الفوائد والقيود المحتملة لاستخدام العلاج الطبيعي المبكر في التعافي ما بعد جراحة استئصال الثدي من وجهة نظر المعالجين العاملين بمراكز وأقسام العلاج الطبيعي

د. سهير سالم علي الشقروني[1] د. بشير محمد الحاراتي[2]

المؤلف 1 https://orcid.org/0009-0003-0703-0800

المؤلف 2 https://orcid.org/0009-0000-2111-3133

قسم إعادة التأهيل والعلاج الطبيعي كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة، جامعة طرابلس، ليبيا [1 2]

[1] Alshagroniesohair@gmail.com [2] dr.bashirharaty@gmail.com

Potential benefits and limitations of using early physiotherapy in post-mastectomy recovery from the perspective of therapists working in physiotherapy centers and departments

[1] Dr. Suheir Salem Ali Shaqrouno [2] Dr. Bashir Muhammad Al-Harti

[1 2] Department of Rehabilitation and physiotherapy, Faculty of Physical Education and Sports Sciences, University of Tripoli, Libya

تاريخ الاستلام: 2026-03-20، تاريخ القبول: 2026-04-05، تاريخ النشر: 2026-06-01

المستخلص:

هدفت الدراسة الي التعرف على الفوائد والقيود المحتملة لاستخدام العلاج الطبيعي المبكر في التعافي ما بعد جراحة استئصال الثدي، أستخدم الباحثون المنهج الوصفي المسحي، تكونت أفراد عينة الدراسة من المعالجين العاملين بمراكز وأقسام العلاج الطبيعي بالمستشفيات العامة والخاصة بمدينة طرابلس والبالغ عددهم (90) تم اختيارهم بالطريقة العشوائية، تم تصميم استمارة استبيان، واظهرت نتائج الدراسة الي انه هناك الفوائد والقيود المحتملة لاستخدام العلاج الطبيعي المبكر في التعافي ما بعد جراحة استئصال الثدي، وان الرأي السائد للدرجة الكلية للمحور الأول في الجزء الأول من المحور "الفوائد الرئيسية لاستخدام العلاج الطبيعي في التعافي" (يسهم بدرجة كبيرة) وبحسب إجابات أفراد عينة الدراسة بالكامل، وان الرأي السائد للدرجة الكلية للمحور الاول في الجزء الثاني والثالث من المحور "الفوائد المحتملة والمتعلقة بالحركة والنشاط لاستخدام العلاج الطبيعي في التعافي" و "الفوائد الجسدية والمضاعفات المحتملة لاستخدام العلاج الطبيعي في التعافي" كان يشير إلى (يسًهم بدرجة كبيرة جدا) وبحسب إجابات أفراد عينة الدراسة بالكامل، كما ان الرأي السائد للدرجة الكلية للمحور الثاني في الجزء الأول " القيود الزمنية والمرحلية المحتملة لاستخدام العلاج الطبيعي في التعافي" و الجزء الثاني "القيود المحتملة والمتعلقة بالحركة والنشاط لاستخدام العلاج الطبيعي في التعافي" و الجزء الثالث من المحور "القيود الجسدية والمضاعفات المحتملة لاستخدام العلاج الطبيعي في التعافي" كان يشير إلى (يسًهم بدرجة كبيرة جدا) وبحسب إجابات أفراد عينة الدراسة بالكامل.

الكلمات المفتاحية:

الفوائد المحتملة- القيود المحتملة- العلاج الطبيعي المبكر - التعافي- الجراحة- استئصال الثدي.

Abstract:

This study aimed to identify the potential benefits and limitations of using early physiotherapy in post-mastectomy recovery. The researcher used a descriptive survey methodology. The study sample consisted of 90 therapists working in physiotherapy centers and departments in public and private hospitals in Tripoli,

selected randomly. A questionnaire was designed, and the results showed that there are potential benefits and limitations of using early physiotherapy in post-mastectomy recovery. The prevailing opinion for the overall score of the first axis, in the first part, "Main benefits of using physiotherapy in recovery," was "contributes significantly," according to the responses of all study participants. The prevailing opinion for the overall score of the first axis, in the second and third parts, "Potential benefits related to movement and activity of using physiotherapy in recovery" and "Physical benefits and potential complications of using physiotherapy in recovery," was "contributes very significantly," according to the responses of all study participants. The prevailing opinion for the overall score of the second axis, in the first part, "Potential time and phase limitations of using physiotherapy in recovery" and the second part, "Potential limitations related to movement," was "Contributes very significantly." The activity of using physiotherapy in recovery, and the third part of the section, "Physical Limitations and Potential Complications of Using Physiotherapy in Recovery," indicated that it "contributes very significantly," according to the responses of all participants in the study.

Keywords:
Potential benefits - Potential limitations - Early physiotherapy - Recovery - Surgery - Mastectomy.

المقدمة:

ان استئصال الثدي هو إجراء جراحي لإزالة جميع أنسجة الثدي، ويُجرى غالبًا لعلاج سرطان الثدي أو الوقاية منه، إضافة إلى إزالة أنسجة الثدي، قد يشمل استئصال الثدي إزالة جلد الثدي والحلمة، يمكن لبعض تقنيات استئصال الثدي الحديثة أن تترك الجلد أو الحلمة، وقد تساعد هذه الإجراءات على تحسين مظهر الثدي بعد الجراحة، بعد إجراء استئصال الثدي، قد تختار السيدة إجراء جراحة لإعادة بناء شكل الثدي، ويُطلق على هذا الإجراء اسم إعادة بناء الثدي، ويمكن إجراؤه في وقت استئصال الثدي نفسه أو كعملية ثانية لاحقًا، قد يحتاج إعادة البناء إلى أكثر من عملية جراحية واحدة. **(محمد، 2022)**

العلاج الطبيعي هو ركن أساسي في عملية التعافي الشاملة بعد استئصال الثدي، فهو لا يقتصر على الجانب الجسدي فقط، بل يشمل أيضًا الجانب النفسي والعاطفي، من خلال مجموعة متنوعة من التقنيات والتمرينات، حيث يساعد العلاج الطبيعي المبكر في استعادة الوظائف الطبيعية ويساهم في عودة المريضة إلى حياتها الطبيعية بأسرع وقت ممكن. **(علي، 2019)**

هناك العديد من الفوائد والقيود المحتملة لاستخدام العلاج الطبيعي المبكر في التعافي ما بعد جراحة استئصال الثدي من هذه الفوائد العظيمة، تحسين حركة الذراع والكتف، وتخفيف الآلام، والتورم

(الوذمة الليمفاوية)، واضطرابات الأطراف العلوية، والإرهاق المرتبط باستئصال الثدي وتحسين الحالة النفسية من خلال استعادة القوة والوظائف وهو العنصر الأساسي في رحلة التعافي بعد استئصال الثدي التي مما ينعكس إيجابًا على جودة الحياة. **(عبدالله، 2016)**

اما القيود المحتملة لاستخدام العلاج الطبيعي بعد استئصال الثدي، تكمن في ضرورة البدء به تدريجياً، وتجنب الحركات العنيفة، والالتزام بالتمرينات لتجنب تيبس الذراع وتكوّن الندبات، مع أهمية استشارة الطبيب قبل البدء لتحديد الأنشطة المناسبة وتجنب المضاعفات .**(علي ن.، 2021)**

قد تشمل التدخلات التثقيف، الذي يُعرّف بأنه عملية التأثير على سلوك المريض وإحداث التغييرات في المعرفة والاتجاهات والمهارات اللازمة للحفاظ على الصحة أو تحسينها؛ والعلاج اليدوي، الذي يُعرّف بأنه "تقنيات يدوية ماهرة تهدف إلى تحسين مرونة الأنسجة، وزيادة نطاق الحركة، وتحفيز الاسترخاء، وتحريك أو معالجة الأنسجة الرخوة والمفاصل، وتخفيف الألم، وتقليل تورم الأنسجة الرخوة أو التهابها أو تقييد حركتها". **(حسن، 2017)**

من القيود المحتملة للعلاج الطبيعي المبكر بعد استئصال الثدي تشمل الألم المزمن، الوذمة اللمفية (تورم الذراع)، تيبس الكتف، تكوّن الأنسجة الندبية الصلبة، وتأثيرات نفسية كالاكتئاب، بالإضافة إلى مضاعفات مثل العدوى أو تجمع السوائل، مما يتطلب برامج علاجية فردية تتجنب الحركات الشديدة والرفع الثقيل حتى الشفاء التام والتأكد من التئام الجروح، مع الالتزام بتوجيهات الطبيب المتخصص، كما تشمل القيود الرئيسية المحتملة للعلاج الطبيعي المبكر استئصال الثدي تجنب رفع الأوزان الثقيلة والحركات المفرطة للذراع لمدة 4 أسابيع على الأقل، وعدم رفع الذراع فوق مستوى الرأس، وتجنب السباحة والغطس في الماء حتى التئام الجروح تمامًا عادة (4–6) أسابيع، مع التركيز في البداية على تمارين نطاق الحركة اللطيفة لمنع التيبس، مع مراعاة قيود الأنابيب الجراحية التي قد تحد من الاستحمام الكامل في البداية، وكلها تهدف إلى إدارة الألم وتورم الذراع وتحسين وظيفة الكتف دون تعريض الجرح لمضاعفات. (عبدالله أ.، 2020) (علي م.، 2020)

تكمن اهمية الدراسة الحالية في محاولة تقديم دليل علمي على الفوائد والقيود المحتملة لاستخدام العلاج الطبيعي المبكر في التعافي ما بعد جراحة استئصال الثدي، وتحسين برامج إعادة التأهيل بعد الجراحة في المستشفيات والمراكز العلاجية، كذلك، دعم اتخاذ القرارات الإكلينيكية والتخطيط لبرامج التأهيل المبكر، وتعزيز جودة الحياة الجسدية والنفسية والاجتماعية للمرضات.

