

25-27  
NOVEMBER  
2018

# 1<sup>st</sup> INTERNATIONAL INTERNAL MEDICINE NURSING CONGRESS

"Global Overview of Internal Medicine Nursing"



## KANSERDEN İYİLEŞEN HASTADA GELECEK YAŞAMI PLANLAMA

**Necmiye CÖMLEKÇİ<sup>1</sup>, Dilek BAYKAL<sup>2</sup>, Burcu DEDEOĞLU DEMİR<sup>3</sup>, Gülbeyaz CAN<sup>4</sup>,**

<sup>1</sup>İstanbul Sağlık Bilimleri Üniversitesi, Mehmet Akif Ersoy Göğüs Kalp Ve Damar Cerrahisi Eğitim Ve Araştırma Hastanesi, <sup>2</sup>Haliç Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Yüksekokulu, İstanbul, <sup>3</sup>İstanbul Arel Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Yüksekokulu, Hemşirelik Bölümü, <sup>4</sup>İstanbul Üniversitesi-Cerrahpaşa, Florence Nightingale Hemşirelik Fakültesi, İstanbul,

Bu derleme, kanserden iyileşen hastaların yaşadığı sorunları incelemek ve gelecek yaşamın planlamasında bu hastaların sağlıklı yaşam tarzını oluşturmada uyması gereken davranışlara öneriler oluşturmak amacı ile planlanmıştır.

Kanserli hastaların sorunları akut tedavi döneminde daha fazla önemsenirken, iyileşen hastaların sorunları yeteri kadar önemsenmemektedir. Fakat tedavi sonrası hastalar iyileşme döneminde fiziksel ve psikolojik sorunları kapsayan uzun süreli ve geç etkilerle karşılaşmaktadırlar. Kanser, global çapta 9,5 milyon ölüm oranına sahipken, kanserle birlikte yaşayan ve kanserden iyileşenlerin sayısı da artmaktadır. Avrupa'da malign tümörlerin ortalama 5 yıllık sağ kalımı % 54.2 bulunmuştur. Amerika Birleşik Devletleri'nde sağ kalım 2016 yılında 15.5 milyondur ve 2026 yılına kadar bu sayının 20.3 milyona ulaşacağı tahmin edilmektedir. National Health Interview Survey çalışmasında, sağ kalanların 1/4'ü fiziksel, 1/10'u ise psikososyal sorunlar nedeniyle yaşam kalitesinde azalma bildirmektedir. Lenfödem, kserostomi, erken menopoz, infertilite, barsak disfonksiyonu, seksüel disfonksiyon en çok karşılaşılan fiziksel sorunlarken, nüks korkusu, anksiyete, depresyon, ilişkilerde değişiklik, finansal ve sosyal zorluklar en çok karşılaşılan psikososyal sorunlardır. Literatürde, sağlıklı yaşam tarzı değişikliğinin yaşam kalitesini artırdığı, geç etkileri, kanser nüksünü, yeni birincil tümörleri ve mortaliteyi azalttığı gösterilmiştir. Kılavuzlarda, sigaranın bırakılmasını, güneş koruyucu kullanılmasını, sağlıklı vücut ağırlığının sürdürülmesini, düzenli fiziksel aktivite, alkol alımının minimuma indirilmesini ve yıllık sağlık kontrolü yaptırılmasını önermektedir. Meme kanserli hastalarla yapılan kohort çalışması, sağlıklı beslenme ve fiziksel aktivite kombinasyonunun mortalitede % 50 azalma sağladığını göstermiştir. Literatürde lenfödem, kserostomi gibi fiziksel sorunların yönetiminde hasta eğitimi ve rehabilitasyon programları önerilmektedir. İnfertilite riski olanlarda tedavi öncesi erken planlama ve yardımcı üreme teknolojileri konularında cinsel danışmanlık verilmelidir. Nüks korkusu ciddi anksiyete nedeniyle, 5 yıllık sağ kalımdan sonra azaldığı, deneysel bir çalışmada kognitif davranışçı terapinin nüks korkusuna bağlı anksiyeteyi %29 azalttığı bulunmuştur. SONUÇ Literatür sonuçları doğrultusunda, kanserden iyileşen hastalara risk yönetimi ve baş etme stratejilerini içeren uygun eğitim ile yaşam kalitesini arttırmaya yönelik ve yeni dönemine adaptasyonunu sağlayan planlama yapılmalıdır.

**ANAHTAR KELİMELER:** KANSER, SAĞ KALAN, TEDAVİ SONRASI DÖNEM

### PLANNING OF NEW LIFE PERIOD OF PATIENTS RECOVERING FROM CANCER

**Necmiye CÖMLEKÇİ<sup>1</sup>, Dilek BAYKAL<sup>2</sup>, Burcu DEDEOĞLU DEMİR<sup>3</sup>, Gülbeyaz CAN<sup>4</sup>**

<sup>1</sup>MINISTRY OF HEALTH MEHMET AKİF ERSOY THORACIC AND CARDIOVASCULAR SURGERY TRAINING RESEARCH HOSPITAL, ISTANBUL, <sup>2</sup>HALIÇ UNIVERSITY, SCHOOL OF HEALTH SCIENCES, ISTANBUL, <sup>3</sup>ISTANBUL AREL UNIVERSITY, SCHOOL OF HEALTH SCIENCES, DEPARTMENT OF NURSING, ISTANBUL, <sup>4</sup>ISTANBUL UNIVERSITY, FLORENCE NIGHTINGALE FACULTY OF NURSING, ISTANBUL

This compilation has prepared to examine the problems faced by patients recovering from cancer and make suggestions for instructions they should follow to have a healthy lifestyle in their new life period.

While problems of patients with cancer are attached more importance during the acute treatment period, problems of patients recovered are not cared enough. However, in the post-treatment period, after they have recovered, they face with long-term and late effects ,covering physical and psychological problems. The average 5-year survival rate of malignant tumors in Europe has found 54.2%. The survival in the United States is 15.5 million in 2016,

25-27  
NOVEMBER  
2018

# 1<sup>st</sup> INTERNATIONAL INTERNAL MEDICINE NURSING CONGRESS

"Global Overview of Internal Medicine Nursing"



and this number is estimated to reach to 20.3 million by 2016. In the National Health Interview Survey study, 1/4 of the survivors reported a reduction in the quality of life due to physical and 1/10 psychosocial problems. Lymphedema, xerostomia, early menopause, infertility, intestinal dysfunction, sexual dysfunction are the most common physical problems, fear of relapse, anxiety, depression, financial and social difficulties are the most common psychosocial problems. It has been shown in the literature that healthy life style changes improve quality of life, and decreases late effects, cancer recurrence, new primary tumors and mortality. A cohort study, conducted with patients with breast cancer showed that combined application of healthy nutrition and physical activity resulted in a 50% reduction in mortality. Patients education and rehabilitation programs are recommended in the management of physical problems such as lymphedema and xerostomia in the literature. Consulting service should be provided to patients with risk of infertility, on the issues of pre-treatment early planning and reproductive technologies. An experimental study showed that although the fear of recurrence is a serious anxiety reason, it decreased after a survival of 5 years, and that cognitive behavioral therapy decreased anxiety related recurrence by 29%. **CONCLUSIONS** In line with the results of the literature, patients recovering from cancer should be provided a education including risk management and coping strategies, and a planning for improving quality of life and providing their adaptation to the new lifeperiod should be made.

**KEYWORDS:** CANCER, SURVIVOR, POST-TREATMENT PERIOD

---