

Ķermeņa apzināšanās pacientēm pēc mastektomijas: vairāku gadījumu analīze

Līva Tiesnese¹, Daina Šmite², Sanita Baltkalne³

¹ SIA "Laba prakse", Latvija

² Rīgas Stradiņa universitāte, Rehabilitācijas katedra, Latvija

³ Veselības studija Lielvārdē, Latvija

Ievads. Krūts vēzis ir hroniska slimība, kuras ārstēšanai nepieciešama ilgstoša terapija, tādēļ arvien lielāka uzmanība tiek pievērsta pacientu dzīves kvalitātei. Fiziskās izmaiņas un grūtības tām pielāgoties pacientēm pēc mastektomijas operācijas tiek asociētas ar emocionālo distresu, depresiju, nedrošību, paštēla traucējumiem, palielinātu satraukumu par savu ķermeni un vizuālo tēlu un seksualitātes samazināšanos. Lai pilnvērtīgi atgūtu funkcionālās spējas, atgrieztos ikdienas dzīvē un īstenotu savus dzīves mērķus, atveseļošanās procesā jāiekļauj daudzpusīgi rehabilitācijas pasākumi. Fizioterapijas metodes, kas veicina fizisko funkciju pilnvērtīgu atjaunošanos kontekstā ar emocionālā distresa mazināšanos, ir vērstas uz ķermeņa apzināšanos un izpratnes veidošanu par ķermeņa kustībām, fiziskajām spējām un kontroli, fizisko un emocionālo relaksāciju. Šo fenomenu mijiedarbība pētījumos ir saistīta ar dzīves kvalitātes pašnovērtējumu.

Darba mērķis, materiāls un metodes. Mērķis ir analizēt ķermeņa apzināšanos pacientēm pēc mastektomijas kontekstā ar funkcionālajiem ierobežojumiem un dzīves kvalitāti un analizēt rezultātus fizioterapijas programmai, kas ir vērsta uz ķermeņa apzināšanās veidošanu. Pētījums veidots kā vairāku gadījumu izpēte. Datu apkopošanai izmantota izkļiedes diagrammu analīze, un dalībnieču naratīvu analīzē tika izmantota atvērtā kodēšana.

Rezultāti. Pacientēm ar augstākiem ķermeņa apzināšanās rādītājiem novēro augstāku dzīves kvalitātes pašvērtējumu. Pēc fizioterapijas programmas pacientēm ievērojami samazinājās pleca un rokas funkcionālais ierobežojums, veicot darba aktivitātes. Pēc naratīvās informācijas datiem, uzlabojoties ķermeņa izpratnei, mazinoties bailēm un satraukumam, pacientes uzdrošinājās pilnvērtīgāk un drošāk izmantot roku funkcionālās aktivitātes. Funkcionālā ierobežojuma samazinājums darba aktivitātēs bija saistīts ar savu spēju apzināšanos.

Balstoties uz naratīvu analīzi, var spriest, ka fizioterapijas nodarbības uzlabo fizisko un psihisko labsajūtu, veicina izpratni par ķermeņa un psihi vienotību, kā arī palielina kontroli pār ķermeni. Apkopojot datus no atvērtās kodēšanas, katra analizētā gadījuma naratīvam tika iegūti vairāki kopīgi un viens unikāls kods, kas kopumā raksturoja dalībnieču pieredzi par fizioterapijas programmu. Kopīgie kodi: kustību izjūta un apzināšanās, fiziska un psihiska labsajūta, kontrole pār savu ķermeni, kā arī ķermeņa un psihi vienotība. Pēc integrētās fizioterapijas programmas divām pacientēm ar krūts rekonstrukciju distresa rādītāji samazinājās, un šī pieredze viņām uzlaboja fizisko un emocionālo labsajūtu.

Secinājumi. Ķermeņa izpratne, sajūtu apzināšanās, kā arī ķermeņa un psihi vienotības apziņa ļauj pilnvērtīgāk un drošāk veikt kustības dažādās ikdienas aktivitātēs, justies apmierinātākām ar savu ķermeni un samazināt slimības radīto distresu, tādējādi kopumā uzlabojot dzīves kvalitāti.

Pētījuma rezultāti ļauj izvirzīt hipotēzi, ka fizioterapijas programma, kas ir vērsta uz ķermeņa apzināšanās uzlabošanu, ir lietderīga krūts vēža slimniecēm atveseļošanās periodā pēc mastektomijas, darbojoties programmā ilgāku laiku.

Lai pierādītu programmas efektivitāti, ir jāveic kvantitatīvs kontrolēts pētījums.