المشكلة:

من أكثر المضاعفات شيوعًا بعد جراحة استئصال الثدي هو وجود الألم، وتتضمن أعراضًا جسدية مثل الألم المزمن، التنميل، الحرقان، تيبّس الكتف، وتورم الذراع، بالإضافة إلى تأثيراتها النفسية والاجتماعية على جودة الحياة. **(علي ي.، 2019)**

أظهرت الدراسات الحديثة أن استخدام العلاج الطبيعي المبكر في التعافي ما بعد جراحة استئصال الثدي، بما يشمل تمرينات المدى الحركي، تقوية العضلات، التصريف اللمفاوي، وعلاج الندبات، يقلل من درجة الألم ويعزز استعادة الوظيفة، إلا أن هناك فجوة بحثية في تقييم تجربة المعالجين الذاتية للفوائد والقيود المحتملة العلاج الطبيعي المبكر على الأعراض وجودة الحياة، خصوصًا في البيئات العربية ، على الرغم من الفوائد المحتملة لاستخدام العلاج الطبيعي المبكر في التعافي ما بعد جراحة استئصال الثدي، إلا أن تطبيقه لا يزال غير موحد، وتفتقر الكثير من المراكز العلاجية إلى بروتوكولات محددة، كما أن الدراسات قليلة التي تناولت تقييم رأي المعالجين في استخدام العلاج الطبيعي المبكر على الأعراض وجودة الحياة. . **(محمد م.، 2018)**

من هنا تبرز مشكلة الدراسة الحالية وهي وجود فجوة معرفية وتطبيقية حول الفوائد والقيود المحتملة العلاج الطبيعي المبكر في التعافي ما بعد جراحة استئصال الثدي، وصولا لتحسين جودة الحياة، من وجهة نظر المعالجين، ويمكن اعتبار أن هذه هي الاسباب الرئيسة التي دفعت الباحثون إلى ان تولي هذا الموضوع أهمية، والذي تتمثل مشكلته الرئيسية في السؤال الرئيس التالي:

ما الفوائد والقيود المحتملة لاستخدام العلاج الطبيعي المبكر في التعافي ما بعد جراحة استئصال الثدي من وجهة نظر المعالجين؟

الاهداف:

1-التعرف على الفوائد المحتملة لاستخدام العلاج الطبيعي المبكر في التعافي ما بعد جراحة استئصال الثدي.

2- التعرف على القيود المحتملة لاستخدام العلاج الطبيعي المبكر في التعافي ما بعد جراحة استئصال الثدي.

3- التعرف على هل الفروق في استجابات أفراد عينة الدراسة حول الفوائد والقيود المحتملة لاستخدام العلاج الطبيعي المبكر في التعافي ما بعد جراحة استئصال الثدي وفقاً لمتغيرات الدراسة (العمر، الحالة الاجتماعية، المستوى التعليمي)؟

التساؤلات:

1-ماهي الفوائد المحتملة لاستخدام العلاج الطبيعي المبكر في التعافي ما بعد جراحة استئصال الثدي؟

2- ماهي القيود المحتملة لاستخدام العلاج الطبيعي المبكر في التعافي ما بعد جراحة استئصال الثدي؟

3-هل توجد فروق دالة في استجابات أفراد عينة الدراسة حول الفوائد والقيود المحتملة لاستخدام العلاج الطبيعي المبكر في التعافي ما بعد جراحة استئصال الثدي وفقاً لمتغيرات الدراسة (العمر، الحالة الاجتماعية، المستوى التعليمي)؟

الدراسات السابقة:

الدراسة الاولي: دراسة Brown, T (2021)

بعنوان: العلاج الطبيعي للتورم اللمفاوي المرتبط بمرض سرطان الثدي

هدفت الدراسة إلى تقييم فعالية العلاج الطبيعي في علاج التورم اللمفاوي المرتبط بمرض سرطان الثدي. أظهرت النتائج تحسنًا ملحوظًا في تقليل التورم وتحسين الحركة. (Brown, 2021)

الدراسة الثانية: دراسة Smith, J (2020)

بعنوان: العلاج الطبيعي للناجيات من سرطان الثدي

هدفت الدراسة إلى تقييم فعالية العلاج الطبيعي في تحسين جودة الحياة للنساء بعد استئصال الثدي. شملت الدراسة 100 امرأة تم تقسيمهن إلى مجموعتين: مجموعة تجريبية تلقت علاجًا طبيعيًا ومجموعة ضابطة لم تتلق العلاج، أظهرت نتائج الدراسة تحسنًا ملحوظًا في جودة الحياة والحركة لدى المجموعة التجريبية. (Smith, 2020)

الدراسة الثالثة: دراسة Davis, M (2019)

بعنوان: التدخلات الرياضية للنساء المصابات بمرض سرطان الثدي

هدفت الدراسة إلى التعرف على تأثير التمارين العلاجية على النساء المصابات بمرض سرطان الثدي، حيث أظهرت نتائج الدراسة أن التمرينات ساهمت في تحسين جودة الحياة وتقليل الأعراض الجانبية للعلاج. (Davis, 2019)

الدراسة الرابعة: دراسة Johnson, K (2018)

بعنوان: إعادة التأهيل بعد جراحة الثدي

هدفت الدراسة الي التعرف على تأثير العلاج الطبيعي على التعافي بعد جراحة الثدي. شملت الدراسة 50 امرأة تم تقسيمهن إلى مجموعتين، أظهرت نتائج الدراسة أن العلاج الطبيعي ساهم في تقليل الألم وتحسين الحركة بشكل ملحوظ. (Johnson, 2018)

الدراسة الخامسة: دراسة Williams, L. (2015)

بعنوان: إدارة العلاج الطبيعي للوذمة اللمفية بعد استئصال الثدي

هدفت الدراسة إلى تقييم فعالية العلاج الطبيعي في إدارة التورم اللمفاوي بعد استئصال الثدي. شملت الدراسة 30 امرأة أظهرن تحسنًا ملحوظًا في تقليل التورم بعد العلاج الطبيعي. (Williams, 2015)

المنهج:

انطلاقًا من طبيعة الدراسة تم استخدام المنهج الوصفي المسحي، نظراً لملائمته لطبيعة وأهداف الدراسة الحالية.

المجتمع:

أشتمل مجتمع الدراسة على المعالجين العاملين بمراكز وأقسام العلاج الطبيعي بالمستشفيات العامة والخاصة بمدينة طرابلس.

العينة:

تكونت أفراد عينة الدراسة من المعالجين العاملين بمراكز وأقسام العلاج الطبيعي بالمستشفيات العامة والخاصة بمدينة طرابلس، والبالغ عددهم (90) من المعالجين.

جدول 1 التكرارات والنسب المئوية لمتغير الفئات العمرية لأفراد عينة الدراسة

الفئات العمرية	حجم افراد عينة الدراسة	النسبة المئوية %
تحت 30 سنة	26	%28.89
40-31	35	%38.89
50-41	24	%26.67
فوق 50 سنة	5	%5.56
المجموع	90	100%

يتضح من الجدول رقم (1) أن الحجم الكلي لأفراد عينة الدراسة بلغ عددهم (90) من المعالجين وتتركز غالبية المعالجين في فئة العمرية الوسطى فقد شكلت الفئة العمرية (40–31) سنة وهي الفئة الأكثر تكراراً وبنسبة بلغت 38.89% ، كان عددها 35 معالج طبيعي مما يدل على أن هذه الشريحة هي الأكبر تمثيلاً في الدراسة وتليها الفئة العمرية تحت 30 سنة بنسبة 28.89% بعدد 26 معالج طبيعي والفئة العمرية (50–41) سنة بنسبة متقاربة بلغت 26.67% بعدد 24 معالج طبيعي ، بينما كانت الفئة العمرية فوق 50 سنة أقل نسبة في توزيع افراد عينة الدراسة حيث بلغت 5.56% فقط 5 معالجين، يشير هذا التوزيع إلى أن الغالبية العظمى من المعالجين لهذه العينة يقعوا ضمن الفئات العمرية التي تعد نشطة ومهتمة عادةً بخدمات العلاج الطبيعي ما بعد جراحة استئصال الثدي.

