

八段锦联合情志护理对恶性肿瘤患者癌因性疲乏及负性情绪的影响

梁昌兰, 杜婷婷, 赵芹芹, 钱士悦

安徽医科大学第一附属医院 安徽

【摘要】目的 分析八段锦联合情志护理对恶性肿瘤患者癌因性疲乏及负性情绪的影响。**方法** 选取我院于2022.12-2023.05月收治的52例恶性肿瘤患者作为研究对象, 将其按照随机数字表法分为对照组(26例, 使用常规护理)和观察组(26例, 使用八段锦联合情志护理)。对两组的护理效果进行分析。**结果** 两组患者在接受护理后均取得一定效果, 但观察组在采用八段锦联合情志护理后, 其癌因性疲乏情况、负性情绪情况、社交积极性均优于对照组, 差异均有统计学意义($P < 0.05$)。**结论** 在恶性肿瘤患者护理中, 采用八段锦联合情志护理能取得较佳的效果, 可有效减轻其癌因性疲乏程度, 减少其负性情绪, 提升其社交积极性。

【关键词】 恶性肿瘤; 八段锦; 情志护理

【收稿日期】 2023年7月15日 **【出刊日期】** 2023年8月10日 DOI: 10.12208/j.jmmn.2023000414

Effect of Baduanjin qigong Combined Emotional Nursing on Cancer related Fatigue and Negative Emotion of Patients with Malignant Tumor

Changlan Liang, Tingting Du, Qinqin Zhao, Shiyue Qian

The First Affiliated Hospital of Anhui Medical University, Anhui

【Abstract】Objective To analyze the effect of Baduanjin qigong combined with emotional nursing on cancer-related fatigue and negative emotions of patients with malignant tumors. **Methods** 52 cases of malignant tumor patients admitted to our hospital from December 2022.12 to May 2023.03 were selected as the research objects, and they were randomly divided into the control group (26 cases, using conventional nursing) and the observation group (26 cases, using Baduanjin qigong combined emotional nursing). Analyze the nursing outcomes of both groups. **Results** After receiving nursing care, both groups of patients achieved certain results, but the cancer related fatigue, negative emotion and social enthusiasm of the observation group were better than those of the control group after Baduanjin qigong combined emotional nursing care, and the difference was statistically significant ($P < 0.05$). **Conclusion** In the nursing of patients with malignant tumor, Baduanjin qigong combined emotional nursing can achieve better results, effectively reduce their cancer-related fatigue, reduce their negative emotions, and enhance their social enthusiasm.

【Key words】 Malignant tumors; Baduanjin qigong; emotional nursing

恶性肿瘤是由于机体细胞失去正常调控, 过度增殖而引起的疾病。这些过度增殖的细胞会侵犯周围组织, 甚至经由体内循环系统或淋巴系统转移到身体其他部分。由于各种恶性肿瘤的发生部位不同, 病理形态不同, 以及发展阶段不同, 因此会产生各种各样的临床表现^[1]。根据恶性肿瘤的分型和分期, 其治疗方案也有所不同, 主要包括手术治疗、放射治疗、化疗、分子靶向治疗、免疫治疗等。但在治疗期间患者可能出现脱发、呕吐、乏力等副作用, 从而使其出现焦虑、抑郁、不安等负面情绪, 影响治疗效果^[2]。因此, 在恶性肿瘤患者治疗期间采取有效护理措施具有重要意义。

本文研究了八段锦联合情志护理对恶性肿瘤患者的影响, 现报告如下:

1 对象和方法

1.1 对象

选取我院于2022.12-2023.05月收治的52例恶性肿瘤患者作为研究对象。将其按照随机数字表法, 分为对照组: 26例, 男9例, 女17例, 年龄40-65岁, 平均 52.33 ± 4.04 岁。肿瘤类型: 肺癌5例, 乳腺癌5例, 胃肠癌9例, 其他7例; 观察组: 26例, 男11例, 女15例, 年龄42-67岁, 平均 54.14 ± 4.12 岁; 肿瘤类型: 肺癌5例, 乳腺癌6例, 胃肠癌10例, 其他

5例。两组一般资料差异无统计学意义($P>0.05$)。纳入标准: 两组患者均知晓本次研究内容, 且已签署知情同意书; 临床资料完整。排除标准: 合并集体其他系统和器官并发症者; 恶病质肿瘤, 且出现全身转移者; 存在精神障碍者; 存在认知障碍者; 中途退出研究者。

1.2 方法

对照组采用常规护理, 包括心理疏导、饮食护理、休息指导等。观察组采用八段锦联合情志护理:

