

Kinezyofobinin Cerrahi Sürece Etkisi ve Hemşirelik Yönetimi

The Effect of Kinesiophobia on the Surgical Process and Nursing Management

Nimet Ünsal¹, Özlem Kersu²

¹Eskişehir Osmangazi Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Hemşirelik Anabilim Dalı, Eskişehir, Türkiye

¹Eskişehir Osmangazi University Institute of Health Sciences, Department of Nursing, Eskişehir, Türkiye

²Eskişehir Osmangazi Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Fakültesi, Hemşirelik Bölümü, Cerrahi Hastalıkları Hemşireliği Anabilim Dalı, Eskişehir, Türkiye

²Eskişehir Osmangazi University, Faculty of Health Sciences, Department of Surgical Nursing, Eskişehir, Türkiye

ÖZ

Giriş: Erken mobilizasyon, cerrahi hastalarının iyileşme sürecini destekleyen kanıt dayalı uygulamalar arasında yer alır. Erken ambulasyon ile kas atrofisiyle mücadele etmeyi, dolaşımı iyileştirmeyi, genel iyileşme sürecini hızlandırmayı ve uzun süreli yatak istirahatıyla ilişkili riskleri en aza indirmek amaçlanmaktadır. Bazı nedenler mobilizasyon protokollerine uyulmasında engel oluşturabilmektedir. Bunlar; sağlık personeli kaynaklı nedenler, hasta kaynaklı nedenler ve ekipman eksikliği, kateter, dren, sonda takılması gibi invaziv girişimlerin varlığına bağlı çevresel faktörler olarak sınıflandırılabilir.

Ağrı ve düşme korkusu, mobilizasyonu engelleyen hasta kaynaklı nedenler arasında yer almaktadır. Ağrı ya da yaralanma korkusu nedeniyle fiziksel hareketten kaçınma olarak tanımlanan kinezyofobi, postoperatif süreçte hastaların mobilizasyonunu engelleyen ve iyileşme sürecini olumsuz etkileyen önemli bir faktördür. Kinezyofobinin gelişiminde korkunun yanı sıra bireyin ağrı ve yaralanmayı nasıl yorumladığı da önemlidir. Ağrı deneyimi olan bir birey ağrıyı, kötü, acı verici, tehlikeli ve olumsuz olarak yorumladığında, başka bir ağrı deneyimini de olumsuz olarak yorumlama eğilimi artabilir. Ağrının şiddeti arttıkça birey daha fazla korkudan kaçınma davranışı göstererek ağrının yıkıcı etkisini azaltmaya çalışacaktır.

Ameliyat sonrası ağrı yönetimi ve kontrolü, derin solunum egzersizleri ve erken mobilizasyon ile desteklenen hastalarda daha az komplikasyon gelişmektedir. Erken mobilizasyon ile oluşabilecek komplikasyonları önlemede ve erken ambulasyonun sağlanması konusunda hemşire önemli rol ve sorumluluklar üstlenir. Ameliyat sonrası dönemde kinezyofobiye ilişkin hemşirelik bakımı kinezyofobinin varlığının araştırılması, uygun ölçeklerin kullanımı ile kinezyofobi düzeyinin belirlenmesi, kinezyofobiye etkileyen faktörlerin incelenmesi, bilişsel-davranışçı terapi uygulanması girişimlerini içermektedir.

Sonuç: Multidisipliner bir yaklaşımla hastaya uygun ağrı yönetimi, fiziksel aktivitelerin gerçekleştirilmesi, hareketsizliğe bağlı gelişebilecek komplikasyonların önlenmesi, uyku ve dinlenmenin sağlanması, yaralanma riskinin azaltılması, baş etme ve stres toleransının artırılmasına yönelik hemşirelik girişimlerinin uygulanmasıdır.

Anahtar Sözcükler: Kinezyofobi, hareket korkusu, mobilizasyon, ağrı

ABSTRACT

Introduction: Early mobilization is among the evidence-based practices that support the recovery process of surgical patients. Early ambulation aims to combat muscle atrophy, improve circulation, accelerate the overall healing process and minimize the risks associated with prolonged bed rest. Certain factors may hinder adherence to mobilization protocols. These factors can be classified as healthcare personnel-related reasons, patient-related reasons and environmental factors related to the presence of invasive procedures such as equipment shortages, catheters, drains and probes.

Pain and fear of falling are among the patient-related reasons that prevent mobilization. Kinesiophobia, defined as avoidance of physical movement due to fear of pain or injury, is an important factor that prevents patient mobilization during the postoperative process and negatively affects the recovery process. In addition to fear, how an individual interprets pain and injury is also important in the development of kinesiophobia. When an individual who has experienced interprets pain as bad, painful, dangerous and negative, their tendency to interpret another pain experience negatively may increase. As the severity of pain increases, the individual will exhibit more avoidance behavior due to fear, attempting to reduce the destructive effect of pain.

Postoperative pain management and control result in fewer complications in patients supported by deep breathing exercises and early mobilization. Nurses play an important role and have significant responsibilities develop fewer complications. The nurse assumes important roles and responsibilities in preventing complications that may arise with early mobilization and ensuring early ambulation. Nursing care related to kinesiophobia in the postoperative period includes investigating the presence of kinesiophobia, determining the level of kinesiophobia using appropriate scales, examining the factors that influence kinesiophobia, and applying cognitive-behavioral therapy.

Conclusion: It involves the implementation of nursing interventions aimed at providing the patient with appropriate pain management, performing physical activities, preventing complications that may develop due to immobility, ensuring sleep and rest, reducing the risk of injury, and increasing coping and stress tolerance through a multidisciplinary approach.

Keywords: Kinesiophobia, fear of movement, mobilization, pain

Cite this article as: Ünsal N, Kersu Ö. Kinezyofobinin Cerrahi Sürece Etkisi ve Hemşirelik Yönetimi. YIU Sağlık Bil Derg 2025; Ek1:5-5. <https://doi.org/10.51261/yiu.2025.1746553>