

AKCİĞER KANSERİ TANILI HASTALARDA KALİSTENİK EGZERSİZLERİN YORGUNLUK VE EGZERSİZ TUTUMLARI ÜZERİNE ETKİSİ

Kardelen HATIMOĞULLARI¹, Deniz KOCAMAZ¹, Fatma Betül ŞEKER², Canan KARAN³

¹ Hasan Kalyoncu Üniversitesi, Fizyoterapi ve Rehabilitasyon Bölümü, Gaziantep, Türkiye

 0009-0004-2486-4150

 0000-0002-0611-7686

² Osmaniye Korkut Ata Üniversitesi, Sağlık Hizmetleri Meslek Yüksekokulu, Osmaniye, Türkiye

 0000-0002-1466-6319

³ Liv Hastanesi, Medikal Onkoloji Anabilim Dalı, Gaziantep, Türkiye

 0000-0002-1293-2046

ÖZ

Giriş: Akciğer kanserli bireylerinde tedavisinde kalistenik egzersizler önemli yer tutmaktadır.

Amaç: Bu çalışma, akciğer kanserli bireylerde kalistenik egzersizlerin yorgunluk ve egzersiz bariyerlerini incelemek amacıyla gerçekleştirilmiştir.

Yöntem: Çalışma kapsamında, 18-65 yaş aralığında, medikal tedavisine devam eden 37 ileri evre küçük hücreli dışı akciğer kanseri hastası değerlendirilmiştir. Katılımcıların yorgunluk düzeyleri; Yorgunluk Şiddet Ölçeği ile egzersize olan tutumları ise Egzersiz Yararları/Engelleri Ölçeği ile değerlendirilmiştir. Değerlendirmeler, tedavi öncesi ve sonrası olmak üzere iki defa gerçekleştirilmiştir. Katılımcılar, rastgele randomizasyon yöntemiyle Fizyoterapist Eşliğinde Egzersiz Grubu (Grup 1) ve Ev Egzersiz Eğitim Grubu (Grup 2) olmak üzere iki gruba ayrılmıştır. Grup 1 katılımcılarına, fizyoterapist eşliğinde, 8 hafta boyunca haftada 3 gün, 40 dakikalık egzersiz uygulanmıştır (maksimal kalp hızının %50–60'ında). Grup 2'deki katılımcılara egzersiz kitapçığı verilmiş, ardından haftalık kontrollerle takipleri sağlanmıştır.

Bulgular: Çalışma, Grup 1'de 15 kişi, Grup 2'de 18 kişi ile tamamlanmıştır. Katılımcıların yaş ortalaması 55,28; VKİ ortalaması ise 26,86'dır. Tedavi sonunda katılımcıların yorgunluk şiddetinin anlamlı düzeyde azalırken ($p<0.05$). Egzersizin yararları ve engelleri ölçeğinin genel toplam puan ve yarar ölçeği sonuçlarının azaldığı ($p<0.05$), engel ölçeği sonuçlarında ise değişim olmadığı görülmüştür ($p>0.05$). Grup 2'de ise egzersiz yararları ve engelleri açısından anlamlı bir değişiklik olmamıştır ($p>0.05$).

Sonuç: Kalistenik egzersiz programı uygulanan akciğer kanserli hastalarda, egzersiz yararları bilinci artmış ve egzersize yönelik olumsuz tutumlar azalmıştır. Her iki grupta da yorgunluk azalmıştır. Tedavi sonrasında azalan yorgunluk genel tedavinin seyrini olumlu etkilemiştir.

Anahtar Kelimeler: Akciğer kanseri, egzersiz, yorgunluk, fizyoterapist

* Bu çalışma, 21-22 Nisan 2025'te II. Ulusal Onkolojik Rehabilitasyon Kongresi'nde sözel bildiri olarak sunulmuştur.

İletişim/Correspondence

Kardelen HATIMOĞULLARI

Hasan Kalyoncu Üniversitesi,

Fizyoterapi ve Rehabilitasyon Bölümü, Gaziantep, Türkiye

E-posta: renimkardelen@hotmail.com

Geliş tarihi/Received: 08.04.2025

Kabul tarihi/Accepted: 14.04.2025

THE EFFECT OF CALISTHENIC EXERCISES ON FATIGUE AND EXERCISE ATTITUDES IN PATIENTS WITH LUNG CANCER

ABSTRACT

Background: Calisthenic exercises play an important role in the treatment of lung cancer patients.

Aim: This study was carried out to investigate fatigue and exercise barriers of calisthenic exercises in patients with lung cancer.

Method: Within the scope of the study, 37 advanced lung cancer patients aged 18-65 years who were continuing their medical treatment were evaluated. Patients were assessed with the Fatigue Severity Scale and Exercise Benefits/Barriers Scale. The assessments were performed twice, before and after treatment. Patients were randomly divided into two groups Physiotherapist-Led Exercise Group (Group 1, n=15) and Home Exercise Group (Group 2, n=18). Patients in Group 1 were exercised 3 days a week for 8 weeks at 50-60% of maximal heart rate for 40 min, accompanied by a physiotherapist. Patients in Group 2 were given an exercise booklet and followed up with weekly controls.

Results: The mean age and BMI of the patients were 55,28 and 26,86 respectively. At the end of the treatment, the severity of fatigue in the patients decreased significantly ($p<0.05$). It was observed that the overall total score and benefit scale results of the benefits and barriers of exercise scale decreased ($p<0.05$), while there was no change in the results of the barrier scale ($p>0.05$). In Group 2, there was no significant change in exercise benefits and barriers ($p>0.05$).

Conclusion: In patients with lung cancer who underwent calisthenic exercise programme, awareness of exercise benefits increased and negative attitudes towards exercise decreased. Fatigue decreased in both groups. Decreased fatigue after treatment favorably affected the overall course of treatment.

Keywords: Lung cancer, exercise, fatigue, physiotherapist

* This study was presented as an oral presentation at the 2nd National Oncological Rehabilitation Congress on 21-22 April 2025.

İletişim/Correspondence

Kardelen HATIMOĞULLARI

Hasan Kalyoncu Üniversitesi,

Fizyoterapi ve Rehabilitasyon Bölümü, Gaziantep, Türkiye

E-posta: renimkardelen@hotmail.com

Geliş tarihi/Received: 08.04.2025

Kabul tarihi/Accepted: 14.04.2025