的影响

杜鑫

大理大学第一附属医院 云南大理

**【摘要】目的** 实验将针对乳腺癌患者实施治疗，重点分析早期护理干预对于改善患者的患肢功能以及降低淋巴水肿发生率的改善效果。**方法** 针对 80 例乳腺癌患者为对象，疾病就诊时间为 2021 年 1 月截止于 2022 年 5 月的患者，可以通过 1:1 的方式进行平均数分组，对照组为传统护理干预，观察组为早期护理干预，对比治疗成果。**结果** 从数据可见，观察组患者上肢淋巴水肿发生率低于对照组，具有统计学意义 ( $P < 0.05$ )。同时在对比患者的躯体功能，社会功能，生理功能等生活质量上，以观察组高于对照组，具有统计学意义 ( $P < 0.05$ )。最后，在患者功能康复优良率中，观察组患者以 95.0%，高于对照组的 77.5%，差异显著 ( $P < 0.05$ )。**结论** 采用早期护理干预对于乳腺癌患者病情改善并发症防控均有较好的成效，能够促进患者患肢功能恢复，值得推广。

**【关键词】** 早期护理干预；乳腺癌术；患肢功能康复；对淋巴水肿发生率

### Effect of early nursing intervention on postoperative limb rehabilitation and incidence of lymphedema after breast cancer

Xin Du

The First Affiliated Hospital of Dali University, Yunnan Dali

**【Abstract】Objective** The experiment will treat breast cancer patients, focusing on the improvement effect of early nursing intervention on improving the affected limb function and reducing the incidence of lymphedema. **Methods** For 80 breast cancer patients treated from January 2021 to may 2022, the average group can be divided by 1:1. The control group is traditional nursing intervention, and the observation group is early nursing intervention, and then the treatment results were compared. **Results** According to the data, the incidence of upper limb lymphoedema was lower than that of the control group ( $P < 0.05$ ). At the same time, when comparing the physical function, social function, physiological function and other quality of life, the observation group was higher than the control group, which was statistically significant ( $P < 0.05$ ). Finally, in the excellent rate of patient functional recovery, 95.0%, higher than 77.5% in the control group, showed a significant difference ( $P < 0.05$ ). **Conclusion** Early nursing intervention has achieved good results in improving the complication prevention and control of breast cancer patients, which can promote the functional recovery of the affected limbs and is worth promoting.

**【Key words】** early nursing intervention; breast cancer surgery; rehabilitation of affected limb function; incidence of lymphedema

近几年乳腺癌已经成为全球女性第一大杀手，严重威胁女性的健康。对于癌症化疗的患者其常见的情况则是恶心、呕吐，其属于胃肠道反应，虽然不是致命性不良反应，但是也会严重影响患者的生活质量<sup>[1]</sup>。除此之外，在手术切除下，由于手术侵袭性的特点，也有可能引起患者侧肢水肿功能障碍，

由此降低生活质量，加重了心理负担，通过早期功能锻炼，能够加速淋巴回流，促进创口的早日愈合，也有助于患者机体功能的恢复<sup>[2]</sup>。鉴于此，针对 80 例乳腺癌患者为对象，疾病就诊时间为 2021 年 1 月截止于 2022 年 9 月的患者，重点讨论早期护理干预的应用情况。

## 1 资料与方法

### 1.1 一般资料

针对 80 例乳腺癌患者为对象, 疾病就诊时间为 2021 年 1 月截止于 2022 年 5 月的患者, 可以通过 1:1 的方式进行平均数分组, 观察组女性年龄范围是 31-55 岁, 平均年龄  $45.12 \pm 7.33$ ; 对照组女性年龄范围是 32-54 岁, 平均年龄  $46.01 \pm 8.34$  岁。两组患者的性别、年龄等基本情况无明显差异, 组间基线资料可比 ( $P > 0.05$ )。经过本院报备医务科, 并获取医学伦理委员会批准后开展。

纳入标准: (1) 病人对研究知情同意; (2) 经病理学等检查明确诊断; (3) 病人意识清楚; (4) 病人认知和沟通能力正常。

排除标准: (1) 免疫系统异常者。(2) 严重心脑血管疾病者。(3) 孕妇。(4) 精神病者。(5) 凝血功能障碍者。(6) 其他恶性肿瘤者。(7) 中途转诊者。

### 1.2 实验方法

对照组为传统护理干预, 主要是讲解化疗后的不良反应, 加强对患者的健康教育和心理疏导, 帮助患者认识化疗的作用和副作用, 对出现的不良事件有一个心理预期, 减少治疗期间的过度焦虑, 帮助患者缓解治疗压力, 建立治疗信心, 针对治疗期注意事项进行提醒。