1.2.1 八段锦

动作口诀: 两手托天理三焦, 左右开弓似射雕, 调理脾胃臂单举, 五劳七伤往后瞧, 摇头摆尾去心火, 两手攀足固肾腰, 攢拳怒目增气力, 背后七颠百病消。实施方法: 在网络上下载八段锦教学视频, 通过多媒体播放组织患者集体接受训练, 每天学习八段锦锻炼方法, 2次/d, 15-20min/次。同时向患者发放八段锦锻炼手册, 告知患者出院后继续锻炼。

1.2.2 情志护理

1.2.2.1 情志相胜法

根据患者自身情况, 了解患者的文化水平、性格、爱好等, 积极与患者沟通, 建立良好的护患关系, 密切评估患者的心理状态, 鼓励患者积极与他人沟通, 表达自己的真实想法, 并与其他人分享他们的快乐经历和过去的经历。给病人讲幽默故事可以分散他们的注意力, 减轻他们的悲伤和抑郁; 鼓励患者家属参与患者情绪管理, 积极与患者沟通, 增强患者对疾病治疗的信心。

1.2.2.2 借情疗法

根据患者自己的爱好, 播放自己喜欢的轻音乐, 舒缓患者的情绪。例如, 为其演奏《高山流水》、《梅花三弄》、《梁祝》等古典音乐。每次播放30min, 2次/d, 早晚各一次。当患者出院时, 为其提供录音, 并指导其家属在家里播放, 以缓解他们的情绪。

1.2.2.3 移情疗法

根据患者自身的情绪和情感, 分散他们的注意力, 防止其对自己的病情过于关注, 分散他们的注意力。鼓励患者多到户外散步, 积极锻炼身体。出院后, 积极鼓励患者参加社会活动, 尽快回归社会。

1.2.2.4 足浴冥想

每晚泡脚时, 采取舒适的姿势, 保持安静的环境, 引导患者闭上眼睛, 调节呼吸, 遵循呼吸鼻端气流。当有分心或杂念时, 引导患者单纯地观察, 将注意力集中在腹部的起伏或鼻子的气流上, 每次15-20min。

1.2.2.5 安神定志

指导患者静息, 30min/次, 并通过语言引导患者

产生美好想象, 从而减少其负性情绪, 改善心理状态。

1.3 观察指标

采用癌因性疲乏量表(CRF)对两组进行评估, 包括躯体维度、认知维度、情感维度, 每项均为15分, 分数越低, 癌因性疲乏程度越低; 采用医院焦虑抑郁量表(HADS)、匹兹堡睡眠质量量表(PSQI)对两组负性情绪情况进行评估, 其中HADS包括焦虑和抑郁2个亚量表, 总分均为0-21分, 其中8分为分界值, 分数越低, 负性情绪越少。PSQI总分为0-21, 分数越低, 睡眠质量越好; 采用一般疏离感量表(GAS)、社交回避及苦恼量表(SAD)、孤独感自评量表(UCLA)对两组社交积极性进行评估, 其中GAS总分15-60分, 分数越低, 疏离水平越低。SAD总分为0-14分, 分数越低, 社交回避及苦恼越轻。UCLA总分为20-80分, 分数越低, 孤独感越低。

1.4 统计学分析

使用SPSS20.0软件对数据进行统计学分析, 使用“ $\bar{x}\pm s$ ”表示计量资料, 组间比较结果采用t检验。 $P<0.05$ 表示数据差异有统计学意义。

2 结果

2.1 两组癌因性疲乏情况对比

观察组癌因性疲乏情况明显低于对照组, 差异均有统计学意义($P<0.05$)。如表1:

2.2 两组负性情绪情况对比

观察组负性情绪情况明显低于对照组, 差异均有统计学意义($P<0.05$)。如表2:

2.3 两组社交积极性对比

观察组GAS为(37.65±3.52)分、SAD为(6.39±0.82)分、UCLA为(29.73±2.86)分; 对照组GAS为(40.19±3.77)分、SAD为(7.91±1.08)分、UCLA为(31.58±3.13)分。观察组社交积极性明显优于对照组, 差异均有统计学意义($t=2.511, P=0.015; t=5.716, P=0.001; t=2.225, P=0.031$)。

3 讨论

中医学认为恶性肿瘤的产生是在正气亏虚、脏腑虚弱的基础上, 外邪与内生的病理产物相搏, 气滞血瘀, 毒聚痰结, 久而成积。元气根于肾精, 依靠后天水谷精微滋养, 中晚期肿瘤病人, 在机体元气已虚的基础上, 又长期化疗, 可进一步损伤脾胃, 导致脾胃功能丧失, 元气衰竭, 无力驱癌毒外出。而焦虑、抑郁是患者常见负面情绪, 影响其治疗效果^[3]。因此, 在恶性肿瘤患者治疗期间采取有效护理措施具有重要意义。

