

بررسی تأثیر ماساژ پا بر شدت تهوع بیماران مبتلا به سرطان

طاهره نجفی قزلجه^{۱*} فهیمه رحیمی ها^۲

چکیده

تهوع یکی از عوارض ناراحت کننده سرطان و درمان آن می باشد بنابر این لازم است تلاش های قابل توجهی جهت یافتن روش های بهتر کنترل تهوع ناشی از سرطان و درمان آن انجام شود. ماساژ به عنوان یک روش مکمل می تواند موجب کاهش شدت تهوع گردد. مطالعه حاضر با هدف تعیین تأثیر ماساژ پا بر شدت تهوع زنان مبتلا به سرطان در مجتمع بیمارستانی امام خمینی در سال ۱۳۸۱-۱۳۸۰ صورت گرفت. این پژوهش از نوع کارآزمایی بالینی بود که در آن شدت تهوع قبل و بعد از ماساژ پا (هر پا به مدت ۵ دقیقه) اندازه گیری و ثبت شد. از آمار توصیفی برای توصیف متغیرها و از آزمون تی زوج جهت مقایسه شدت تهوع قبل و بعد از ماساژ پا استفاده گردید. در این مطالعه با روش نمونه گیری تدریجی ۳۵ زن ۱۸ سال به بالای مبتلا به سرطان تحت شیمی درمانی و پرتو درمانی دارای عارضه تهوع به عنوان نمونه پژوهش انتخاب شدند.

نتیجه آزمون تی زوج نشان داد که نمره شدت تهوع واحد های پژوهش قبل و بعد از ورود به مطالعه تفاوت معنی دار آماری داشته است ($P < 0/0001$).

لذا براساس یافته های پژوهش که نشانگر تأثیر ماساژ پا بر کاهش شدت تهوع بود، پرستار می تواند از ماساژ جهت کاهش شدت تهوع در بیمار مبتلا به سرطان استفاده کند و در این زمینه آموزش های لازم را در اختیار بیمار و خانواده وی قرار دهد تا به هنگام بستری در منزل از این روش جهت کاهش شدت تهوع بهره برند. پیشنهاد می شود تحقیق مشابهی بر روی بیماران مرد صورت پذیرد. همچنین تأثیر جلسات مختلف ماساژ و نیز اثرات میان مدت و طولانی مدت ماساژ نیز مورد مطالعه و بررسی قرار گیرد.

واژه های کلیدی: ماساژ پا، تهوع، عوارض مربوط به درمان سرطان ها

^۱ عضو هیئت علمی دانشکده پرستاری و مامایی دانشگاه علوم پزشکی و خدمات بهداشتی درمانی ایران (*مؤلف مسئول)

^۲ عضو هیئت علمی دانشکده پرستاری و مامایی دانشگاه علوم پزشکی و خدمات بهداشتی درمانی ایران

مقدمه

تهوع و استفراغ دو عارضه ناراحت کننده سرطان و درمان آن می باشند Watson (۱۹۹۷). شیوع تهوع و استفراغ در بیماران سرطانی طیف وسیعی دارد. طی یک مطالعه مشخص شد که ۱۹ درصد از بیماران مبتلا به سرطان پیشرفته تهوع را تجربه می کنند و ۳۲ درصد از بیماران دارای تهوع نیازمند درمان بوده و ۲ درصد نیز به علت تهوع بستری می شوند Miaskowski و Buchsel (۱۹۹۹). تهوع و استفراغ شدید نه تنها باعث سوء تغذیه، عدم تعادل الکترولیتی و دهیدراتاسیون می شود، بلکه وضعیت عملکردی و کیفیت زندگی بیماران را هم مختل می کند. تهوع می تواند به قدری برای بیمار ناراحت کننده باشد که وی را از ادامه درمان باز دارد. بنابر این تلاش های قابل توجهی باید برای یافتن روش های بهتر کنترل تهوع ناشی از سرطان و درمان آن انجام شود. روش مناسب و اصلی جهت کاهش تهوع و استفراغ استفاده از داروهای ضد تهوع می باشد، اما این داروها برای تمام بیماران مؤثر نیستند و اغلب عوارض جانبی ناخوشایندی را ایجاد می کنند (Arakawa, ۱۹۹۷).

