

早期康复护理对腰椎间盘突出症术后恢复分析

杨玉美

南京市溧水区人民医院 江苏 南京 211200

【摘要】：目的：分析早期康复护理干预对腰椎间盘突出症术后恢复的效果。方法：随机选取 2022 年 6 月 -2023 年 6 月期间就诊于我院骨科 120 例腰椎间盘突出症术后患者作为研究对象，分为两组，每组 60 例，设定为对照组与观察组。对照组的 60 例患者进行常规护理。观察组患者采取早期康复护理。对比两组患者的恢复效果。结果：观察组患者的护理满意度明显要高于对照组 ($P < 0.05$)；观察组患者的护理质量评分高于对照组 ($P < 0.05$)；观察组患者 SDS 及 SAS 评分低于对照组 ($P < 0.05$)；观察组的术后并发症发生率明显低于对照组 ($P < 0.05$)。结论：针对腰椎间盘突出症术后患者采取早期康复护理干预有着良好效果，加快患者康复速度及提高生活能力，同时也提高了骨科的服务质及家属的满意度，值得广泛应用。

【关键词】：早期康复护理；腰椎间盘突出症；术后恢复效果

Analysis of Postoperative Recovery of Lumbar Disc Herniation by Early Rehabilitation Care

Yumei Yang

Nanjing Lishui District People's Hospital Jiangsu Nanjing 211200

Abstract: Objective: To analyze the effect of early rehabilitation nursing intervention on postoperative recovery of lumbar disc herniation. Methods: 120 postoperative patients of lumbar disc herniation in our department from June 2022 to June 2023 were divided into two groups, 60 patients in each group, set as the control group and the observation group. Sixty patients in the control group were given the usual care. Patients in the observation group received early rehabilitation care. Compare the recovery effect of the two patient groups. Results: Nursing satisfaction in the observation group was significantly higher than that in the control group ($P < 0.05$); nursing quality score of patients in the observation group was higher than the control group ($P < 0.05$); SDS and SAS scores were lower than the control group ($P < 0.05$); and postoperative complications in the observation group was significantly lower than the control group ($P < 0.05$). Conclusion: The early rehabilitation nursing intervention for postoperative patients of lumbar disc herniation has good results, accelerates the rehabilitation speed of patients and improves the living ability, and also improves the service quality of the orthopedics department and the family satisfaction, which is worth widely used.

Keywords: Early rehabilitation nursing; Lumbar disc herniation; Postoperative recovery effect

腰椎间盘突出症是发病率非常高的骨病之一，随着工作节奏的加快，此种疾病的年轻化趋势越来越严重^[1-2]。腰椎间盘突出症主要是由于纤维环破裂，导致髓核突出压迫周围神经引发的一系列症状，患者会出现腰疼、腿麻及下肢运动受限等临床症状，对人们的日常生活及工作造成了非常大的影响^[3-4]。腰椎间盘突出症的治疗通常药物治疗效果不明显，绝大多数患者采取手术治疗。目前早期康复护理干预对腰椎间盘突出症术后恢复有着良好的效果，具体内容如下：

1 资料与方法

1.1 一般资料

本次研究对象是就诊于我院的 120 例腰椎间盘突出症术后，随机分为观察组和对照组。60 例对照组患者进行常规护理干预，患者年龄 45-75 岁，平均年龄 (60.41 ± 2.52) 岁，男性患者与女性患者比例为 45:15，病程 3 个月 -15 年，平均病程为 (7.01 ± 0.52) 年。观察组的 60 例患者进行早期康复护理干预，患者年龄 46-75 岁，平均年龄 (60.55 ± 2.11) 岁，男性患者与女性患者各 30 例，病程 4 个月 -16 年，平

均病程为 (8.51 ± 0.55) 年。

纳入标准：①参与研究的 120 例患者经过各项临床诊断均符合腰椎间盘突出症诊断标准；②患者的腰椎均出现持续性疼痛及活动受限等症状，均存在老损史。③所有参与研究的患者均采用手术治疗。

排除标准：①严重脑血管疾病及恶性肿瘤者；②言语表达障碍及精神疾病者，两组患者的一般资料差异显示无统计学意义 ($P > 0.05$)。

1.2 方法

对照组 60 例患者接受用药指导、体征监测及生活方式指导等常规护理措施，观察组实施早期康复护理干预，具体措施如下：(1) 术后前 3 天为康复护理第一阶段，护理人员指导家属协助患者进行康复训练，初期在床上锻炼，重点是恢复腰部的功能，注意手术切口是否有渗出液流出或者出现红肿，随时调整绷带的松紧度，防止肌肉神经粘连。指导患者抬腿锻炼膝关节的伸直功能，抬腿时要停留 10-20 秒的时间，患者双下肢交替练习，指导患者踝关节进行背伸环转等动作，循序渐进加大锻炼的幅度，尽快康