在本研究中, 通过对恶性肿瘤患者实施八段锦联

合情志护理, 观察组癌因性疲乏情况、负性情绪情况、社交积极性均优于对照组, 差异均有统计学意义 ($P < 0.05$)。说明其可有效减轻患者癌因性疲乏程度, 减少其负性情绪, 提升其社交积极性。这是因为八段锦是一套独立而完整的健身功法, 起源于北宋, 共八百多年的历史。其能改善神经体液调节功能和加强血液循环, 对腹腔脏器有柔和的按摩作用, 对神经系统、心血管系统、消化系统、呼吸系统及运动器官都有良好的调节作用^[4-6]。而中医认为, 七情活动与脏腑气血有着密切的关系。活动适度欢乐, 可使气流顺畅, 营与生协调, 经络畅通^[7]。情志护理主要是通过护理人员的

语言、表情、姿势、态度、行为和气质来影响和改善患者的情绪, 缓解患者的忧虑和忧虑, 从而增强战胜疾病的意志和信心, 缓解和消除引起患者痛苦的各种不良情绪和行为。以及由这些引起的各种身体症状, 患者可以在最佳的心理状态下接受治疗和护理, 达到早日康复的目的^[8-10]。两者相结合可改善患者心理状态, 提升其治疗信心, 从而使其更好地配合治疗, 提高临床疗效。

综上所述, 在恶性肿瘤患者护理中, 采用八段锦联合情志护理能取得较佳的效果, 可有效减轻其癌因性疲乏程度, 减少其负性情绪, 提升其社交积极性。

表1 两组癌因性疲乏情况对比 ($\bar{x} \pm s$, 分)

组别	例数	躯体维度	认知维度	情感维度
观察组	26	7.37±2.32	6.34±0.75	6.34±0.73
对照组	26	9.34±0.95	8.13±0.70	7.25±0.53
t	-	4.007	8.897	5.144
P	-	0.001	0.001	0.001

表2 两组负性情绪情况对比 ($\bar{x} \pm s$, 分)

组别	例数	焦虑	抑郁	PSQI
观察组	26	6.25±0.36	6.77±0.56	12.53±2.16
对照组	26	7.59±0.48	7.96±0.75	14.87±2.41
t	-	11.388	6.483	3.687
P	-	0.001	0.001	0.001

参考文献

- [1] 许陶, 陈乐, 金春晖, 等. 八段锦对 42 例胃肠道恶性肿瘤术后康复期患者癌因性疲乏及生活质量的影响[J]. 中医杂志, 2020, 61 (10): 881-885.
- [2] 陈玲玲, 陈唐庚, 任密. 健身气功八段锦改善妇科化疗患者睡眠质量的临床分析[J]. 当代医学, 2022, 28 (09): 183-185.
- [3] 郭宏, 王平, 蔡新萍. 中医情志护理在恶性肿瘤患者化疗后护理中的应用[J]. 中国中医药现代远程教育, 2021, 19 (04): 155-157.
- [4] 周群英, 郁玲, 乐丽, 等. 情志护理对恶性肿瘤患者负性情绪及生活质量的影响[J]. 光明中医, 2022, 37 (18): 3419-3421.
- [5] 周淑萍, 口锁堂, 周梅香, 等. 八段锦四式联合情志护理对胃肠道肿瘤患者化疗后生活质量的影响[J]. 重庆医学, 2022, 51 (05): 806-809+815.
- [6] 谢雅琼, 黄健飞, 刘丽宾. 传统运动八段锦联合中医情志护理对肿瘤患者情绪管理的影响[J]. 中医药管理杂志, 2023, 31 (08): 141-143.
- [7] 胡艳, 徐韦嘉, 翟长云, 等. 改良八段锦第八式联合情志护理在恶性肿瘤患者中的应用效果[J]. 护理实践与研究, 2020, 17 (21): 144-146.
- [8] 张秀端, 林建芳, 刘爱琴. 八段锦联合情志护理在恶性肿瘤患者中的应用效果[J]. 中国卫生标准管理, 2022, 13 (11): 191-194.
- [9] 陈婷兰, 毛宇兰, 张锋霖. 八段锦联合情志护理对恶性肿瘤患者癌因性疲乏及负性情绪的影响[J]. 实用临床护理学电子杂志, 2020, 5 (29): 9, 18.

版权声明: ©2023 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。

<http://creativecommons.org/licenses/by/4.0/>



OPEN ACCESS