امروزه درمان های غیر دارویی همچون ماساژ جهت مداوای نشانه های بیماران سرطانی پیشنهاد شده اند Watson (۱۹۹۷). اکثر مطالعات اخیر نشان می دهند که پاسخ تن آرامی ایجاد شده از طریق ماساژ بر کنترل تهوع مؤثر می باشد (Whiteman و Lomasney, ۲۰۰۰). نتایج مطالعه Sims بر بیماران مبتلا به سرطان پستان تحت پرتو درمانی نشان داد که بیماران به دنبال ماساژ کاهش درد، ناراحتی، تهوع، خستگی و تنش و بالعکس افزایش پاسخ تن آرامی و نیروی حیاتی را گزارش کردند Watson (۱۹۹۷) به علاوه یافته های مطالعه دیگری تحت عنوان به کارگیری ماساژ پا بر کاهش درد و تهوع بیماران سرطانی نشان داد که ماساژ ده دقیقه ای پاها باعث تن آرامی و در نهایت موجب بهبود تجربیات ذهنی درد، تهوع و کاهش ضربان قلب می گردد Grealish و همکاران (۲۰۰۰). نتایج مطالعه (Donaldson, Syrjala, Davis, Carr و Kippes, ۱۹۹۷) نشان داد که روش های رفتاری، شناختی، تن آرامی و تجسم، درد بیماران سرطانی را کاهش داده است ولی بر تهوع آن ها تاثیری نداشته است. مطالعه Arakawa، نشان داد که آموزش ۲۵ دقیقه ای تن

آرامی با استفاده از نوار صوتی در کاهش شدت تهوع و استفراغ تاخیری بیماران بعد از شیمی درمانی مؤثر بوده است Grealish و همکاران (۲۰۰۰). همچنین (Marvel, Fons, North و Brown) گزارش دادند که استفاده از طب سوزنی در بیماران تحت شیمی درمانی دارای اثرات ضد تهوع است اما نتایج از نظر آماری معنی دار نبود. Frank از ترکیب موسیقی درمانی و تجسم جهت کاهش اضطراب در ۱۵ بیمار تحت شیمی درمانی استفاده کرد و دریافت که اضطراب و شدت استفراغ به طور قابل توجهی کاهش یافته اند، هر چند تغییری در درک تهوع گزارش نشد Fessel (۱۹۹۶). نتایج تحقیق انجام شده توسط Warren و Cotanch نشان داد که ماساژ آرام پشت موجب تن آرامی، سلامت عاطفی، بهبود اشتها و کاهش تهوع در بیماران مبتلا به سرطان تحت شیمی درمانی گردید (Watson, ۱۹۹۷). Coronar و همکاران در مطالعه خود تحت عنوان بررسی تاثیر ماساژ و بو درمانی بر روی تهوع بیماران مبتلا به سرطان، گزارش کردند که تفاوت معنی داری در کاهش میزان تهوع به دست نیامد Grealish و همکاران (۲۰۰۰). Cotanch و Stram طی مقایسه سه گروه شامل (۱) شنونده موسیقی و تن آرامی، (۲) تحت تن آرامی پیشرونده عضلانی و (۳) گروه کنترل دریافتند که انجام تن آرامی پیشرونده عضلانی بلافاصله بعد از شیمی درمانی مؤثر ترین مداخله در کاهش وقوع و شدت استفراغ، سطح اضطراب و ایجاد تغییرات فیزیولوژیک و افزایش دریافت کالری می باشد Fessel (۱۹۹۶). لذا پرستار می تواند به طور مؤثر ماساژ را جهت کاهش درد و تهوع و سایر نشانه های بیماران مبتلا به سرطان به کار برده و در این زمینه آموزش های لازم را در اختیار بیمار و خانواده وی قرار دهد Watson (۱۹۹۷). با عنایت به این مهم که یکی از اهداف مراقبت های پرستاری فراهم نمودن آرامش و راحتی برای بیماران می باشد، پرستاران پژوهشگر به کارگیری روش های مکمل را جهت کاهش شدت تهوع بیماران توصیه می کنند. براساس نتایج پژوهش های انجام شده در زمینه اثرات مفید ماساژ، پژوهشگر از طریق اندازه گیری و مقایسه شدت تهوع قبل و بعد از انجام ماساژ پا در واحد های مورد مطالعه درصد بررسی تاثیر ماساژ پا بر شدت تهوع بیماران مبتلا به سرطان بر آمد تا فرضیه این پژوهش را

"ماساژ پا شدت تهوع زنان مبتلا به سرطان را کاهش می دهد" مورد آزمون قرار دهد.