复的速度。(2)第4天到第15天为康复护理第二阶段,此阶段要加强腰部的训练幅度,目的是锻炼腰背部的柔韧性。可以采取后背贴墙行走的方式进行训练,保持头及臀部靠墙,每次行走5分钟即可。还可以仰卧位时做屈膝动作,护理人员指导患者做屈膝运动时,力度不宜过大,康复训练有助于改善腰部的功能及缩短住院时间。(3)术后第16天到出院前为康复护理第三阶段,利用五点式运动方法加大患者腰背部肌肉的训练强度,采取仰卧位的姿势利用枕骨、双肘及双脚支撑起腰背部,抬高腰背部停留30秒左右,每天坚持做3次。抬起腰后尽量后伸放松肌肉,患者术后康复训练很重要,护理人员正确指导患者做康复动作并且做好记录,根据患者的情况随时调整训练的方案。

1.3 疗效观察

①对比两组患者的护理满意率,使用我院自制的护理满意率调查问卷进行测评,满分为100分,非常满意:80-100分;基本满意:70-79分;一般满意:60-69分;不满意:0-59分。总满意率=(非常满意例数+基本满意例数+一般满意例数)/总例数×100%。

②观察两组患者护理质量评分,使用护理质量评分量表进行评估,主要包括四个维度:技能操作、病区管理、医嘱管理、安全管理、健康教育。评分采用百分制,分值越高,则证明其护理质量越高。

③对照组和观察组患者的心理状况,使用抑郁自评量表(SDS)和焦虑自评量表(SAS)对产妇的心理情绪进行评估,评分采用百分制,评分在70分及以上者为重度抑郁或焦虑;评分在60-69之间者为中度抑郁或焦虑;评分在50-59之间者为轻度抑郁或焦虑;评分在50分以下者说明其心理状态良好。得分越高,则说明其心理状况越差,抑郁或焦虑的程度越重。

④观察两组患者术后并发症发生率:手术后可能会出现切口愈合不良、感染、肿胀、疼痛四种并发症。并发症发生率=(切口愈合不良例数+感染例数+肿胀例数+疼痛例数)/总例数×100%。

1.4 统计学方法

将调查中的相关数据输入到SPSS22.0统计学软件包予以处理,护理满意率计数资料应用n(%)描述,护理质量评分计量资料应用($\bar{x} \pm s$)描述,组间经t和 χ^2 检验,当差异在P<0.05时,说明存在临床可比意义。

2 结果

2.1 两组患者护理满意率比较

统计护理满意率调查问卷得出数据,观察组不满意4(6.7%);一般满意6(10.0%);基本满意15(25.0%);非常满意35(58.3%),总满意率为56(93.3%)。对照组不满意15(25.0%);一般满意15(25.0%);基本满意15(25.0%);非常满意15(25.0%),总满意率为45(75.0%)。观察组护理满意率要明显高于对照组($\chi^2=5.2122$, P=0.0224)。

2.2 比较两组患者的护理质量评分

干预前,观察组患者的技能操作、病区管理、医嘱管理、安全管理及健康教育评分分别为(63.27±10.16)分、(76.28±9.31)分、(60.57±11.23)分、(60.03±12.24)分、(76.25±4.57)分,对照组患者的技能操作、病区管理、医嘱管理、安全管理及健康教育分别为(63.28±10.09)分、(76.25±9.36)分、(60.59±11.12)分、(60.09±12.16)分、(76.28±4.51)分,两组患者的护理质量评分对比结果显示(t=0.0044, p=0.9965; t=0.0143, p=0.9886; t=0.0080, p=0.9936; t=0.0219, p=0.9825; t=0.0295, p=0.9765),无统计学意义。

干预后,观察组患者的技能操作、病区管理、医嘱管理、安全管理及健康教育评分分别为(92.08±4.21)分、(91.27±3.16)分、(91.68±5.23)分、(92.89±6.19)分、(90.78±5.29)分,对照组患者的技能操作、病区管理、医嘱管理、安全管理及健康教育分别为(80.61±3.42)分、(80.12±6.15)分、(81.26±6.12)分、(78.46±5.13)分、(82.31±4.26)分,两组患者的护理质量评分对比结果显示(t=13.3742, p=0.0000; t=10.1989, p=0.0000; t=8.1862, p=0.0000; t=11.3519, p=0.0000; t=7.8870, p=0.0000),观察组患者的护理质量评分高于对照组,有统计学意义。

2.3 比较两组患者的 SDS 及 SAS 评分

护理干预前,观察组患者的SDS及SAS评分分别为(59.91±4.12)分和(60.61±3.21)分,对照组SDS及SAS评分分别为(59.89±4.13)分和(61.68±2.35)分,组间数据对比发现(t=0.0187, p=0.9851; t=1.4731, p=0.1461),差异不具备统计学意义。护理干预后,观察组SDS及SAS评分分别为(40.21±3.53)分、(45.01±5.32)分,对照组SDS及SAS评分分别为(51.72±5.51)分、(56.01±4.36)分,组间数据对比发现(t=9.6340, p=0.0000; t=8.7592, p=0.0000;),观察组产妇SDS及SAS评分低于对照组,差异显著具备统计学意义,见表1。