观察组为早期护理干预, 实施早期的心理疏导, 帮助患者适应疾病治疗以及倾听患者主诉, 帮助患者发泄情绪, 缓解心理治疗压力, 同时, 要关注家庭支持对患者心境的影响。在早期康复护理中, 可实施徒手淋巴引流, 对淋巴引流的要点进行展示, 需要合并食指中指无名指, 从颈窝锁骨, 胸部的顺序进行旋转按摩, 并且沿着乳腺切口的位置, 对疤痕处进行轻轻按摩, 从远心端到近心端逐步推进, 力度适当。在术后拆线后, 可进行每日三次, 每次 10 分钟的徒手淋巴引流。此外, 在淋巴水肿的预防护理中, 应当尽可能保持患侧手臂血液循环通畅。不宜在患侧肢体采血、静脉注射、测量血压等, 不得拎重物, 不得佩戴过紧的手链, 弹力手镯等。若

出现疼痛, 瘙痒红肿等感染症状时, 需要及时汇报。在早期功能锻炼中, 首先要加强患肢肿胀预防可在术后 1 天为患者提供弹力球紧握和松开的训练, 包括握拳和屈腕的练习, 在术后 3 天左右开始屈肘运动, 术后 5 天可握住患侧拇指, 并且同步伸直肘关节, 向上举到与肩关节平齐的位置, 进行手部对侧耳朵的触摸。在术后 7~8 天的时候, 可开展肩关节外展和旋转运动, 具体而言, 上肢的旋转运动, 需要先垂直上肢并将五指合并, 从身体前方来抬高患肢至最高点, 并且在身体外侧逐步恢复原位, 再上举时一定要伸直, 避免弯曲动作应该连贯。在上肢后伸的运动上则需要将肢体下垂, 并从后面用力向上摆动, 上肢再恢复到原位, 而身体则保持挺胸抬头的姿势<sup>[3]</sup>。在术后 9~10 天可进行上臂的展开运动。如双手叉腰, 头部从右向左旋转, 手臂前后摆动。在患者居家生活中, 也应当给予简单的建议, 如通过晒衣服, 擦窗户, 扫地等方式来进行锻炼的替代, 这也有助于患者逐步恢复家庭生活, 但是也要防止劳累, 出现心率加快, 呼吸加快的情况。

### 1.3 评价标准

本次调研将关注患者的患肢功能恢复情况, 可分为优、良、中、差四个方面, 同时对患者的生活质量进行调研, 采用 SF-36 生活量表, 从四个维度进行主要分析, 分别是生理职能、情感职能、社会功能、躯体疼痛。最后, 还要关注患者的上肢淋巴水肿发生率。

### 1.4 统计方法

测验数据均在 SPSS22.0 中录入, 计数资料为%, 实施卡方检验; 计量资料为 ( $\bar{x} \pm s$ ), 实施 t 检验。以  $P < 0.05$  为界限, 如果符合则视为统计学意义。

## 2 结果

就数据中看, 观察组患者上肢淋巴水肿发生率低于对照组, 即观察组为 2.5% (1/40), 对照组则为 15.0% (6/40), 具有统计学意义 ( $P < 0.05$ )。

同时在对患者的躯体功能, 社会功能, 生理功能等生活质量上, 以观察组高于对照组, 具有统计学意义 ( $P < 0.05$ )。如表 1 所示。

表 1 对比两组患者生活质量 ( $\bar{x} \pm s$ )

组别	例数	生理职能	情感职能	社会功能	躯体疼痛
对照组	40	71.56±3.91	71.64±4.82	72.25±4.46	71.62±4.57
观察组	40	80.71±4.93	79.37±4.05	81.44±5.92	78.64±6.25
t		9.120	7.766	7.842	5.734
p		0.000	0.000	0.000	0.000

最后,在患者功能康复优良率中,观察组患者以95.0%(38/40),高于对照组的77.5%(31/40),差异显著( $P<0.05$ )。

### 3 讨论

乳腺癌属于女性常见的恶性肿瘤,在近年来发生率升高,而乳腺癌早期的表现则为乳房肿块、乳头凹陷等等,并对患者的心理造成了较大的威胁。在为患者实施治疗中,以乳腺癌根治术为主要方式。但是在手术治疗后也会出现疼痛,肩关节活动受限以及上肢水肿等问题,由此要加强对患者的护理指导,帮助患者通过早期患肢功能训练来改善生活状态,提升自理能力,同时,还要帮助患者解决好心理问题,降低对治疗功能锻炼的抵触,积极地参与其中<sup>[4]</sup>。