روش کار

پژوهش حاضر یک مطالعه کارآزمایی بالینی است که در آن با اندازه گیری شدت تهوع زنان مبتلا به سرطان قبل و بعد از ماساژ پا، تاثیر ماساژ پامورد بررسی قرار گرفت. در این تحقیق واحد های پژوهش به روش نمونه گیری تدریجی انتخاب شدند. این پژوهش بر روی ۳۵ زن ۱۸ سال به بالا، مبتلا به سرطان دارای درد و تحت شیمی درمانی و پرتو درمانی بستری در مجتمع بیمارستان امام خمینی انجام شد. مبتلایان به اختلالات روانی شناخته شده، عدم هوشیاری کامل نسبت به زمان، مکان و شخص، بیماران دارای شکستگی، زخم و اختلالات پوستی، اختلالات حسی و حرکتی در پاها از نمونه های پژوهش حذف شدند. اطلاعات به روش خود گزارش دهی و مراجعه به پرونده بیماران گردآوری شد. ابزار گردآوری داده ها در این پژوهش شامل فرم ثبت داده ها، جدول ثبت نمره شدت تهوع بیماران قبل و بعد از ورود به مطالعه بود. برای سنجش شدت تهوع از مقیاس دیداری به صورت خط کش ۱۰۰ میلی متری و دارای کلمات توصیفی استفاده شد که یک سر آن نشانگر عدم وجود تهوع (۰ میلی متر) و انتهای دیگر آن وجود تهوع یا اوغ زدن (۱۰۰ میلی متر) بود.

نتایج

یافته های مربوط به مشخصات فردی واحد های پژوهش در جدول شماره (۱) خلاصه شده اند. میانگین شدت تهوع قبل و بعد از ورود به مطالعه به ترتیب ۵۱/۱۱ و ۴۳/۴ بود و نتیجه آزمون تی زوج نشان داد که نمره شدت تهوع واحد های پژوهش قبل و بعد از ورود به مطالعه دارای تفاوت معنی دار آماری بوده است ($P < 0/0000$) (جدول شماره ۲).

بحث و نتیجه گیری

نتیجه پژوهش حاضر بیانگر آن بود که شدت تهوع واحدهای پژوهش بعد از انجام ماساژ پا کاهش یافته است. یافته مطالعه Grealish و همکاران (۲۰۰۰) نیز بیانگر آن بود که بین شدت تهوع واحد های پژوهش قبل و بعد از ماساژ پا در جلسات ماساژ

جدول شماره ۱ - توصیف نمونه

ویژگیهای فردی نمونه های پژوهش	تعداد	درصد
سن	۱۱	۳۰/۱
سن	۱۷	۴۰/۸
سن	۷	۲۹/۱
سطح تحصیلات	۲۲	۶۲/۸
ابتدایی	۶	۱۷/۲
دبیرستان	۷	۲۰
وضعیت اشتغال	۲	۵/۷
خانه دار	۳۳	۹۴/۳
محل سرطان	۱۱	۳۱/۴
مری	۱۳	۳۷/۱
رحم	۳	۸/۶
استخوان	۲	۵/۷
کولون و رکتوم	۶	۱۷/۲
شیمی درمانی	۳۰	۸۵/۷
پرتودرمانی	۵	۱۴/۳
مصرف داروی	۱۴	۴۰
ضد تهوع	۲۱	۶۰
(انحراف معیار) ± میانگین	(۱۲/۷۲)	۴۵/۵۴

پا (۱) و ماساژ پا (۲) تفاوت معنی دار آماری وجود داشته است. نتایج مطالعه Arakawa (۱۹۹۷) نیز نشان داد که بین شدت تهوع و استفراغ تاخیری گروه تحت تن آرامی پیشرونده عضلانی و گروه کنترل تفاوت معنی دار آماری وجود داشته است. یافته این پژوهش نیز نشان داد که ماساژ درمانی روش مؤثری جهت کاهش شدت تهوع به شمار می آید. نتایج این تحقیق می تواند در اختیار پرستاران علاقه مند قرار گیرد تا با تکیه بر دانش و مهارت خود به توانند شدت تهوع بیماران مبتلا به سرطان را کاهش دهند. یافته های این پژوهش می تواند رهنمودی برای برنامه ریزان، مسئولین آموزش پرستاری و سوپروایزرهای آموزشی بیمارستان ها باشد تا با تشکیل کلاس های بازآموزی و آموزش ضمن خدمت جهت پرستاران به معرفی روش های غیر دارویی جهت کاهش نشانه های بیماران مبتلا به سرطان همچون درد و تهوع به پردازند. همچنین توصیه می گردد پرستاران نحوه انجام ماساژ را به سایر کارکنان بخش، بیماران مبتلا به سرطان و خانواده های آنان آموزش دهند تا ضمن استفاده از آن شدت تهوع بیمار در زمان بستری و در منزل کاهش یابد.

