

ΣΧΟΛΗ ΕΠΙΣΤΗΜΩΝ ΥΓΕΙΑΣ

ΤΜΗΜΑ ΝΟΣΗΛΕΥΤΙΚΗΣ

## Πτυχιακή Εργασία

Η επίδραση της αερόβιας άσκησης στην ποιότητα ζωής σε ασθενείς με μετεγχειρητικό καρκίνο του πνεύμονα.

Αθηνά Μοδέστου

Λεμεσός 2023

ΤΕΧΝΟΛΟΓΙΚΟ ΠΑΝΕΠΙΣΤΗΜΙΟ ΚΥΠΡΟΥ

ΣΧΟΛΗ ΕΠΙΣΤΗΜΩΝ ΥΓΕΙΑΣ

ΤΜΗΜΑ ΝΟΣΗΛΕΥΤΙΚΗΣ

## Πτυχιακή Εργασία

Η επίδραση της αερόβιας άσκησης στην ποιότητα ζωής σε ασθενείς με μετεγχειρητικό καρκίνο του πνεύμονα.

Αθηνά Μοδέστου

Επιβλέπουσα καθηγήτρια:

Δρ. Θεολογία Τσίτση

Λεμεσός 2023

# Πνευματικά δικαιώματα

Copyright © Αθηνά Μοδέστου, 2023

Με επιφύλαξη παντός δικαιώματος. All rights reserved.

Η έγκριση της πτυχιακής διατριβής από το Τμήμα Νοσηλευτικής του Τεχνολογικού Πανεπιστημίου Κύπρου δεν υποδηλώνει απαραίτητως και αποδοχή των απόψεων του συγγραφέα εκ μέρους του Τμήματος.

## Ευχαριστίες

Θα ήθελα να ευχαριστήσω θερμά και να εκφράσω την ευγνωμοσύνη μου σε όσους βοήθησαν και μου συμπαραστάθηκαν στην εκπόνηση αυτής της πτυχιακής εργασίας. Ιδιαίτερα την Δρ. Θεολογία Τσίτση, υπεύθυνη καθηγήτρια της πτυχιακής εργασίας για την πολύτιμη υποστήριξη και καθοδήγηση της για την υλοποίηση αυτής της εργασίας.

## ΠΕΡΙΛΗΨΗ

**Εισαγωγή:** Ο καρκίνος του πνεύμονα αποτελεί ένα σύγχρονο θέμα για την κοινωνία μας καθώς είναι μια σοβαρή πάθηση που μπορεί να επηρεάσει σημαντικά την ποιότητα των ασθενών σε διάφορους τομείς, σωματικά αλλά και ψυχικά. Γι' αυτό τον λόγο είναι σημαντικό να διερευνηθεί.

**Σκοπός:** Σκοπός της παρούσας εργασίας υπήρξε η διερεύνηση του θέματος της επίδρασης της αερόβιας άσκησης στην ποιότητα ζωής σε ασθενείς με μετεγχειρητικό καρκίνο του πνεύμονα.

**Υλικό και Μέθοδος:** Η αναζήτηση της βιβλιογραφίας για την εύρεση επιστημονικών μελετών έγινε στις βάσεις δεδομένων Pubmed, Embase και Cinahl. Λέξεις κλειδιά είναι (lung cancer or lung neoplasms or lung tumor or lung adenocarcinoma), (aerobic exercise or aerobic training or physical activity or physical exercise), (quality of life) και (postoperative or post operative or post-surgery or post-surgical) σε όλους τους πιθανούς συνδυασμούς.

**Αποτελέσματα:** Η αναζήτηση κατέληξε σε 7 μελέτες, που δημοσιεύτηκαν κατά την περίοδο 2019-2023, που πληρούσαν τα προκαθορισμένα κριτήρια. Μέσα από την αναζήτηση της βιβλιογραφίας διαπιστώθηκε πως η αερόβια άσκηση βοηθά σε διάφορους τομείς όπως για παράδειγμα στην βελτίωση της πνευμονικής λειτουργίας (εκπνευστική και εισπνευστική πίεση), της μυικής δύναμης, τον ύπνο, τη διάθεση και σε ορισμένες πτυχές στην ποιότητα ζωής και της κόπωσης.

**Συμπεράσματα:** Η αερόβια άσκηση βοηθά στην βελτίωση συμπτωμάτων αλλά και σε τομείς της ποιότητας ζωής του ασθενή με μετεγχειρητικό καρκίνο του πνεύμονα. Ωστόσο, υπάρχει ανάγκη για περαιτέρω έρευνα.

**Λέξεις-κλειδιά:** Καρκίνος του πνεύμονα, Αερόβια άσκηση, Ποιότητα ζωής, Μετεγχειρητικά.

# ABSTRACT

**Introduction:** Lung cancer is a contemporary issue for our society as it is a serious condition that can significantly affect the quality of life of patients in various physical and psychological aspects. For this reason, it is important to investigate it.

**Aim:** The purpose of this study was to investigate the impact of aerobic exercise on the quality of life in patients with postoperative lung cancer.

**Material and Method:** Literature search for scientific studies was conducted in the Pubmed and Embase databases. Keywords used were (lung cancer or lung neoplasms or lung tumor or lung adenocarcinoma), (aerobic exercise or aerobic training or physical activity or physical exercise), (quality of lie) and (postoperative or post operative or post-surgery or post-surgical) in all possible combinations.

**Results:** The search yielded 7 studies published from 2019-2023 that met the predefined criteria. The literature search revealed that aerobic exercise can help in various areas such as improving pulmonary function (expiratory and inspiratory pressure), muscular strength, sleep, mood, and certain aspects of quality of life and fatigue.

**Conclusions:** Aerobic exercise helps to improve symptoms and quality of life of patients with postoperative lung cancer. However, further research is needed.

**Keywords:** Lung cancer, aerobic exercise, quality of life, postoperative.