جدول 2 التكرارات والنسب المئوية لمتغير الحالة الاجتماعية لأفراد عينة الدراسة

الحالة الاجتماعية	حجم العينة	النسبة المئوية %
أعزب	32	%35.56
متزوج	53	%58.89
غير ذلك	05	%5.56
المجموع	90	100 %

يتضح من الجدول رقم (2) ان توزيع أفراد عينة الدراسة حسب متغير الحالة الاجتماعية حيث بلغ إجمالي عدد المعالجين (90) معالج طبيعي، كما تشير البيانات إلى أن فئة المعالجين المتزوجين هي الفئة الأكثر تمثيلاً في أفراد عينة الدراسة حيث بلغت نسبتهم 58.89% ، كان عددها 53 معالج طبيعي وهذا يمثل أكثر من نصف حجم أفراد عينة الدراسة الكلي حيث شكلت فئة المعالجين العازبين الشريحة الثانية من حيث التكرار بنسبة بلغت 35.56% 32 معالج ، أما فئة غير ذلك والتي تشمل المطلقين والأرامل، فقد مثلت النسبة الأقل في أفراد عينة الدراسة بنسبة ضئيلة بلغت 5.56% ، كان عددها 5 معالجين، يشير هذا التوزيع إلى أن الدراسة اعتمد بشكل أساسي على مشاركة المعالجين المتزوجين وهو ما قد يكون له دلالة في تفسير الدعم الاجتماعي المتاح خلال فترة التعافي ما بعد الجراحة.

جدول 3 التكرارات والنسب المئوية لمتغير المستوى التعليمي لأفراد عينة الدراسة

المستوى التعليمي	حجم العينة	النسبة المئوية %
بكالوريوس	71	78.89
ماجستير	14	15.56
دكتوراه	05	5.56
المجموع	90	%100

يتضح من الجدول رقم (3) ان توزيع أفراد عينة الدراسة حسب متغير المستوى التعليمي، حيث بلغ إجمالي عدد المعالجين (90) معالج طبيعي، حيث تمثلت أفراد عينة الدراسة ممن يحمل درجة البكالوريوس ما نسبته 78.89% ، كان عددهم 71 معالج طبيعي ، مما يدل على أن غالبية أفراد عينة الدراسة يحملوا مؤهلاً جامعياً ، وفي المرتبة الثانية جاءت أفراد عينة الدراسة ممن يحملون درجة الماجستير بنسبة بلغت 15.56% ، كان عددهم 14 معالج طبيعي ،أما أفراد عينة الدراسة الذين يحملون درجة الدكتوراه فقد مثلت النسبة الأقل 5.56% ، كان عددها 5 معالجين فقط، هذا التوزيع يشير إلى أن

غالبية أفراد عينة الدراســة يمتلكن مســتوى تعليمي جامعي وهو ما قد يعكس وعياً مرتفعاً وقدرة على فهم الإجراءات العلاجية بما في ذلك متطلبات التعافي والعلاج الطبيعي ما بعد الجراحة.

أدوات ووسائل جمع البيانات:

قام الباحثان بتصـميم اسـتبيان بعد الاطلاع على الدراسـات السـابقة وذلك لغرض التعرف على الفوائد والقيود المحتملة لاسـتخدام العلاج الطبيعي المبكر في التعافي ما بعد جراحة اسـتئصـال الثدي من وجهة نظر العاملين، بحيث يكون الاستبيان من جزئيين على النحو الآتي:

الجزء الأول يتعلق بالمتغيرات المســتقلة للبحث تضــمن على المعلومات الديموغرافية والتي تتكون من عدد (3) فقرات.

أما الجزء الثاني من الاستبيان فيتكون من الاتي: -

تم تقسيم الاستبيان الخاص بالتعرف على الفوائد والقيود المحتملة لاستخدام العلاج الطبيعي المبكر في التعافي ما بعد جراحة اســتئصــال الثدي من وجهة نظر المعالجين، الي عدد (2) محاور وكل محور يختوي على (3) اجزاء، تم إعدادها وصـياغتها على صـورة مقياس ليكرت الخماسـي وقد تضـمنت على (32) عبارة، ضمت المحاور التالية:

المحور الأول: الفوائد المحتملة لاســتخدام العلاج الطبيعي المبكر في التعافي ما بعد جراحة اســتئصــال الثدي

أولا: (الفوائد الرئيسية لاستخدام العلاج الطبيعي في التعافي)، والذي يتضمن على (8) عبارات.

ثانيا: (الفوائد المحتملة والمتعلقة بالحركة والنشاط لاستخدام العلاج الطبيعي في التعافي)، يتضمن على (6) عبارات.

ثالثا: (الفوائد الجسدية والمضاعفات المحتملة لاستخدام العلاج الطبيعي في التعافي) ، تضمن على (6) عبارات.

المحور الثاني: القيود المحتملة لاســتخدام العلاج الطبيعي المبكر في التعافي ما بعد جراحة اســتئصــال الثدي

أولا: " القيود الزمنية والمرحلية المحتملة لاســتخدام العلاج الطبيعي في التعافي"، تضــمن على (4) عبارات.

ثانيا: " القيود المحتملة والمتعلقة بالحركة والنشاط لاستخدام العلاج الطبيعي في التعافي"، تضمن على (4) عبارات.

ثالثا: " القيود الجسدية والمضاعفات المحتملة لاستخدام العلاج الطبيعي في التعافي"، تضمن على (4) عبارات.

وللخروج بنتائج علمية دقيقة قام الباحثان باستخدام مقياس ليكرث خماسي الأبعاد للإجابة عن العبارات وهي: (موافق بشدة، موافق، محايد، غير موافق، غير موافق بشدة)، وتترجم هذه التقديرات الوصفية إلى تقديرات رقمية على أساس تخصيص الأرقام (5)، (4)، (3)، (2)، (1) لكلاً منها، وسوف يطلب من أفراد عينة الدراسة قراءة كل بند من بنود المقياس بدقة تم يضع (√) أمام واحدة من فئات التقدير الموضوعة أمام كل بند بحيث تعكس العلامات الموضوعة أمام البنود إجابات أفراد عينة الدراسة.

الدراسة الأساسية:

تم تنفيذ الدراسة الأساسية خلال العام الدراسي 2025 في الفترة من يوم الأحد 2 /2025/11 الى يوم الاثنين 2025/11/17 وذلك من خلال تطبيق الاستبيان الخاص (الفوائد والقيود المحتملة لاستخدام العلاج الطبيعي المبكر في التعافي ما بعد جراحة استئصال الثدي والبالغ عددهم (90) ممن استجابوا لأداة الدراسة وذلك للتعرف على الفوائد والقيود المحتملة.

المعالجات الإحصائية:

تم استخدام البرنامج الاحصائي (SPSS) حزمة البرامج الاخصائية للعلوم الاجتماعية) والمعدة خصيصاً لهذا الغرض.

عرض النتائج:

عرض نتائج التساؤل الاول:

ماهي الفوائد المحتملة لاستخدام العلاج الطبيعي المبكر في التعافي ما بعد جراحة استئصال الثدي؟

جدول 8 المتوسط الحسابي ونسبة الموافقة ومستوى المساهمة والترتيب للمحور الأول" الفوائد المحتملة لاستخدام العلاج الطبيعي المبكر في التعافي ما بعد جراحة استئصال الثدي" (الفوائد الرئيسية لاستخدام العلاج الطبيعي في التعافي)

ت	العبارات	المتوسط الحسابي	نسبة الموافقة	مستوى المساهمة	الترتيب
1	• تقليل الأنسجة الندبية حيث يمنع تكون الأنسجة الندبية المتصلبة التي قد تحد من الحركة.	4.14	82.80%	كبيرة	5
2	• يقلل من الألم والالتهابات العصبية الناتجة عن الجراحة والعلاج الكيميائي، باستخدام تقنيات التدليك والعلاج اليدوي وتخفيف تشنجات العضلات.	4.18	83.60%	كبيرة	4
3	• التحكم في التورم (الوذمة اللمفية) حيث يقلل من احتباس السوائل في الذراع (وذمة لمفية) في حالة حدوثه أو يمنعها، خاصة بعد إزالة الغدد اللمفاوية.	4.22	84.40%	كبيرة جداً	2
4	• تحسين الإحساس والنسيج الندبي حيث يعالج فقدان الإحساس في المنطقة المصابة ويساعد على تليين الأنسجة الندبية وجعلها أكثر مرونة.	4.12	82.40%	كبيرة	6

