

认知行为干预在恐动症患者术后功能锻炼中的应用价值分析

李 雪 赵蕴云

太仓市第一人民医院 江苏太仓 215400

摘 要: **目的:** 脊柱退行性疾病术后恐动症患者中, 探究认知行为干预内容、应用效果。**方法:** 80 例患者, 分为 2 组, 即: 对照组、实验组, 对其分析后发现, 2 组患者各项指征与“脊柱退行性疾病”诊断标准一致, 在实施手术治疗后均出现恐动症; 其中, 对照组开展常规指导, 实验组开展认知行为干预, 各组中纳入恐动症患者 40 例, 比较效果, 内容包括: 临床成效 (TSK 评分、VAS 评分)、并发症 (关节僵硬、肌肉萎缩、术后粘连) 发生率、生活质量评分。**结果:** (1) 对抽取恐动症患者展开评测, 比较 TSK 评分、VAS 评分, 临床干预前, 组间差异小, $P > 0.05$; 常规指导、认知行为干预后, 对实验组抽取恐动症患者展开评测, 以上评分 (28.54 ± 2.17 、 3.88 ± 0.92) 和对照组评分 (33.78 ± 2.69 、 5.37 ± 1.01) 相比, 较低, $P < 0.05$; (2) 关于并发症发生率, 实验组测定值 (7.50%, 3/40) VS 对照组测定值 (25.00%, 10/40), 较低, $P < 0.05$; 生活质量方面, 具体评分有统计意义, 即: (78.96 ± 4.32)、(90.05 ± 2.19), 可见, 后者比前者高, 实验组具备优势, $P < 0.05$ 。**结论:** 恐动症患者中, 认知行为干预有非常重要意义, 既可对其疾病症状、疼痛程度进行较好改善, 又能预防术后并发症, 降低发生率, 提高患者生活质量水平, 值得大力推行、使用。

关键词: 恐动症患者; TSK 评分; VAS 评分

Analysis of the application value of cognitive behavioral intervention in functional exercise of patients with kinesophobia after operation

Xue Li Yunyun Zhao

The First People's Hospital of Taicang City, Taicang 215400, China

Abstract: Objective: To explore the content and application effect of cognitive behavioral intervention in patients with kinetophobia after spinal degenerative disease surgery. Methods: 80 cases of patients, divided into 2 groups, namely: control group, experimental group, after the analysis found that the two groups of patients with the indications and "spinal degenerative disease" diagnostic criteria consistent, after the implementation of surgical treatment, all appeared kinophobia; Among them, the control group carried out routine guidance, the experimental group carried out cognitive behavioral intervention, and 40 patients with agnophobia were included in each group. The comparative effect included: clinical effect (TSK score, VAS score), incidence of complications (joint stiffness, muscle atrophy, postoperative adhesion), and quality of life score. Results: (1) TSK score and VAS score were compared among the selected patients with moophobia. Before clinical intervention, there was little difference between the groups ($P > 0.05$). After routine guidance and cognitive behavior intervention, the experimental group sampled patients with moophobia were evaluated. The above scores (28.54 ± 2.17 , 3.88 ± 0.92) were lower than those of the control group (33.78 ± 2.69 , 5.37 ± 1.01), $P < 0.05$. (2) The incidence of complications was lower in the experimental group (7.50%, 3/40) than in the control group (25.00%, 10/40), $P < 0.05$; In terms of quality of life, the specific score has statistical significance, namely: (78.96 ± 4.32), (90.05 ± 2.19), it can be seen that the latter is higher than the former, the experimental group has advantages, $P < 0.05$. Conclusion: Cognitive behavioral intervention has very important significance in patients with kinetophobia, which can not only improve the disease symptoms and pain degree, but also prevent postoperative complications, reduce the incidence, and improve the quality of life of patients. It is worthy of vigorous implementation and use.