早期护理干预的应用,首先为患者提供的心理疏导,帮助其认识疾病和治疗方案,并讲解成功的治疗案例,帮助患者恢复信心,积极地面对接下来的人生,另一方面,早期护理的重点在于功能锻炼,这对于患者的恢复,伤口的愈合都有帮助。从手术上看,可以降低患者的死亡率,但是在手术中会将肿块和乳房切除,这就会导致组织损伤,多淋巴回流受阻,肩关节活动度下降<sup>[5]</sup>。在早期康复护理中,能够提升患者对医护人员的信任,积极的配合术后康复训练,并结合患者的康复情况来制定康复方案。特别是对于相对年轻的患者,在接受手术治疗后会存在损伤,并导致精神受创、机体受创,在常规护理服务下,并不能取得良好的成效,由此,在护理干预过程中,要坚持以人为本的核心原则,以实际情况为根据,帮助患者纠正错误认知,改善不良情绪<sup>[6]</sup>。早期康复的开展也是层层递进的需要,按照科学的方法和沟通方式来解决,也包括对患者的心理建设。在功能锻炼中,也分为术后康复锻炼,术后一周功能锻炼。

通过患肢功能锻炼,首先有利于上肢静脉回流以及引流液的流出,同时能够降低不良事件发生率,特别是严重水肿的发生。另一方面,在早期功能锻炼下能够减少疤痕挛缩,也由此提升患者的上肢功能恢复<sup>[7]</sup>。即在开展活动中建议患者术后24小时进行手指、腕部的锻炼,可通过握拳、伸指来练习。这时候也可以结合肌肉泵作用来促进血液淋巴循环,并在协助下进行屈肘练习,逐步过肩关节。在4到7天的时候,主要为肩关节的训练,在早期训练中,则可以结合三角肌,斜方肌来恢复功能<sup>[8]</sup>。

值得一提的是患者出院后也需要重复院内的各项练习,特别是扶墙抬高上肢运动,这样有助于提高肩关节的活动范围。可本次调研可见观察组患者的护理效果更好,整体方案的应用具有讨论、传播价值。

综上所述,采用早期护理干预对于乳腺癌患者病情改善并发症防控均有较好的成效,能够促进患者患肢功能恢复,值得推广。

### 参考文献

- [1] 国玉红,孙郑颖,胥蕾,肖云萍.早期护理干预对乳腺癌术后患肢淋巴水肿预防的研究[J].中国实用护理杂志,2021,37(14):1078-1083.
- [2] 汪明淼.早期护理干预对乳腺癌患者术后患肢功能锻炼的效果观察[J].实用临床护理学电子杂志,2019,4(51):109-114.
- [3] 韩宁晓.早期护理干预在乳腺癌术后患肢功能康复中的临床疗效探讨[J].实用妇科内分泌电子杂志,2019,6(29):149-151.
- [4] 徐晶.早期护理干预对乳腺癌患者术后患肢功能锻炼的效果观察[J].中国现代药物应用,2018,12(23):155-156.
- [5] 谢秀花.早期护理干预在乳腺癌术后患肢功能康复中的临床疗效分析[J].基层医学论坛,2018,22(24):3355-3357.
- [6] 刘虹.早期护理干预对乳腺癌患者术后患肢功能锻炼依从性及自理能力的影响[J].临床研究,2018,26(05):188-190.
- [7] 马占英.应用早期护理干预对乳腺癌患者术后患肢功能锻炼的效果探讨[J].中西医结合心血管病电子杂志,2018,6(04):158-159.
- [8] 刘虹.早期护理干预对乳腺癌患者术后患肢功能锻炼依从性及自理能力的影响[J].河南医学研究,2017,26(11):1942-1943.

收稿日期:2022年8月11日

出刊日期:2022年11月4日

引用本文:杜鑫.早期护理干预对乳腺癌术后患肢功能康复及对淋巴水肿发生率的影响[J].现代护理医学杂志,2022,1(6):157-159

DOI:10.12208/j.jmm.202200381

检索信息:RCCSE权威核心学术期刊数据库、中国知网(CNKI Scholar)、万方数据(WANFANG DATA)、Google Scholar等数据库收录期刊

版权声明:©2022作者与开放获取期刊研究中心(OAJRC)所有。本文章按照知识共享署名许可条款发表。<https://creativecommons.org/licenses/by/4.0/>



OPEN ACCESS