נעות לבריאות

פיילוט לטיפול קבוצתי רב-מקצועי בקהילה למחלימות מסרטן לשיפור תפקוד ואיכות חיים

ודים מיאסקובצקי, פיזיותרפיסט מחוזי | **איתמר בנימין**, פיזיותרפיסט | **איריס בן ארצי**, מנהלת מכון פיזיותרפיה
דר' יעקב גרוסמן, סגן מנהלת פיזיותרפיה ארצית | **אילנה למל-ליבשיץ**, מנהלת פיזיותרפיה ארצית

רקע

בישראל חיים כיום כ-300,000 מחלימים מסרטן, שיעורי ההישרדות עולים באופן עקבי והעלייה בשיעור המחלימים מסרטן מחדדת את הצורך במענים שיקומיים בקהילה לשיפור תפקוד ואיכות חיים לאחר סיום הטיפול האונקולוגי. תשישות הקשורה לסרטן הינה תסמין שכיח ומשמעותי, המשפיע על עד 65% מהמטופלים ואף יותר במהלך טיפולים פעילים, ועלול להימשך זמן רב לאחר סיומם מה שמאוד מקשה על המחלימים לחזור לשגרת חיים מיטבית. לצד זאת, אוכלוסייה זו מציגה לעיתים בפער טיפולי בין המערכת האונקולוגית לבין הקהילה, עם השלכות על ירידה תפקודית, פניות חוזרות לשירותי בריאות ועלויות מערכתיות.

מטרה

מטרת פיילוט זה הייתה לבחון היתכנות ומגמות שינוי במדדי תפקוד, עייפות ואיכות חיים בעקבות תוכנית פעילות גופנית קבוצתית רב־מקצועית בקהילה.

שיטות

ההתערבות כללה 12 מפגשים במשך כ-3 חודשים מתוכם 10 מפגשי תרגול פיזיותרפי קבוצתי, ושילוב מעטפת רב־מקצועית הכוללת מפגש עם דיאטנית ומפגש עם עובדת סוציאלית. נותחו נתוני 2 קבוצות שהשתתפו בתכנית. הניתוח כלל נתוני לפני-אחרי של משתתפות שביצעו בדיקות בתחילת ובסיום התכנית (N=10) נמדדו: עייפות (VAS), איכות חיים (SF 12: PCS, MCS), מבחני תפקוד (STS, SLS) וכוח אחיזה (Grip).

תוצאות

כלל המשתתפות בתכנית היו נשים בגיל ממוצע של 58.3 שנים כאשר רובן עם אבחנה של סרטן השד. נצפתה מגמת שיפור בעיקר במדדים התפקודיים והפיזיים: מדד PCS (מדד פיזי) השתפר בממוצע בכ-8.9%, כאשר מרבית המשתתפות הראו שיפור. מדד MCS (מדד נפשי) השתפר באופן מתון בכ־2.5%, עם שונות בין המשתתפות.

במדד STS נצפה שיפור של כ־15.1% בזמן הביצוע, המצביע על שיפור תפקודי משמעותי בכח ובניידות. במדד SLS, VAS וכח אחיזה (GRIP) נצפה שינוי מזערי ולא משמעותי עם שונות בין משתתפות.

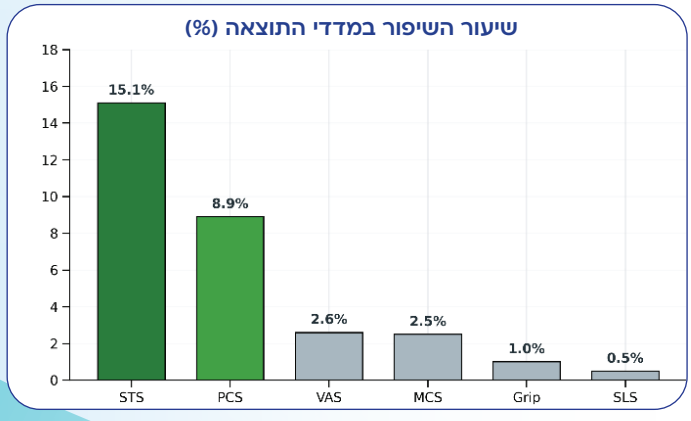
אחוזי ההיענות בהגעה לקבוצות היו גבוהים ועמדו בממוצע על 90%, ללא דיווח על אירועי בטיחות בשתי הקבוצות.

ממצאים ומסקנות

פיילוט זה מדגים היתכנות ליישום תוכנית פעילות גופנית רב־מקצועית בקהילה למחלימות מסרטן, עם מגמות שיפור בעיקר בתפקוד הפיזי ואיכות החיים.

לנוכח גודל המדגם, אין להסיק מסקנות גורפות, אולם הממצאים תומכים בהמשך פיתוח והרחבת השירות במסגרת השירותים הניתנים בקהילה.

ברמה המערכתית, שילוב תוכניות מסוג זה בקהילה עשוי לשפר רצף טיפולי, לצמצם פערים לאחר טיפול אונקולוגי ולהוות מרכיב משמעותי בשיפור איכות החיים של מטופלים אלו וחזרתם לשגרת פעילות מיטבית.



נעות לבריאות
פרויקט פעילות גופנית למחלימות מסרטן
מאוחדת רמה אחרת

מאוחדת רמה אחרת