

# ĐÁNH GIÁ TÁC DỤNG CỦA KHÍ CÔNG VỚI THAY ĐỔI TÌNH TRẠNG MỆT MỎI, KHÓ THỞ VÀ LO LẮNG TRÊN NGƯỜI BỆNH UNG THƯ PHỔI TẠI MỘT SỐ BỆNH VIỆN Ở VIỆT NAM

Vũ Văn Đầu<sup>1</sup>, Nguyễn Thị Thanh Hương<sup>1</sup>, Trần Thu Hiền<sup>1</sup>,

Hà Thị Mến<sup>2</sup>, Đinh Thị Thu Hà<sup>3</sup>

<sup>1</sup>Trường Đại học Điều dưỡng Nam Định,

<sup>2</sup>Bệnh viện Phổi Trung Ương

<sup>3</sup>Bệnh viện Đa khoa tỉnh Nam Định

## TÓM TẮT

**Mục tiêu:** Đánh giá hiệu quả của tập khí công đối với việc thay đổi tình trạng khó thở, mệt mỏi và lo lắng ở người bệnh ung thư phổi. **Đối tượng và phương pháp nghiên cứu:** Nghiên cứu thử nghiệm lâm sàng ngẫu nhiên có đối chứng thực hiện trên 2 nhóm: nhóm có luyện tập khí công và nhóm đối chứng. Đối tượng nghiên cứu là 156 người bệnh ung thư phổi được lựa chọn và phân bổ ngẫu nhiên vào 2 nhóm. Dữ liệu được thu thập bằng cách sử dụng bộ câu hỏi được thiết kế sẵn để đánh giá hiệu quả của tập khí công đối với việc thay đổi tình trạng khó thở, mệt mỏi và lo lắng ở người bệnh ung thư phổi tại các thời điểm: T0 (trước khi phân nhóm), T1 (cuối giai đoạn can thiệp - sau 6 tuần) và T2 (kết thúc của thời gian theo dõi - 12 tuần sau khi phân nhóm). **Kết quả:** Không có sự khác biệt về thống kê giữa 2 nhóm về mệt mỏi và lo lắng, điều đó có nghĩa là khí công không cải thiện sự mệt mỏi, lo lắng. Khí công cải thiện đáng kể chứng khó thở vào tuần thứ 6 với chênh lệch trung bình là 1,15 ( $p = 0,011$ ) và tuần thứ 12 chênh lệch trung bình là 1,50 ( $p = 0,025$ ) giữa nhóm khí công và nhóm chứng. **Kết luận:** Kết quả của nghiên cứu hiện tại cho thấy khí công không phải là một phương pháp điều trị đầy hứa hẹn để làm giảm mệt mỏi và lo lắng. Tuy nhiên, khí công có hiệu quả duy nhất đối với triệu chứng khó thở.

**Từ khóa :** Khí công, mệt mỏi, khó thở, lo lắng, ung thư phổi