5	• التعامل مع الآثار الجانبية للعلاج حيث يخفف من التعب، ويحافظ على القوة العضلية، ويقلل من الآثار الجانبية للعلاج الإشعاعي أو الكيميائي.	4.19	83.80%	كبيرة	3
6	• تعزيز وظائف العضلات حيث يقوي العضلات المحيطة بالمنطقة المتأثرة بالجراحة.	4.03	80.60%	كبيرة	8
7	• تحسين نطاق الحركة والقوة حيث يساعد على استعادة حركة الذراع والكتف بالكامل وتجنب التصلب، مما يسهل المهام اليومية مثل تمشيط الشعر ورفع الأشياء.	4.27	85.40%	كبيرة جداً	1
8	• يعزز الثقة بالنفس ويحسن الصورة الذاتية، مما يساعد المريضة على الشعور بتحسن عام في حالتها النفسية والاجتماعية.	4.11	82.20%	كبيرة	7
√	مستوى المساهمة الكلي للمحور الأول "الفوائد الرئيسية لاستخدام العلاج الطبيعي في التعافي"	4.16	83.20%	كبيرة	

يتضح من الجدول رقم (8) أن الفوائد الرئيسية لاستخدام العلاج الطبيعي في التعافي ما بعد جراحة استئصال الثدي جاءت (بدرجة كبيرة) حسب إجابات أفراد عينة الدراسة حول المحور الاول مرتبة تنازلياً حول المحور الأول الخاص بالفوائد الرئيسية لاستخدام العلاج الطبيعي في التعافي مرتبة تنازلياً بمتوسط حسابي إجمالي (4.16) ونسبة موافقة كلية 83.20%، حيث جاءت العبارة (تحسين نطاق الحركة والقوة حيث يساعد على استعادة حركة الذراع والكتف بالكامل وتجنب التصلب، مما يسهل المهام اليومية مثل تمشيط الشعر ورفع الأشياء) في المرتبة الأولى بمتوسط حسابي هو الأعلى (4.27) ومستوى مساهمة (كبيرة جدا) بلغت ، 85.40% ، تلتها في المرتبة الثانية العبارة (التحكم في التورم (الوذمة اللمفية) حيث يقلل من احتباس السوائل في الذراع (وذمة لمفية) في حالة حدوثه أو يمنعها، خاصة بعد إزالة الغدد اللمفاوية) بمتوسط حسابي (4.22) وبمستوى مساهمة "كبيرة جداً "كما جاءت العبارة(التعامل مع الآثار الجانبية للعلاج حيث يخفف من التعب، ويحافظ على القوة العضلية، ويقلل من الآثار الجانبية للعلاج الإشعاعي أو الكيميائي) في المرتبة الثالث بمتوسط (4.19) ، جاءت عبارة (تعزيز وظائف العضلات حيث يقوي العضلات المحيطة بالمنطقة المتأثرة بالجراحة) التي تمثل الهدف النهائي في المرتبة الأخيرة بمتوسط (4.03) ، وان الرأي السائد للدرجة الكلية للمحور الأول (الفوائد المحتملة لاستخدام العلاج الطبيعي المبكر في التعافي ما بعد جراحة استئصال الثدي" (الفوائد الرئيسية لاستخدام العلاج الطبيعي في التعافي) (يسهم بدرجة كبيرة) وبحسب إجابات أفراد عينة الدراسة بالكامل.

جدول 9 المتوسط الحسابي ونسبة الموافقة ومستوى المساهمة والترتيب للمحور الأول" الفوائد المحتملة لاستخدام العلاج الطبيعي المبكر في التعافي ما بعد جراحة استئصال الثدي (الفوائد المحتملة والمتعلقة بالحركة والنشاط لاستخدام العلاج الطبيعي في التعافي)

ت	العبارات	المتوسط الحسابي	نسبة الموافقة	مستوى المساهمة	الترتيب
1	• من الفوائد المحتملة لاستخدام العلاج الطبيعي المبكر هو استعادة نطاق الحركة (Range of Motion - ROM)حيث يمنع التصلب في مفصل الكتف والذراع، ويسمح بأداء مهام مثل الوصول للأشياء وارتداء الملابس بسلاسة.	4.21	84.20%	كبيرة جداً	1
2	• من الفوائد المحتملة لاستخدام العلاج الطبيعي المبكر هو تقوية العضلات حيث يعيد قوة عضلات الصدر والكتف والذراع التي قد تضعف بسبب الجراحة، مما يعزز الاستقلال الوظيفي ويمنع إصابات طويلة الأمد.	4.17	83.40%	كبيرة	2
3	• من الفوائد المحتملة لاستخدام العلاج الطبيعي المبكر هو تحسين الوضعية وميكانيكا الجسم حيث يعالج التغيرات في وضعية الجسم الناتجة عن الجراحة، مما يمنع آلام الظهر والرقبة ويحافظ على توازن الجسم.	4.10	82.00%	كبيرة	4
4	• من الفوائد المحتملة لاستخدام العلاج الطبيعي المبكر هو إدارة الوذمة اللمفاوية حيث ان تقنيات التدليك والتصريف الليمفاوي اليدوي تُحسن تدفق السائل الليمفاوي وتمنع أو تخفف التورم في الذراع.	4.09	81.80%	كبيرة	5
5	• من الفوائد المحتملة لاستخدام العلاج الطبيعي المبكر هو تقليل الألم والتوتر العضلي حيث تقنيات العلاج اليدوي والتمارين المستهدفة تخفف من الألم والتوتر في منطقة الجراحة والأنسجة المحيطة.	4.12	82.40%	كبيرة	3
6	• من الفوائد المحتملة لاستخدام العلاج الطبيعي المبكر هو تحسين الإحساس حيث يعزز عمل الجهاز العصبي العضلي ويحسن الإحساس في المنطقة المصابة، ويقلل من تيبس الندبات.	4.04	80.80%	كبيرة	6
√	• مستوى المساهمة الكلي للمحور الاول "الفوائد المحتملة والمتعلقة بالحركة والنشاط لاستخدام العلاج الطبيعي في التعافي"	• 4.11	• 82.20%	كبيرة	

يتضح من الجدول رقم (9) أن الفوائد المحتملة لاستخدام العلاج الطبيعي المبكر في التعافي ما بعد جراحة استئصال الثدي (الفوائد المحتملة والمتعلقة بالحركة والنشاط لاستخدام العلاج الطبيعي في التعافي

جاءت بمستوى مساهمة (بدرجة كبيرة) حيث بلغ المتوسط الحسابي الكلي للمحور (4.11) ونسبة موافقة عامة 82.20% ويشير ترتيب العبارات إلى إدراك عالي ومتوافق لأفراد عينة الدراسة مع الممارسات المهنية لأسس برنامج التعافي حيث تصدرت العبارة (من الفوائد المحتملة لاستخدام العلاج الطبيعي المبكر هو استعادة نطاق الحركة (Range of Motion – ROM) حيث يمنع التصلب في مفصل الكتف والذراع، ويسمح بأداء مهام مثل الوصول للأشياء وارتداء الملابس بسلاسة) في المرتبة الأولى بمتوسط (4.21) ومستوى مساهمة (كبيرة جداً) تلتها في المرتبة الثانية عبارة (من الفوائد المحتملة لاستخدام العلاج الطبيعي المبكر هو تقوية العضلات حيث يعيد قوة عضلات الصدر والكتف والذراع التي قد تضعف بسبب الجراحة، مما يعزز الاستقلال الوظيفي ويمنع إصابات طويلة الأمد) بمتوسط (4.17) كما حظيت عبارة (من الفوائد المحتملة لاستخدام العلاج الطبيعي المبكر هو تقليل الألم والتوتر العضلي حيث تقنيات العلاج اليدوي والتمارين المستهدفة تخفف من الألم والتوتر في منطقة الجراحة والأنسجة المحيطة) بتقدير عالي حيث جاءت في المرتبة الثالث متوسط (4.12) ، بينما جاءت العبارة (من الفوائد المحتملة لاستخدام العلاج الطبيعي المبكر هو تحسين الإحساس حيث يعزز عمل الجهاز العصبي العضلي ويحسن الإحساس في المنطقة المصابة، ويقلل من تيبس الندبات) في المرتبة الأخيرة بمتوسط (4.02) ، وان الرأي السائد للدرجة الكلية للمحور الاول" الفوائد المحتملة لاستخدام العلاج الطبيعي المبكر في التعافي ما بعد جراحة استئصال الثدي (الفوائد المحتملة والمتعلقة بالحركة والنشاط لاستخدام العلاج الطبيعي في التعافي) كان يشير إلى (يسًهم بدرجة كبيرة) وبحسب إجابات أفراد عينة الدراسة بالكامل.

