

ترجمان دانش

عباس مردانی

عنوان طرح: راهبردهای مقابله‌ای جهت مدیریت ترس از عود سرطان در بین بقایافتگان سرطان پستان: یک مرور سیستماتیک و فراترکیب از مطالعات کیفی

کد سمات: A-10-1771-1

همکاران طرح: مریم ملکی، نسرین حنیفی

دانشکده: پرستاری و مامایی

تاریخ خاتمه طرح: ۱۴۰۴/۰۳/۱۰

تعیین گروه مخاطب :

- ☐ ۱. رسانه ها و عموم مردم
- ☒ ۲. متخصصین سلامت
- ☐ ۳. سیاست‌گذاران پژوهشی
- ☐ ۴. سیاست‌گذاران درمانی

خبر پژوهش :

راهبردهای مقابله جهت مدیریت ترس از عود سرطان در بین بقایافتگان سرطان پستان می‌تواند سبب بهبود کیفیت زندگی بیماران گردد.

پیام پژوهش:

ترس از عود سرطان (FCR) یکی از مهم‌ترین نگرانی‌های روانی در میان بقایافتگان سرطان پستان است که حدود ۷۳ درصد از این گروه را تحت تأثیر قرار می‌دهد. این ترس می‌تواند از افکار گاه‌به‌گاه تا افکار مزمن و مزاحم متغیر باشد و بر کیفیت زندگی، عملکرد روانی و مراجعه‌های پزشکی این افراد تأثیر بگذارد. با توجه به رشد جمعیت بقایافتگان سرطان پستان، شناخت شیوه‌های مقابله‌ای آنان برای مدیریت این ترس اهمیتی فزاینده یافته است. این مطالعه با بهره‌گیری از روش مرور نظام‌مند و تحلیل موضوعی، ۱۶ مطالعه کیفی را بررسی کرده و چهار دسته اصلی از راهبردهای مقابله‌ای را شناسایی کرده است: ۱. جستجوی حمایت: شامل دریافت حمایت عاطفی از خانواده، دوستان و گروه‌های حمایتی یا متخصصان سلامت روان. ۲. تعدیل سبک زندگی و رفتارهای سلامت‌محور: مانند رژیم غذایی سالم، فعالیت بدنی، تعدیل وضعیت شغلی و ارتباطات اجتماعی و پیروی از مراقبت‌های پزشکی. ۳. پرهیز و فاصله‌گیری عاطفی: شامل انکار، پنهان‌سازی

نگرانی‌ها یا مشغول‌سازی خود برای کاهش اضطراب^۴. **تقویت تاب‌آوری و قدرت روانی:** شامل پذیرش واقعیت، حفظ اعتماد به ارائه دهندگان مراقبت‌های سلامتی، معنابخشی به تجربه بیماری و بهره‌گیری از منابع درونی.

در نهایت این یافته‌ها نشان می‌دهند که راهبردهای مقابله‌ای بسیار متنوع هستند و می‌توانند به صورت ترکیبی و در پاسخ به شرایط متفاوت مورد استفاده قرار گیرند. در نتیجه، مراقبت از بقایافتگان سرطان پستان باید با در نظر گرفتن تفاوت‌های فردی و پیچیدگی‌های روانی همراه باشد. همچنین، یافته‌های این مرور می‌تواند زمینه‌ساز طراحی مداخلات هدفمند برای بهبود کیفیت زندگی این افراد شود.