表1 对照组和实验组患者的SAS及SDS评分对比[($\bar{x} \pm s$),分]

组别	例数	SAS 评分		SDS 评分	
		护理前	护理后	护理前	护理后
实验组	60	60.61 ± 3.21	43.01 ± 5.32	59.91 ± 4.12	40.21 ± 3.53
对照组	60	60.68 ± 2.35	52.01 ± 4.36	59.89 ± 4.13	51.72 ± 5.51
T		0.1362	10.1352	0.0265	13.6245
P		0.8918	0.0000	0.9789	0.0000

2.4 比较两组患者术后并发症发生率

统计两组患者术后并发症, 数据如下: 观察组患者出现切口愈合不良 2 (3.33); 感染 1 (1.67); 肿胀 1 (1.67); 疼痛 2 (3.33)。对照组患者出现切口愈合不良 5 (8.33); 感染 5 (8.33); 肿胀 5 (8.33); 疼痛 5 (8.33)。观察组的术后并发症发生率 (10.00%) 明显低于对照组 (33.33%), 两组数据对比具备统计学价值 ($X^2=9.6236$, $P=0.0019$)。

3 讨论

大多数腰椎间盘突出症的患者采取手术治疗, 手术治疗创伤大并且易复发^[5]。容易产生肌力降低的后遗症, 分析原因有以下几点: (1) 手术破坏了纤维环的完整性导致腰椎失去稳定性, 残留的髓核可以二次突出产生临床症状。(2) 手术后神经根黏连的几率较大, 在加上处于术后血肿的状态, 患者会出现疼痛及肌力降低的情况, 因此术后如何提升椎间的稳定性, 避免神经根黏连及肉芽组织机化是护理工作的重点^[6-8]。

早期康复护理干预对腰椎间盘突出术后恢复起着非常重要的作用, 此种护理模式尽早对术后患者进行干预, 能够明显降低术后并发症的出现。早期康复护理模式综合性非常强, 重视患者的主观能动性, 通过优质的早期康复护理方案使患者有信心对抗疾病, 为术后的快速康复奠定了基础。根据患者的术后病理特点制定了 3 个阶段康复功能训练, 每个阶段都有不同的训练内容及训练强度, 从被动训练到主动及单肢训练到多样化的协调运动, 对患者的腰部功能恢复有着非常积极的作用^[9-10]。开展康复护理可以刺激神经元使神经功能尽早恢复, 同时还可以预防神经根黏连及下肢静脉血栓形成, 对消除肌肉组织水肿及加强韧带的弹性都有较好的效果, 有关专家认为术后开展康复护理对整个腰椎的稳定性及缓解疼痛是起着至关重要的作用^[11]。

本次研究结果表明, 实施早期康复护理干预的观察组患者取得的效果是非常令人满意的, 在护理满意度、护理质量评分、患者 SDS 及 SAS 评分、术后并发症发生率四个方面, 观察组患者的评分都优于对照组。反馈效果良好值得推广使用。

参考文献:

- [1] 储琼. 早期康复护理干预对腰椎间盘突出术后恢复的效果分析 [J]. 当代临床医刊, 2022, 35(01): 108-109.
- [2] 柯辉. 快速康复护理干预对腰椎间盘突出术后恢复的效果分析 [J]. 黑龙江医学, 2021, 45(10): 1017-1018+1021.
- [3] 谢翠秀. 早期康复护理干预对腰椎间盘突出术后恢复的效果 [J]. 微量元素与健康研究, 2021, 38(02): 86-87.
- [4] 李春红. 早期康复护理干预对腰椎间盘突出术后恢复的效果分析 [J]. 医学食疗与健康, 2020, 18(14): 163+165.
- [5] 张迎. 早期康复护理干预对腰椎间盘突出术后恢复的效果分析 [J]. 系统医学, 2020, 5(04): 158-160.
- [6] 叶承艳, 范颖. 早期康复护理干预对腰椎间盘突出术后恢复的效果研究 [J]. 世界最新医学信息文摘, 2019, 19(A1): 324-325.
- [7] 宫文佳. 早期康复护理干预对腰椎间盘突出术后恢复的效果分析 [J]. 中国医药指南, 2019, 17(30): 338-339.
- [8] 刘浩. 早期康复护理干预对腰椎间盘突出术后恢复的效果分析 [J]. 中国医药指南, 2019, 17(23): 282-283.
- [9] 陈雯. 早期康复护理干预对腰椎间盘突出术后恢复的效果观察 [J]. 中国农村卫生, 2019, 11(11): 62+61.
- [10] 赵化玲. 早期康复护理干预对腰椎间盘突出术后恢复的效果分析 [J]. 中国社区医师, 2019, 35(14): 159-160.
- [11] 顾文旦. 早期康复护理干预在腰椎间盘突出术后恢复中的应用分析 [J]. 中国医药指南, 2019, 17(02): 272-273.