جدول 10 المتوسط الحسابي ونسبة الموافقة ومستوى المساهمة والترتيب للمحور الأول" الفوائد المحتملة لاستخدام العلاج الطبيعي المبكر في التعافي ما بعد جراحة استئصال الثدي
(الفوائد الجسدية والمضاعفات المحتملة لاستخدام العلاج الطبيعي في التعافي)

ت	العبارات	المتوسط الحسابي	نسبة الموافقة	مستوى المساهمة	الترتيب
1	• تحسين حركة الكتف والذراع :بعد استئصال الثدي، يمكن أن تتأثر حركة الكتف والذراع بسبب الجراحة أو التورم أو الألم. العلاج الطبيعي يساعد على استعادة نطاق الحركة في الذراع والكتف ويمنع تصلب العضلات.	4.30	86.00%	كبيرة جدا	3
2	• الوقاية من الوذمة الليمفاوية ان استئصال العقد الليمفاوية قد يؤدي إلى تراكم السوائل في الذراع مما يسبب الوذمة الليمفاوية (تورم الذراع)، تقنيات العلاج الطبيعي مثل التدليك الخاص والتدريبات	4.12	82.40%	كبيرة	6

	تساعد في تحسين تصريف السوائل ومنع حدوث هذا التورم.				
3	• تخفيف الألم، بعد الجراحة قد يشعر بعض المرضى بألم في مكان الجراحة أو في مناطق أخرى من الجسم مثل الظهر أو الرقبة. العلاج الطبيعي يقدم تمرينات وتقنيات تساعد في تقليل الألم وتحسين الراحة.	4.42	88.40%	كبيرة جدا	1
4	• تحسين الوضعية، بعد استئصال الثدي، قد يواجه بعض المرضى تحديات في الحفاظ على وضعية جيدة للجسم بسبب التغيرات الجسدية والنفسية. العلاج الطبيعي يساعد في تصحيح الوضعية ومنع مشكلات طويلة الأمد في العمود الفقري أو العضلات.	4.23	84.60%	كبيرة جدا	5
5	• تعزيز القوة والمرونة، الجراحة والتعافي قد يؤديان إلى ضعف العضلات المحيطة بالمنطقة المصابة. العلاج الطبيعي يركز على تقوية هذه العضلات واستعادة مرونتها، مما يساعد المرأة على استعادة أنشطتها اليومية بشكل طبيعي.	4.32	86.40%	كبيرة جدا	2
6	• الدعم النفسي، إلى جانب الفوائد الجسدية، العلاج الطبيعي يوفر بيئة داعمة يمكن أن تساعد في تحسين الحالة النفسية، حيث يعزز الشعور بالتحكم والقدرة على التكيف مع التغيرات التي تحدث بعد الجراحة.	4.26	85.20%	كبيرة جدا	4
√	مستوى المساهمة الكلي للمحور الأول "الفوائد الجسدية والمضاعفات المحتملة لاستخدام العلاج الطبيعي في التعافي"	4.28	85.60%	كبيرة جداً	

يتضح من الجدول رقم (10) إجماعاً قوياً على الفوائد المحتملة لاستخدام العلاج الطبيعي المبكر في التعافي ما بعد جراحة استئصال الثدي (الفوائد الجسدية والمضاعفات المحتملة لاستخدام العلاج الطبيعي في التعافي) حيث جاء مستوى المساهمة الكلي للمحور (بدرجة كبيرة جداً) بمتوسط حسابي (4.28) ونسبة موافقة (85.60%) مما يؤكد أن قيمة العلاج الطبيعي تتجاوز الشفاء الفوري حيث تصدرت النتائج التي تضمن الاستدامة الوظيفية مقدمة الترتيب فجاءت العبارة (تخفيف الألم، بعد الجراحة قد يشعر بعض المرضى بألم في مكان الجراحة أو في مناطق أخرى من الجسم مثل الظهر أو الرقبة، العلاج الطبيعي يقدم تمرينات وتقنيات تساعد في تقليل الألم وتحسين الراحة) في المرتبة الأولى بمتوسط هو الأعلى (4.42) ومستوى مساهمة كبيرة جداً تليها في المرتبة الثانية عبارة (تعزيز القوة والمرونة، الجراحة والتعافي قد يؤديان إلى ضعف العضلات المحيطة بالمنطقة المصابة. العلاج الطبيعي يركز على تقوية هذه العضلات واستعادة مرونتها، مما يساعد المرأة على استعادة أنشطتها اليومية بشكل طبيعي) بمتوسط (4.32)، بينما جاء ت عبارة (تحسين حركة الكتف والذراع :بعد استئصال الثدي، يمكن أن تتأثر حركة الكتف والذراع بسبب الجراحة أو التورم أو الألم. العلاج الطبيعي يساعد على استعادة

نطاق الحركة في الذراع والكتف ويمنع تصلب العضلات) في المرتبة الثالثة وان الرأي السائد للدرجة الكلية للمحور الاول" الفوائد المحتملة لاستخدام العلاج الطبيعي المبكر في التعافي ما بعد جراحة استئصال الثدي (الفوائد الجسدية والمضاعفات المحتملة لاستخدام العلاج الطبيعي في التعافي) "كان يشير إلى (يسَهم بدرجة كبيرة جدا) وبحسب إجابات أفراد عينة الدراسة بالكامل.

عرض نتائج التساؤل الثاني:

ماهي القيود المحتملة لاستخدام العلاج الطبيعي المبكر في التعافي ما بعد جراحة استئصال الثدي؟

جدول 11 المتوسط الحسابي ونسبة الموافقة ومستوى المساهمة والترتيب للمحور الثاني" القيود المحتملة لاستخدام العلاج الطبيعي المبكر في التعافي ما بعد جراحة استئصال الثدي "
(القيود الزمنية والمرحلية المحتملة لاستخدام العلاج الطبيعي في التعافي)

ت	العبارات	المتوسط الحسابي	نسبة الموافقة	مستوى المساهمة	الترتيب
1	• من القيود المحتملة لاستخدام العلاج الطبيعي في الأسابيع الأولى (حتى إزالة المصارف) تقييد حركة الذراع لتجنب تحريك الأنابيب، الاستحمام بإسفنجة، وتجنب رفع أي شيء ثقيل (أكثر من 4.5 كجم).	4.38	87.60%	كبيرة جداً	1
2	• من القيود المحتملة لاستخدام العلاج الطبيعي المبكر ان بعد إزالة المصارف البدء بتمارين نطاق الحركة اللطيفة بعد (48ساعة) للذراع والكتف، مع الالتزام بتعليمات الجراح.	4.27	85.40%	كبيرة جداً	4
3	• من القيود المحتملة لاستخدام العلاج الطبيعي المبكر الانتظار من 4-6 أسابيع حتى التئام الجروح تمامًا قبل استئناف السباحة أو الاستحمام في البانيو.	4.25	85.00%	كبيرة جداً	3
4	• من القيود المحتملة لاستخدام العلاج الطبيعي المبكر ان بعد 6 أسابيع (في حالات استئصال أنسجة إضافية) قد تستمر قيود رفع الأوزان الثقيلة (7-10 رطل) لعدة أسابيع إضافية.	4.28	85.60%	كبيرة جداً	2
√	مستوى المساهمة الكلي للمحور الثاني" القيود الزمنية والمرحلية المحتملة لاستخدام العلاج الطبيعي في التعافي"	4.27	85.40%	كبيرة جداً	

يتضح من الجدول رقم (11) أن القيود المحتملة لاستخدام العلاج الطبيعي المبكر في التعافي ما بعد جراحة استئصال الثدي "(القيود الزمنية والمرحلية المحتملة لاستخدام العلاج الطبيعي في التعافي) تتمتع بمستوى مساهمة إجمالي (بدرجة كبيرة جداً) حيث بلغ المتوسط الحسابي الكلي للمحور (4.27) ونسبة موافقة (85.40%) حيث جاءت عبارة (من القيود المحتملة لاستخدام العلاج الطبيعي في الأسابيع الأولى (حتى إزالة المصارف) تقييد حركة الذراع لتجنب تحريك الأنابيب، الاستحمام بإسفنجة، وتجنب رفع أي

شـــيء ثقيل (أكثر من 4.5 كجم). في المرتبة الأولى بمتوسـط حسـابي هو الأعلى (4.38) ومسـتوى مسـاهمة كبيرة جداً تلتها عبارة (من القيود المحتملة لاسـتخدام العلاج الطبيعي المبكر ان بعد 6 أسـابيع (في حالات اسـتئصـال أنسـجة إضـافية) قد تسـتمر قيود رفع الأوزان الثقيلة (10–7 رطل) لعدة أسـابيع إضـافية) في المرتبة الثانية متوسـط (4.28) بينما جاء (من القيود المحتملة لاسـتخدام العلاج الطبيعي المبكر الانتظار من 4–6 أسـابيع حتى التئام الجروح تمامًا قبل اسـتئناف السـباحة أو الاسـتحمام في البانيو) في المرتبة الثالثة بمتوسـط (4.25) ، وعبارة (من القيود المحتملة لاسـتخدام العلاج الطبيعي المبكر ان بعد إزالة المصـارف البدء بتمارين نطاق الحركة اللطيفة بعد (48سـاعة) للذراع والكتف، مع الالتزام بتعليمات الجراح) جاءت في المرتبة الأخيرة بمتوسـط (4.20) ، وان الرأي السـائد للدرجة الكلية للمحور الثاني" القيود المحتملة لاسـتخدام العلاج الطبيعي المبكر في التعافي ما بعد جراحة اسـتئصـال الثدي "(القيود الزمنية والمرحلية المحتملة لاسـتخدام العلاج الطبيعي في التعافي) كان يشـير إلى (يسًـهم بدرجة كبيرة جدا) وبحسب إجابات أفراد عينة الدراسة بالكامل.