Keywords: Kinetophobia patients; TSK score; VAS score

脊柱退行性疾病, 在临床上较为普遍, 好发人群表现为: 中年患者、老年患者, 是机体椎间盘组织退行性改变及其继发病理改变累及周围组织结构, 出现相应的临床表现, 具体

包括: 椎间盘突出症、椎管狭窄症、椎体滑脱症等疾病^[1]。脊柱的退变主要源于椎间盘退变, 椎间盘退变可导致椎间关节不稳和异常活动, 黄韧带和前、后纵韧带增生钙化, 以及

脊髓血管、神经根的刺激或压迫症状,给患者、家庭和社会医疗资源都带来了巨大的压力^[2]。在临床治疗领域,手术方案应用率较高,能够通过减压、植骨融合和重建脊柱的平衡来恢复患者的功能,提高患者的生活质量;但是,在预后恢复阶段,在外界刺激、疼痛症状影响下,此类患者对身体运动会产生过度恐惧,临床上称为“恐动症”,进而导致康复效果不佳^[3]。在以上背景下,本文将抽取 80 例脊柱退行性疾病术后恐动症患者分析,探究认知行为干预内容、应用效果,现作如下整理。

一、背景和方法

1. 临床背景

本次研究中,抽取参考对象诊断为“脊柱退行性疾病”,且在手术治疗后均出现恐动症,将其分组后,组别为:对照组、实验组,指导原则为:电脑随机法,且 2 组恐动症患者统计后,总例数为 80,入院起止时间在:2020 年 9 月、2022 年 9 月,分析资料如下。对照组:40 例,年龄抽取时,区间范围在 42 岁-76 岁,平均值计算后为(59.09±1.88)岁,性别构成中,有 17 例女患、23 例男患;实验组:40 例,年龄抽取时,区间范围在 45 岁-74 岁,平均值计算后为(59.47±1.21)岁,性别构成中,有 18 例女患、22 例男患。均衡比较以上资料,在年龄抽取值、性别构成方面无组间差异, $P>0.05$ 。

2. 方法

(1) 常规指导,在对照组中应用,如:基础指导,在患者临床反应、身体指征方面进行观测,对症干预等;

(2) 认知行为干预,在实验组中应用,主要内容包括:
①基础评估。入院后,对于脊柱退行性疾病患者的基础资料,如:文化水平、认知程度,患病年限、初期症状、后续症状、不良影响等,工作人员需及时询问,做好详细记录,而后向患者主动介绍医院环境、主治医生背景,消除其内心陌生感、恐惧感;
②心理安抚。以建立积极信念,提高治疗依从性为目的,在入院后,对于患者面部表情、个人行为,工作人员需密切监测,并与患者主动交流、沟通,该过程中,还可将我科室制作的脊柱退行性疾病视频为患者播放,结合相关图片为其讲解疾病知识、手术知识,并分享院内成功治疗案例,对于术后恐动症信息,工作人员需及时解释,从而有效提高患者心理接受度^[4]。
③疼痛管理。疼痛,为手术结束后常见生理反应,属于正常表现,对于疼痛知识,工作人员还需为患者及时讲解,为其指导疼痛视觉模拟评分的使用方法,在治疗结束后,可利用以上评分量表进行评估,使患者正确认

识疼痛;出现以上症状时,还可开展针对性疏导,即:音乐疗法、放松疗法、转移注意力法(轻度疼痛、中度疼痛患者),药物镇痛法(重度疼痛患者)。
④行为指导。术后初期(1-4 天)阶段,在患者日常运动方面,工作人员可指导其进行轴线翻身、踝泵运动、屈膝屈髋、直腿抬高、吹气球运动,并将循序渐进原则严格落实,对运动时间、强度逐步增加;中期(5-8 天)、后期(>8 天)阶段,可过渡至床下活动,如:行走、下蹲,甚至仰卧抬腿、平板支撑、膝手平衡训练等,遵循“量力而行,适可而止”的锻炼原则,该过程中,如果出现腰部剧烈疼痛或其他不适感,需立即停止并向主治医生汇报^[5]。

3. 判定内容

(1) 比较预后效果:TSK 评分(恐动症评分)、VAS 评分(疼痛视觉模拟评分);

(2) 比较临床指标:并发症(关节僵硬、肌肉萎缩、术后粘连)发生率、生活质量评分。

4. 数据分析

SPSS25.0 开展,T 检验计量资料(TSK 评分、VAS 评分、生活质量评分),卡方检验计数资料(并发症发生率),组间代表时,形式以($\bar{x} \pm s$)、(%)为主, $P<0.05$ 。

二、结果

1. 临床成效

临床干预前,对抽取患者 TSK 评分、VAS 评分展开评测,无组间差别, $P>0.05$;干预后阶段,对照组、实验组中,关于以上信息,后者比前者低,实验组更具优势, $P<0.05$ 。详见表 1。

