

腰椎间盘突出症的疼痛特点及康复护理探讨

张思霞 楼燕凤

东部战区总医院, 江苏 南京 210000

摘要:目的:分析并探究腰椎间盘突出症患者的疼痛特点及康复护理的方法。方法:抽选在我院2016年5月至2017年7月期间接受治疗的100例腰椎间盘突出症患者作为临床研究对象,并根据随机的原则将其平均分为每组各50例的对照组和实验组,对照组患者在临床护理中使用常规的护理方法,实验组患者则在临床中应用康复护理,对比两组患者的疼痛缓解情况、腰椎间盘突出症的复发情况以及对护理工作的满意度。结果:经过一段时间的治疗后,实验组患者的临床效果明显优于对照组患者($P<0.05$),实验组患者的疼痛情况得到了明显的改善,而且腰椎间盘的复发率以及护理工作的满意度均明显高于对照组,差异具有统计学意义。结论:在腰椎间盘突出症患者的临床治疗中应用康复护理进行辅助,可以有效的改善和缓解患者的疼痛感,还能减少腰椎间盘突出症的复发,同时也有有效的提升了患者对护理的满意度,患者的生活质量也明显好转,康复护理值得在其临床中应用^[1]。

关键词:腰椎间盘突出症;疼痛特点;康复护理;探讨

腰椎间盘突出症在临床中属于比较常见的骨科疾病之一,一般此类疾病的患者都是常见于干体力劳动的人群或者是长期伏案工作的人群,由于长期工作,导致腰椎受到长期的磨损或者受力比较大而导致患者出现腰腿疼痛或者下肢麻木等情况,严重情况下很可能出现下半身瘫痪的情况。近年来,腰椎间盘突出症患者的数量也在不断的增多,已经严重影响了患者的生活和工作,这种病症治疗的时间比较长,而且容易复发,一般临床上的治疗方法就是微创手术,但是这种手术的后期恢复情况仍需要结合一定的护理措施,而康复护理则是一种合理有效的措施,本次研究的目的是分析腰椎间盘突出症患者临床中引用康复护理的方法和效果^[2],现具体报道内容如下。

1 资料与方法

1.1 一般资料

抽选在我院2016年5月至2017年7月期间接受治疗的100例腰椎间盘突出症患者作为临床研究对象,并根据随机的原则将其平均分为每组各50例的对照组和实验组,所有患者均满足腰椎间盘突出症的症状。对照组患者中,男女患者的数量各为26例和24例,患者最小年龄20岁,最大年龄58岁;实验组患者中,男女患者的数量分别为30例和20例,患者的最小年龄21岁,最大年龄65岁,两组患者的临床病症以及一般资料在对比上没有明显差异,能够作为临床研究和观察的对象。

1.2 疼痛特点以及护理方法

1.2.1 疼痛特点

腰椎间盘突出症患者的疼痛特点主要分为以下几点:(1)患者出现明显疼痛感的情况就是在保持坐姿的情况下,患者坐的时间只能维持20分钟左右;(2)疼痛的主要部位就是患者的下腰部,而且有可能向下肢蔓延,患者下肢以及膝下也有可能出现疼痛;(3)患者若进行长期的行走或者久坐,就会增加疼痛感,即使卧床休息也难以得到及时的缓解;(4)患者在咳嗽、打喷嚏的时候,其疼痛感也会明显的增加,在搬重物时患者的腰疼情况也会加重;(5)患者往往能够用手指指出具体的疼痛部位;患者疼痛开始的部位不会超过患者的腰腹,沿着神经进行放射,也会逐渐的蔓延到患者的脚部。

1.2.2 护理方法

对照组患者在临床中应用常规的护理方法,如健康教育宣教、饮食指导、药物指导、适当的活动等等。

实验组患者在临床中应用康复护理进行干预,具体的内容如下:(1)心理护理,腰椎间盘突出症患者由于治疗的时间比较长,而且极容易复发,给患者的生活和工作造成了很大的影响,而且患者的心理也会出现很多负面的情绪,甚至会缺乏对治疗的信心,所以护理人员应该及时的为患者讲解腰椎间盘突出症的形成原因以及常见的护理方法和措施,帮助患者消除不良的心理情绪,数量治疗的信心;(2)饮食护理,

腰椎间盘突出患者在日常的饮食方面,应该多食用一些绿色食物、主要以清淡为主,多多的为患者补充蛋白质和纤维,同时还需要补充钙,来防止骨质疏松,养成良好的饮食习惯;

(3)健康指导,主要就是引导患者养成良好的生活习惯,比如保证充足的睡眠、注意腰腹部的保暖、适当的运动指导等等;(4)康复功能训练,腰椎间盘突出症患者临床上必须要进行一定的康复训练:睡觉休息时需要睡硬板床,并佩戴腰围;腰背肌的锻炼,护理人员需要指导患者进行正确的训练,帮助患者进行腰背肌的拉伸,后期患者可以进行一定的行走锻炼,帮助患者的疾病不再复发;(5)中医康复治疗,主要包含艾灸和拔管治疗,艾灸需要结合患者的多个穴位,进行为期12天的艾灸辅助治疗;拔管则需要结合患者的实际情况选择合理的拔管方法;(6)牵引护理,需要用到腰椎牵引带,帮助患者合理的调整松紧,同时在牵引护理的过程中,需要对患者的进行观察,如有不适,需要及时处理,这种护理方法需要结合患者的实际情况应用。

1.3 观察指标

对两组患者在临床中疼痛缓解情况、腰椎间盘突出症的复发情况以及对护理工作的满意度进行分析和对比。

1.4 统计学意义

将所得的研究数据应用SPSS13.0统计学软件进行分析和整理,当 $P<0.05$ 时,则表示差异具有统计学意义。

2 结果

经过一段时间的治疗后,实验组患者的临床效果明显优于对照组患者($P<0.05$),实验组患者的疼痛情况得到了明显的改善,而且腰椎间盘的复发率以及护理工作的满意度均明显高于对照组,详情见下表1、表2。

表1 两组患者的疼痛评分对比

组别	例数	护理前	护理后
对照组	50	8.35±1.44	3.16±1.15
实验组	50	8.39±1.02	2.11±0.62

注:与对照组比较, $P<0.05$

表2 两组患者复发率以及护理满意度比较(n,%)

组别	例数	复发率(n,%)	护理满意度(n,%)
对照组	50	24(48%)	28(56%)
实验组	50	6(12%)	41(82%)

注:与对照组比较, $P<0.05$

3 讨论

腰椎间盘突出症患者的临床主要症状就是患者出现明显的腰腿疼痛,患有腰椎间盘突出症的患者,其生活和工作都受到了不同程度的影响,临床上除了应用相关的治疗方法外,还需要对患者进行一定的护理干预。康复护理是一种有效的护理手段,对腰椎间盘突出症的患者有重要的作用,本次研究结

果显示,应用康复护理,可以有效的缓解患者的疼痛,还能降低复发率,提高患者对护理的满意度,有效促进了患者的康复。

总之,在腰间盘突出症患者的临床中应用康复合理,可以有效的改善患者的疼痛,还能减少病情的反复发作,值得在临床中应用和推广^[3]。

参考文献

[1]李敏.腰椎间盘突出症的疼痛特点及康复护理[J].中国现代药物应用,2017,04(14):227-227.

[2]过欣茹,黄丽莎,段虹.腰椎间盘突出症患者的疼痛特点以及康复护理分析[J].医疗装备,2018,31(20):168-169.

[3]邱光玉.腰椎间盘突出症手术患者术疼痛特点及康复护理探析[J].现代养生,2017,26(18):238-239.