Arakawa, S., (۱۹۹۷). Relaxation to reduce nausea, vomiting and anxiety induced by chemotherapy in Japanese patients. *Cancer Nursing*. (۲۰). ۳۴۲-۳۴۹.

Fessel, K.S. (۱۹۹۶). "Managing the multiple cause of nausea and vomiting in the patient with cancer". *Oncology Cancer Nursing*. ۲۳ (۳). ۲۳۷ - ۲۴۳.

Grealish, L., Lomasney, A., Whiteman, B. (۲۰۰۰). "Foot massage: A nursing intervention to modify the distressing symptoms of pain and nausea in patients hospitalized with cancer". *Cancer Nursing*. ۲۳(۳), ۲۳۷- ۲۴۳.

Miaskowski, C., & Buchsel, P. (۱۹۹۹). *Oncology Nursing: Assessment and Clinical Care*. St. Louis: Mosby. ۲۹۰-۳۰۰.

Syrjala, K., Donaldson, G.W., Davis, M.W., Kippes, M.E., Carr, J.E. (۱۹۹۵). "Relaxation, imaging and cognitive-treatment". *Pain*. ۶۳. ۱۸۹-۱۹۸.

Watson, J.E. (۱۹۹۷). *Watsons Clinical Nursing and Related Science*. London: Builliere Tindall Co. ۲۰۰-۲۲۰.

Watson, S. (۱۹۹۷). "The effect of massage: A holistic approach to care". *Nursing Standard*. ۱۱ (۴۷).

جدول شماره ۲- میانگین، انحراف معیار و نتیجه آزمون نمره شدت

تهوع قبل و بعد از ورود به مطالعه			
نمره شدت تهوع	میانگین	انحراف معیار	نتیجه آزمون
قبل از ورود به مطالعه	۴۳/۴	۱۸/۵۹	$t=۸/۱۰۸$
بعد از ورود به مطالعه	۵۱/۱۱	۱۷/۶۴	$P< ۰/۰۰۰۰$

از آنجا که پژوهش حاضر بر روی زنان سنین ۱۸ سال به بالای مبتلا به سرطان بستری در بیمارستان انجام گرفت بنابر این پیشنهاد می شود پژوهشی تحت عنوان بررسی مقایسه ای تاثیر ماساژ پا بر شدت تهوع زنان و مردان مبتلا به سرطان صورت پذیرد. در این مطالعه شدت تهوع بلافاصله ۲۰ دقیقه بعد از انجام ماساژ پا بررسی شد، بنابر این پیشنهاد می شود، مطالعه های دیگری جهت بررسی اثرات میان مدت و طولانی مدت ماساژ انجام پذیرد. از آنجا که در پژوهش حاضر واحدهای پژوهش تنها یک بار تحت ماساژ قرار گرفتند بنابر این پیشنهاد می گردد پژوهشی برای بررسی تاثیر تکرار ماساژ پا بر شدت تهوع بیماران مبتلا به سرطان انجام شود.

تقدیر و تشکر

در خاتمه از همکاری صمیمانه مسئولین و کارکنان بیمارستان های امام خمینی و حضرت رسول اکرم (ص) و دانشکده پرستاری و مامایی دانشگاه علوم پزشکی و خدمات بهداشتی درمانی ایران تشکر و قدردانی به عمل می آید.

منابع

EFFECT OF FOOT MASSAGING ON NAUSEA INTENSITY OF CANCER PATIENTS

T. Nadjafi Ghezeljeh, M.S.^{*¹} F. Rahimiha, M.S.²

ABSTRACT

Nausea is one of the cancer complaints and its treatments side effect, therefore, proper interventions must be implemented to reduce it. Foot massaging is one of the complementary measures that diminishes nausea intensity.

Determining the effect of foot massaging on nausea intensity, we conducted a clinical trial study in which the intensity of nausea was measured and recorded before and after 10 minutes of foot massaging. Contributors were 35 women suffering from cancer, all over 18 years old, which were selected sequentially.

Findings showed, statistically significant differences of nausea intensity before and after foot massaging ($P < .0001$).

To conclude as the result showed lower intensity of nausea after foot massaging, it is the nurse, who can perform it for these kind of patients and also teach the families to provide it for their patients. Similar researches to be conducted in men and also effects of repeated massaging and/or with long or intermediate duration are recommended.

Key Words: Foot massaging, Cancer patients, Nausea intensity.

¹ Senior Lecturer, School of Nursing and Midwifery, Iran University of Medical Sciences and Health Services, Tehran, Iran (*Corresponding author)

² Senior lecturer, School of Nursing and Midwifery, Iran University of Medical Sciences and Health Services, Tehran, Iran