جدول 12 المتوسط الحسابي ونسبة الموافقة ومستوى المساهمة والترتيب للمحور الثاني" القيود المحتملة لاستخدام العلاج الطبيعي المبكر في التعافي ما بعد جراحة استئصال الثدي "
(القيود المحتملة والمتعلقة بالحركة والنشاط لاستخدام العلاج الطبيعي في التعافي)

ت	العبارات	المتوسط الحسابي	نسبة الموافقة	مستوى المساهمة	الترتيب
1	• من القيود المحتملة لاسـتخدام العلاج الطبيعي المبكر هي تجنب رفع الذراع فوق مستوى الرأس وذلك لمنع شد الشق الجراحي أو تحريك الأنابيب.	4.22	84.40%	كبيرة جداً	1
2	• من القيود المحتملة لاسـتخدام العلاج الطبيعي المبكر هي عدم حمل أوزان ثقيلة لتجنب إجهاد العضـلات والمنطقة الجراحية.	4.21	84.20%	كبيرة جداً	2
3	• من القيود المحتملة لاسـتخدام العلاج الطبيعي المبكر هي تقييد الأنشطة الشاقة: لمدة 4 أسابيع أو حسب توجيهات الجراح.	4.20	84.00%	كبيرة	3
4	• من القيود المحتملة لاسـتخدام العلاج الطبيعي المبكر هي تجنب السـباحة/البانيو: حتى التئام الجروح بالكامل (عادة 4-6 أسابيع).	4.17	83.40%	كبيرة	4
√	مسـتوى المسـاهمة الكلي للمحور الثاني" القيود المحتملة والمتعلقة بالحركة والنشـاط لاسـتخدام العلاج الطبيعي في التعافي"	4.19	83.80%	كبيرة	

يتضـح من الجدول رقم (12) أن القيود المحتملة لاستخدام العلاج الطبيعي المبكر في التعافي ما بعد جراحة اسـتئصـال الثدي "(القيود المحتملة والمتعلقة بالحركة والنشـاط لاسـتخدام العلاج الطبيعي في

التعافي) يتمتع بمستوى مساهمة (بدرجة كبيرة) حيث بلغ المتوسط الحسابي الكلي للمحور (4.19) ونسبة موافقة 83.80% يشير هذا إلى إدراك واضح لأهمية التدخلات العلاجية حيث جاءت عبارة (من القيود المحتملة لاستخدام العلاج الطبيعي المبكر هي تجنب رفع الذراع فوق مستوى الرأس وذلك لمنع شد الشق الجراحي أو تحريك الأنابيب) في المرتبة الأولى بمتوسط (4.22) يعكس هذا واقعاً سريرياً مفاده أن القيود الحركية في الكتف بعد جراحات الثدي لها التأثير الأكبر والأكثر فورية على الاستقلال اليومي للمريضة تلتها في المرتبة الثانية عبارة (من القيود المحتملة لاستخدام العلاج الطبيعي المبكر هي عدم حمل أوزان ثقيلة لتجنب إجهاد العضلات والمنطقة الجراحية.) بمتوسط (4.21) جاءت عبارة (من القيود المحتملة لاستخدام العلاج الطبيعي المبكر هي عدم حمل أوزان ثقيلة لتجنب إجهاد العضلات والمنطقة الجراحية.) في المرتبة الثالثة بمتوسط (4.20) أما عبارة (من القيود المحتملة لاستخدام العلاج الطبيعي المبكر هي تجنب السباحة/البانيو: حتى التئام الجروح بالكامل (عادة 4–6 أسابيع) فقد جاء في المرتبة الأخيرة بمتوسط (4.15)، وان الرأي السائد للدرجة الكلية للمحور الثاني" القيود المحتملة لاستخدام العلاج الطبيعي المبكر في التعافي ما بعد جراحة استئصال الثدي "(القيود المحتملة والمتعلقة بالحركة والنشاط لاستخدام العلاج الطبيعي في التعافي) كان يشير إلى (يسًهم بدرجة كبيرة) وبحسب إجابات أفراد عينة الدراسة بالكامل.

جدول 13 المتوسط الحسابي ونسبة الموافقة ومستوى المساهمة والترتيب للمحور الثاني" القيود المحتملة لاستخدام العلاج الطبيعي المبكر في التعافي ما بعد جراحة استئصال الثدي "
(القيود الجسدية والمضاعفات المحتملة لاستخدام العلاج الطبيعي في التعافي)

ت	العبارات	المتوسط الحسابي	نسبة الموافقة	مستوى المساهمة	الترتيب
1	• الألم والتيبس قد تكون من القيود المحتملة لاستخدام العلاج الطبيعي المبكر لان الألم والتيبس قد يحد من نطاق الحركة الطبيعي للكتف والذراع.	4.38	87.60%	كبيرة جداً	1
2	• التعب قد يكون من القيود المحتملة لاستخدام العلاج الطبيعي المبكر لان التعب حالة طبيعية تتطلب فترات راحة، ويجب عدم إرهاق الجسم.	4.28	85.60%	كبيرة جداً	2
3	• النسيج الندبي والتصاقات قد تكون من القيود المحتملة لاستخدام العلاج الطبيعي المبكر لان النسيج الندبي والتصاقات يمكن أن تسبب تيبسًا وألمًا، وتتطلب علاجات موضعية مثل التدليك والتمارين.	4.25	85.00%	كبيرة جداً	3
4	• الوذمة اللمفاوية قد تكون من القيود المحتملة لاستخدام العلاج الطبيعي المبكر لان تورم الذراع بسبب إزالة الغدد اللمفاوية، ويتطلب تمارين تصريف خاصة وعناية فائقة.	4.27	85.40%	كبيرة جداً	4

√	مستوى المساهمة الكلي للمحور الثاني" القيود الجسدية والمضاعفات المحتملة لاستخدام العلاج الطبيعي في التعافي"	4.27	85.40%	كبيرة جداً

يتضح من الجدول رقم (13) أن القيود المحتملة لاستخدام العلاج الطبيعي المبكر في التعافي ما بعد جراحة استئصال الثدي (القيود الجسدية والمضاعفات المحتملة لاستخدام العلاج الطبيعي في التعافي) تتمتع بمستوى مساهمة إجمالي (بدرجة كبيرة جداً) حيث بلغ المتوسط الحسابي الكلي للمحور (4.27) ونسبة موافقة (85.40%) حيث جاءت عبارة (الألم والتيبس قد تكون من القيود المحتملة لاستخدام العلاج الطبيعي المبكر لان الألم والتيبس قد يحد من نطاق الحركة الطبيعي للكتف والذراع.) في المرتبة الأولى بمتوسط حسابي هو الأعلى (4.38) ومستوى مساهمة كبيرة جداً تلتها عبارة (التعب قد يكون من القيود المحتملة لاستخدام العلاج الطبيعي المبكر لان التعب حالة طبيعية تتطلب فترات راحة، ويجب عدم إرهاق الجسم) في المرتبة الثانية متوسط (4.28) بينما جاء (النسيج الندبي والتصاقات قد تكون من القيود المحتملة لاستخدام العلاج الطبيعي المبكر لان النسيج الندبي والتصاقات يمكن أن تسبب تيبسًا وألمًا، وتتطلب علاجات موضعية مثل التدليك والتمارين) في المرتبة الثالثة بمتوسط (4.25) ، وعبارة (الوذمة اللمفاوية قد تكون من القيود المحتملة لاستخدام العلاج الطبيعي المبكر لان تورم الذراع بسبب إزالة الغدد اللمفاوية، ويتطلب تمارين تصريف خاصة وعناية فائقة) جاءت في المرتبة الأخيرة بمتوسط (4.20) ، وان الرأي السائد للدرجة الكلية للمحور الثاني" القيود المحتملة لاستخدام العلاج الطبيعي المبكر في التعافي ما بعد جراحة استئصال الثدي "(القيود الجسدية والمضاعفات المحتملة لاستخدام العلاج الطبيعي في التعافي) كان يشير إلى (يسًهم بدرجة كبيرة جدا) وبحسب إجابات أفراد عينة الدراسة بالكامل.