表 1 对照组、实验组临床成效(分, $\bar{x} \pm s$)

组别	临床干预前		临床干预后	
	TSK 评分	VAS 评分	TSK 评分	VAS 评分
对照组(n=40 例)	45.38 ± 3.95	7.32 ± 0.88	33.78 ± 2.69	5.37 ± 1.01
实验组(n=40 例)	45.42 ± 3.87	7.35 ± 0.71	28.54 ± 2.17	3.88 ± 0.92
T	0.05	0.17	9.59	6.90
P	0.96	0.87	0.00	0.00

2. 临床指标

和对照组测定值相比,并发症发生率在实验组中有更低表现, $P<0.05$;生活质量评分在实验组中居更高水平, $P<0.05$ 。详见表 2。

表 2 对照组、实验组临床指标(n=40 例,%, $\bar{x} \pm s$)

组别	并发症发生率(%)				生活质量(分)
	关节僵硬	肌肉萎缩	术后粘连	合计	
对照组	4(10.00)	3(7.50)	3(7.50)	10(25.00)	78.96 ± 4.32
实验组	1(2.50)	1(2.50)	1(2.50)	3(7.50)	90.05 ± 2.19
X ² /T	-	-	-	4.50	14.48
P	-	-	-	0.03	0.00

三、讨论

恐动症,在临床上较为普遍,指的是外界刺激下,患者疼痛敏感性增强,对身体活动出现的一种非理性恐惧现象,就脊柱退行性疾病患者而言,在手术治疗后,该类症状会严重影响患者康复^[6]。

从此次结果来看,研究指标显示:(1)关于 TSK 评分、VAS 评分,对临床干预前数据评测,对照组、实验组无区别, $P>0.05$; 干预后阶段,以上评分改善明显,且相比对照组,实验组有更低表现, $P<0.05$; (2) 并发症发生率中,常规指导数据、认知行为干预数据有统计意义,比较发现, (25.00%, 10/40) VS (7.50%, 3/40), 实验组低, $P<0.05$; 生活质量中, 实验组评分 (90.05 ± 2.19) VS 对照组评分 (78.96 ± 4.32), 较高, $P<0.05$ 。可见,认知行为干预有非常重要意义;究其原因在于:常规指导基础上,开展认知行为干预,能够将患者基础资料作为着手点,通过入院后及时询问、指导检查了解患者身体情况、心理健康状况;与此同时,患者情绪安抚、知识宣教措施,有利于改善其消极状态,对错误认知及时纠正,提高治疗积极性。另外,疼痛知识普

及、针对性疏导,术后行为指导措施,不仅能够增加患者舒适感,而且能够提高其身体素质,增强免疫力,更好地缩短患者康复进程,保障疾病预后效果。

总而言之,恐动症患者中,认知行为干预效果确切;一方面,能够较好的改善疾病症状、疼痛程度,预防并发症出现,降低发生率,另一方面,能够提高患者生活质量水平,推广意义显著。

参考文献

- [1]朱俊美,周娟. 认知行为团体心理护理干预对膝关节置换术患者术后恐动症及心理状况的影响[J]. 护理实践与研究,2021,18(23):3563-3567.
- [2]侯晴晴,王梦丽,黄梦婷,等. 认知行为干预在恐动症患者术后功能锻炼中的应用[J]. 当代护士(综合版), 2021, 028(007):63-65.
- [3]宣沁,高红,姜嘉伟. 多学科协作下认知行为干预在慢性腰痛恐动症患者中的应用[J]. 中国护理管理,2021,21(10):1481-1486.
- [4]蔡立柏,刘延锦,李英,等. 多学科协作干预方案在全膝关节置换术后恐动症患者中的应用研究[J]. 中华护理杂志,2020,55(4):494-499.
- [5]张亚琴,李艳婷,单丹丹,等. 协同护理模式在全髋关节置换术后恐动症患者中的应用[J]. 中华护理杂志,2021,56(4):515-520.
- [6]袁甜,赵衍,倪艳,等. 认知行为干预联合早期功能锻炼在腰椎间盘突出术后恐动症患者中的应用[J]. 中华现代护理杂志,2022,28(29):4082-4087.