

" تأثير تطبيقات الهاتف المحمول لإحداث تدخلات واعية على التوتر والالام وجودة المعيشة لدى مرضى سرطان البروستاتا"

المشاركون في البحث :

1. د/ أماني جمعه – تـمريض صحة المجتمع – كلية التمريض – جامعة الفيوم
2. د/ زينب جزر القطب العجمي – تـمريض صحة مجتمع ومسنين – كلية التمريض – جامعة الفيوم
3. د/ عزيزة محمد كامل – تـمريض بطنـة و جراحة – كلية التمريض – جامعة المنوفية
4. د/ هبة قديس مرزوق – تـمريض نفسية – كلية التمريض – جامعة أسس.يوط
5. د/ سحر حمزة طه – تـمريض بطنـة و جراحة – كلية التمريض – جامعة المنيا

مقدمة: يُعد سرطان البروستاتا أكثر أنواع السرطانات شيوعاً بين الرجال وثاني سبب رئيسي لوفيات السرطان لديهم. يصيب الرجال يتم تشخيص المرض غالباً ف مراحل متقدمة، ف منتصف العمر وكبار السن، وعادةً ما يكون ذا مسار سريري بطيء لكنه تدريجي عندما يكون المرضى أقل قدرة على تحمل مضاعفاته بسبب تقدم العمر أو الأمراض المصاحبة. يؤثر سرطان البروستاتا بشكل مباشر على المنطقة التشريحية المسؤولة عن الوظيفة الجنسية، وبسبب موقع الغدة وطبيعة العلاج الدقيقة، يواجه المرضى صعوبات جسدية طرُقاً (Telehealth) تُعد التدخلات الصحية عن بُعد (Abd-Almonaem2021, al., et). (ونفسية، مما يزيد من التوتر والقلق حديثة للتواصل بين المرضى ومقدمي الرعاية الصحية عبر الهاتف، والتطبيقات الإلكترونية، والمنصات الرقمية. تساهم هذه الوسائل ف 2020). (Aapro, et al., تقديم رعاية مرنة وفعالة، حيث تمكن الأطباء من متابعة المرضى بغض النظر عن مواقعهم الجغرافية

أهمية الدراسة

يُعد سرطان البروستاتا من أكثر السرطانات تشخيصاً عالمياً، وهو السادس من حيث معدل الوفيات بين الرجال ف عام 2020، حيث سُـل 1.8 مليون حالة جديدة و 307,000 حالة وفاة عالمياً. كما أنه أحد أكثر أنواع السرطان شيوعاً ف شمال إفريقيا، ويمثل 11% من الأورام الذكورية ف مصر، حيث يأتي ف المرتبة الخامسة بين أنواع السرطانات الأكثر شيوعاً لدى الرجال (WHO, 2022).

الهدف من الدراسة:

هدفت هذه الدراسة إلى تقييم تأثير التدخل الذهني القائم على الهاتف المحمول على التوتر، و الألم، وجودة الحياة لدى مرضى سرطان البروستاتا.

المواد والطرق

تصميم البحث اعتمدت الدراسة على تصميم شبه تجريبي (قبل/بعد الاختبار).

مكان الدراسة تم تنفيذ الدراسة ف الأقسام الداخلية والعيادة الخارجية ل أورام ف معهد جنوب مصر ل أورام – جامعة أسسوط.

العينة تكونت العينة من 55 مريضاً تم اختيارهم بطريقة هادفة (Purposive Sampling).

أدوات جمع البيانات

تم استخدام خمس أدوات لجمع البيانات:

1. الاستبيان المنظم للمقابلة الشخصية لجمع البيانات الديموغرافية والمعلومات السريرية.
 2. مقياس "Wong Baker" "FACES" لتقييم الألم، حيث يتكون من ستة وجوه تعبيرية تُقَيَّم مس. توى الألم من 0 إلى 5 (Wong L., et al., 2010).
 3. مقياس التوتر المُدْرَك (Perceived Stress Scale)، والذي يقيس مس. توى الجهد النفسي من خلال 10 بنود، تم تطويره (Cohen, 1988) بواسطة.
 4. مقياس الوعي والانتباه الذهني (Mindful Attention Awareness Scale - MAAS)، وهو مقياس مكون من 15 بنداً يقيس درجة اليقظة الذهنية للمريض، تم تطويره بواسطة (Brown 2003, & Ryan).
 5. مقياس جودة الحياة (Quality of Life) (Self-Report)، وهو استبيان مكون من 10 بنود يقيم خمسة مجالات رئيسية تشمل: الوظيفة الجسدية، الألم، التعب، الضيق العاطفي، والصحة الاجتماعية (Ron 2017, et al.).
- تحسن ملحوظ في المعرفة بعد تطبيق البرنامج التداخلي.
- انخفاض مستوى الألم بشكل ملحوظ بعد التدخل، وفقاً لمقياس Wong Baker FACES. تحسن في درجات التوتر المُدْرَك بعد التدخل، مع فروق إحصائية دالة.
- تحسن ملحوظ في جودة الحياة لدى المرضى، بما في ذلك الوظائف الجسدية والاجتماعية والعاطفية.
- زيادة مس. تويات الوعي والانتباه الذهني وفقاً لمقياس MAAS، مما ساهم في تقليل التوتر وتحسين التكيف النفسي مع المرض.

النتائج: كان هناك فرق كبير بين التدخل الذهني قبل وبعد الاختبار للمعرفة، والإجهاد المتصور، ومستوى الألم، ونوعية الحياة والوعي بالانتباه اليقظ.

الاستنتاج

أثبتت الدراسة أن البرنامج التداخلي الذهني القائم على الهاتف المحمول كان له تأثير إيجابي كبير على المرضى، حيث ساعد في تحسين المعرفة، تقليل الألم، خفض مس. توى التوتر، وتعزيز جودة الحياة لديهم.

التوصيات

- تطوير برامج تدريبية للكادر التمريضي ومقدمي الرعاية الصحية حول كيفية مساعدة المرضى على التكيف مع التوتر والألم وتحسين جودة حياتهم.
- توسيع نطاق البحث ليشمل عينة أكبر لدراسة فاعلية التكنولوجيا في تحسين الصحة النفسية والجسدية لدى مرضى السرطان.
- تعزيز استخدام التدخلات الذهنية (Mindfulness) ضمن استراتيجيات الرعاية الصحية لمرضى سرطان البروستاتا، نظراً لتكلفتها المنخفضة وفعاليتها العالية.

• إدراج النثقيف الصحي كجزء أساسي من الرعاية الصحية للمرضى، بهدف تحسين الوعي، التحكم ف الألم، جودة الحياة، وتقليل مستوى التوتر لديهم.