عرض نتائج التساؤل الثالث:

هل توجد فروق دالة في استجابات أفراد عينة الدراسة حول الفوائد والقيود المحتملة لاستخدام العلاج الطبيعي المبكر في التعافي ما بعد جراحة استئصال الثدي وفقاً لمتغيرات الدراسة (العمر، الحالة الاجتماعية، المستوى التعليمي)؟

أولا: متغير العمر:

جدول 14 اختبار تحليل التباين بين العمر ومحاور الدراسة

المحاور	مصدر التباين	مجموع المربعات	درجة الحرية	متوسط المربعات	F	مستوى الدلالة
• المحور الأول" الفوائد المحتملة لاستخدام العلاج الطبيعي المبكر في التعافي ما بعد جراحة استئصال	بين المجموعات	.367	3	.122	1.836	.147
	داخل المجموعات	5.724	86	.067		

الثدي" (الفوائد الرئيسية لاستخدام العلاج الطبيعي في التعافي)	المجموع	6.090	89			
• المحور الأول" الفوائد المحتملة لاستخدام العلاج الطبيعي المبكر في التعافي ما بعد جراحة استئصال الثدي (الفوائد المحتملة والمتعلقة بالحركة والنشاط لاستخدام العلاج الطبيعي في التعافي)	بين المجموعات	.498	3	.166	2.209	.093
	داخل المجموعات	6.469	86	.075		
	المجموع	6.967	89			
• المحور الثاني" القيود المحتملة لاستخدام العلاج الطبيعي المبكر في التعافي ما بعد جراحة استئصال الثدي "(القيود الزمنية والمرحلية المحتملة لاستخدام العلاج الطبيعي في التعافي)	بين المجموعات	.080	3	.027	.190	.903
	داخل المجموعات	11.985	86	.139		
	المجموع	12.065	89			
• المحور الثاني" القيود المحتملة لاستخدام العلاج الطبيعي المبكر في التعافي ما بعد جراحة استئصال الثدي "(القيود المحتملة والمتعلقة بالحركة والنشاط لاستخدام العلاج الطبيعي في التعافي)	بين المجموعات	.145	3	.048	.331	.803
	داخل المجموعات	12.547	86	.146		
	المجموع	12.692	89			
• المحور الثاني" الفوائد المحتملة لاستخدام العلاج الطبيعي المبكر في التعافي ما بعد جراحة استئصال الثدي (الفوائد الجسدية والمضاعفات المحتملة لاستخدام العلاج الطبيعي في التعافي)	بين المجموعات	.362	3	.121	.774	.512
	داخل المجموعات	13.418	86	.156		
	المجموع	13.780	89			
• المحور الثاني" القيود المحتملة لاستخدام العلاج الطبيعي المبكر في التعافي ما بعد جراحة استئصال الثدي "(القيود الجسدية والمضاعفات المحتملة لاستخدام العلاج الطبيعي في التعافي)	بين المجموعات	.080	3	.027	.190	.903
	داخل المجموعات	11.985	86	.139		
	المجموع	12.065	89			

للتعرف على الفروق الدالة احصائياً بين المتوسطات الحسابية لأفراد عينة الدراسة حسب متغير العمر حول في الفوائد والقيود المحتملة لاستخدام العلاج الطبيعي المبكر في التعافي ما بعد جراحة استئصال الثدي تم استخدام اختبار تحليل التباين، يتضح من الجدول رقم (14) أن جميع قيم الاختبار كانت غير دالة إحصائياً لأن قيم مستويات الدلالة لها كانت جميعها أكبر من مستوى (0.05)، مما يدل على أن متغير العمر وبشكل عام لا يساهم في إيجاد فروق دالة إحصائياً في استجابات أفراد عينة الدراسة حول المحاور.

ثانيا: متغير الحالة الاجتماعية:

جدول 15 اختبار تحليل التباين بين الحالة الاجتماعية ومحاور الدراسة

المحاور	مصدر التباين	مجموع المربعات	درجة الحرية	متوسط المربعات	F	مستوى الدلالة
• المحور الأول" الفوائد المحتملة لاستخدام العلاج الطبيعي المبكر في التعافي ما بعد جراحة استئصال الثدي" (الفوائد الرئيسية لاستخدام العلاج الطبيعي في التعافي)	بين المجموعات	.751	2	.014	.206	.814
	داخل المجموعات	10.340	87	.070		
	المجموع	11.191	89			
• المحور الأول" الفوائد المحتملة لاستخدام العلاج الطبيعي المبكر في التعافي ما بعد جراحة استئصال الثدي (الفوائد المحتملة والمتعلقة بالحركة والنشاط لاستخدام العلاج الطبيعي في التعافي)	بين المجموعات	.795	2	.015	.182	.834
	داخل المجموعات	10.173	87	.080		
	المجموع	10.968	89			
• المحور الثاني" القيود المحتملة لاستخدام العلاج الطبيعي المبكر في التعافي ما بعد جراحة استئصال الثدي "(القيود الزمنية والمرحلية المحتملة لاستخدام العلاج الطبيعي في التعافي)	بين المجموعات	.233	2	.155	1.149	.322
	داخل المجموعات	11.831	87	.135		
	المجموع	12.065	89			
• المحور الثاني" القيود المحتملة لاستخدام العلاج الطبيعي المبكر في التعافي ما بعد جراحة استئصال الثدي "(القيود المحتملة والمتعلقة بالحركة والنشاط لاستخدام العلاج الطبيعي في التعافي)	بين المجموعات	.759	2	.213	1.512	.226
	داخل المجموعات	11.932	87	.141		
	المجموع	12.692	89			

• المحور الثاني" الفوائد المحتملة لاستخدام العلاج الطبيعي المبكر في التعافي ما بعد جراحة استئصال الثدي (الفوائد الجسدية والمضاعفات المحتملة لاستخدام العلاج الطبيعي في التعافي)	بين المجموعات	.655	3	.328	2.447	.340
	داخل المجموعات	11.547	86	.134		
	المجموع	12.202	89			
• المحور الثاني" القيود المحتملة لاستخدام العلاج الطبيعي المبكر في التعافي ما بعد جراحة استئصال الثدي "(القيود الجسدية والمضاعفات المحتملة لاستخدام العلاج الطبيعي في التعافي)	بين المجموعات	.233	2	.155	1.149	.322
	داخل المجموعات	11.831	87	.135		
	المجموع	12.065	89			

للتعرف على الفروق الدالة احصائياً بين المتوسطات الحسابية لأفراد عينة الدراسة حسب متغير الحالة الاجتماعية على محاور في الفوائد والقيود المحتملة لاستخدام العلاج الطبيعي المبكر في التعافي ما بعد جراحة استئصال الثدي تم استخدام اختبار تحليل التباين وتبين من الجدول رقم (15) أن جميع قيم الاختبار كانت غير دالة إحصائياً لأن قيم مستويات الدلالة لها كانت جميعها أكبر من مستوى (0.05) مما يدل على أن متغير الحالة الاجتماعية وبشكل عام لا يساهم في إيجاد فروق دالة إحصائياً في استجابات أفراد عينة الدراسة حول المحاور

ثالثا: متغير المستوى التعليمي:

جدول 16 اختبار تحليل التباين بين المستوى التعليمي ومحاور الدراسة

المحاور	مصدر التباين	مجموع المربعات	درجة الحرية	متوسط المربعات	F	مستوى الدلالة
• المحور الأول" الفوائد المحتملة لاستخدام العلاج الطبيعي المبكر في التعافي ما بعد جراحة استئصال الثدي" (الفوائد الرئيسية لاستخدام العلاج الطبيعي في التعافي)	بين المجموعات	.029	2	.375	3.177	.345
	داخل المجموعات	6.062	87	.118		
	المجموع	6.090	89			
• المحور الأول" الفوائد المحتملة لاستخدام العلاج الطبيعي المبكر في التعافي ما بعد جراحة استئصال الثدي (الفوائد المحتملة والمتعلقة بالحركة والنشاط	بين المجموعات	.029	2	.397	3.393	.257
	داخل المجموعات	6.938	87	.117		
	المجموع	6.967	89			

لاستخدام العلاج الطبيعي في التعافي)						
• المحور الثاني" القيود المحتملة لاستخدام العلاج الطبيعي المبكر في التعافي ما بعد جراحة استئصال الثدي "(القيود الزمنية والمرحلية المحتملة لاستخدام العلاج الطبيعي في التعافي)	بين المجموعات	11.754	87	.136	.857	.428
	داخل المجموعات	12.065	89			
	المجموع	.426	2	.380		
• المحور الثاني" القيود المحتملة لاستخدام العلاج الطبيعي المبكر في التعافي ما بعد جراحة استئصال الثدي "(القيود المحتملة والمتعلقة بالحركة والنشاط لاستخدام العلاج الطبيعي في التعافي)	بين المجموعات	12.265	87	.137	2.769	.068
	داخل المجموعات	12.692	89			
	المجموع	.984	2	.123		
• المحور الثاني" الفوائد المحتملة لاستخدام العلاج الطبيعي المبكر في التعافي ما بعد جراحة استئصال الثدي (الفوائد الجسدية والمضاعفات المحتملة لاستخدام العلاج الطبيعي في التعافي)	بين المجموعات	12.796	87	.156	.788	.458
	داخل المجموعات	13.780	89			
	المجموع	11.754	87	.136		
• المحور الثاني" القيود المحتملة لاستخدام العلاج الطبيعي المبكر في التعافي ما بعد جراحة استئصال الثدي "(القيود الجسدية والمضاعفات المحتملة لاستخدام العلاج الطبيعي في التعافي)	بين المجموعات	11.754	87	.136	.857	.428
	داخل المجموعات	12.065	89			
	المجموع	.426	2	.380		

للتعرف على الفروق الدالة احصائياً بين المتوسطات الحسابية لأفراد عينة الدراسة جث حسب متغير المستوى التعليمي على محاور الفوائد والقيود المحتملة لاستخدام العلاج الطبيعي المبكر في التعافي ما بعد جراحة استئصال الثدي تم أستخدام أختبار تحليل التباين وتبين من الجدول رقم (16) أن جميع قيم الاختبار كانت غير دالة إحصائياً لأن قيم مستويات الدلالة لها كانت جميعها أكبر من مستوى (0.05) مما يدل على أن متغير المستوى التعليمي وبشكل عام لا يساهم في إيجاد فروق دالة إحصائياً في استجابات لأفراد عينة الدراسة حول محاور الدراسة.

الاستنتاجات:

في حدود أفراد عينة الدراسة وما أمكن التوصل إليه من نتائج يمكن أن نستخلص ما يلي:

1-أظهرت نتائج الدراسة ان الرأي السائد للدرجة الكلية للمحور الاول " الفوائد المحتملة لاستخدام العلاج الطبيعي المبكر في التعافي ما بعد جراحة استئصال الثدي" (الفوائد الرئيسية لاستخدام العلاج الطبيعي في التعافي) (يسهم بدرجة كبيرة) وبحسب إجابات أفراد عينة الدراسة بالكامل.

2- أظهرت نتائج الدراسة ان الرأي السائد للدرجة الكلية للمحور الاول " الفوائد المحتملة لاستخدام العلاج الطبيعي المبكر في التعافي ما بعد جراحة استئصال الثدي" (الفوائد المحتملة والمتعلقة بالحركة والنشاط لاستخدام العلاج الطبيعي في التعافي) كان يشير إلى (يسًهم بدرجة كبيرة) وبحسب إجابات أفراد عينة الدراسة.

3- أظهرت نتائج الدراسة ان الرأي السائد للدرجة الكلية للمحور الاول " الفوائد المحتملة لاستخدام العلاج الطبيعي المبكر في التعافي ما بعد جراحة استئصال الثدي" (الفوائد الجسدية والمضاعفات المحتملة لاستخدام العلاج الطبيعي في التعافي) "كان يشير إلى (يسًهم بدرجة كبيرة جدا) وبحسب إجابات أفراد عينة الدراسة.

4- أظهرت نتائج الدراسة ان الرأي السائد للدرجة الكلية للمحور الثاني" القيود المحتملة لاستخدام العلاج الطبيعي المبكر في التعافي ما بعد جراحة استئصال الثدي "(القيود الزمنية والمرحلية المحتملة لاستخدام العلاج الطبيعي في التعافي) كان يشير إلى (يسًهم بدرجة كبيرة جدا) وبحسب إجابات أفراد عينة الدراسة

5- أظهرت نتائج الدراسة ان الرأي السائد للدرجة الكلية للمحور الثاني" القيود المحتملة لاستخدام العلاج الطبيعي المبكر في التعافي ما بعد جراحة استئصال الثدي "(القيود المحتملة والمتعلقة بالحركة والنشاط لاستخدام العلاج الطبيعي في التعافي) كان يشير إلى (يسًهم بدرجة كبيرة) وبحسب إجابات أفراد عينة الدراسة

6- أظهرت نتائج الدراسة ان الرأي السائد للدرجة الكلية للمحور الثاني" القيود المحتملة لاستخدام العلاج الطبيعي المبكر في التعافي ما بعد جراحة استئصال الثدي "(القيود الجسدية والمضاعفات المحتملة لاستخدام العلاج الطبيعي في التعافي) كان يشير إلى (يسًهم بدرجة كبيرة جدا) وبحسب إجابات أفراد عينة الدراسة.

7- أظهرت نتائج الدراسة عدم وجود فروق دالة احصائيا في استجابات أفراد عينة الدراسة حول الفوائد والقيود المحتملة لاستخدام العلاج الطبيعي المبكر في التعافي ما بعد جراحة استئصال الثدي وفقاً

لمتغيرات الدراسة (العمر، الحالة الاجتماعية، المستوى التعليمي) مما يدل على أن متغير العمر، والحالة الاجتماعية، والمستوى التعليمي وبشكل عام لا يساهم في إيجاد فروق دالة إحصائياً في استجابات أفراد عينة الدراسة حول المحاور.

التوصيات:

في ضوء النتائج التي توصلت إليه هذه الدراسة يوصي الباحثان بمجموعة من التوصيات:

1-استخدام العلاج الطبيعي المبكر في التعافي ما بعد جراحة استئصال الثدي تحت إشراف أخصائي علاج طبيعي مؤهل.

2- يفضل بدء العلاج الطبيعي مبكرا بعد جراحة استئصال الثدي مباشرةً لتجنب المضاعفات ولتحقيق أفضل النتائج.

3- قبل البدء بأي تمرينات، يجب التأكد من أن الطبيب أو أخصائي العلاج الطبيعي قد وافق على هذه التمرينات وقام بتوجيه المريضة للبرنامج المناسب لحالتها، خاصة مع وجود أنابيب التصريف أو الغرز.

4- على المريضة ان تبدأ بالتمرينات الخفيفة مثل تمرينات التنفس وذلك بالاستلقاء والتنفس بعمق لتحسين وظائف الرئة وحركة الصدر وكذلك تمرينات الذراع من خلال رفع الذراعين إلى مستوى الكتف ثم خفضهما، وتمرينات بسيطة كتمشيط الشعر لزيادة نطاق الحركة، اما تمرينات المشي تبدأ بالمشي لمدة قصيرة 10-15 دقيقة وزدها تدريجياً، لتحسين الدورة الدموية ومنع المضاعفات.

5-يجب تجنب الأنشطة الشاقة من خلال الامتناع عن رفع الأوزان الثقيلة أو القيام بحركات متكررة بالذراع المصابة لمدة 4-6 أسابيع أو حتى يسمح الطبيب.

6- عند الشعور بالتعب، يجب ان ترفع المريضة الذراع المصابة لتكون أعلى من مستوى القلب لتخفيف التورم.

7- يجب تجنب الاستحمام في البانيو أو السباحة حتى تلتئم الجروح، والاكتفاء بالمسح بالإسفنج، ثم الاستحمام العادي تحت الدش مع تجفيف المنطقة بلطف.

8- يجب على المريضة ان تبدأ بتدليك الجلد حول الندبة بلطف بعد التئام الجرح تماماً، لتحسين تدفق الدم وتليين الأنسجة.

9-ضرورة المتابعة الدورية مع المعالج الطبيعي لتقييم التقدم وتعديل التمرينات العلاجية حسب الحاجة.

10-التعليم الذاتي من خلال تعليم المرضى كيفية أداء التمارين بشكل صحيح في المنزل لتعزيز التعاف ينصح بتجنب الأعمال المنزلية الشاقة أو رفع الأوزان الثقيلة

المراجع:

أحمد سعيد محمد. (2022). جراحة الثدي والتجميل: دور العلاج الطبيعي. *مجلة العلاج الطبيعي التخصصي، 3*.

أحمد محمد عبدالله. (2020). دور العلاج الطبيعي في التعافي بعد استئصال الثدي. *مكتبة الأنجلو المصرية*، الصفحات 10-20.

سعيد محمد حسن. (2017). التأهيل الطبيعي بعد استئصال الثدي. *مجلة الجراحة التجميلية*.

محمد سعيد عبدالله. (2016). العلاج الطبيعي والتأهيل بعد جراحة الثدي. *مجلة الجراحة التجميلية، 2*، الصفحات 40-50.

منال محمد علي. (2020). العلاج الطبيعي في جراحة الثدي: دليل عملي. *مجلة العلاج الطبيعي، 1*، الصفحات 10-20.

منى سعيد محمد. (2018). العلاج الطبيعي في الجراحة التجميلية. *مجلة الجراحة التجميلية دار، 2*، الصفحات 30-40.

نورا حسن علي. (2021). دور العلاج الطبيعي في تحسين جودة الحياة بعد استئصال الثدي. *1*، الصفحات 10-20.

ياسر محمد علي. (2019). دور العلاج الطبيعي في تقليل المضاعفات بعد جراحة الثدي. *مجلة العلاج الطبيعي التخصصي، 2*، الصفحات 50-60.

ياسمين محمد علي. (2019). العلاج الطبيعي في جراحة الثدي والتجميل. *4*، الصفحات 20-30.

Brown, T. (2021). Physical Therapy for Breast Cancer-Related Lymphedema. *Journal of Lymphoedema*, pp. 20-30.

Davis, M. (2019). Exercise Interventions for Women with Breast Cancer. *Journal of Cancer Rehabilitation*, pp. 20-30.

Johnson, K. (2018). Rehabilitation After Breast Surgery. *American Journal of Physical Medicine & Rehabilitation*, pp. 30-40.

Smith, J. (2020). Physical Therapy for Breast Cancer Survivors. *Journal of Cancer Rehabilitation, 1*, pp. 10-20.

Williams, L. (2015). Physical Therapy Management of Post-Mastectomy Lymphedema. *Journal of Lymphoedema*, pp. 50-60.