

综合护理在腰椎间盘突出症患者康复中的应用

彭 翀 通讯作者: 杨福弟

桂林市妇幼保健院 广西桂林 541001

摘要: **目的:** 对于腰椎间盘突出症患者在康复护理过程中应用综合护理干预, 进一步提高护理质量, 帮助患者更好恢复。**方法:** 研究筛选出了一共60例腰椎间盘突出症患者为对象, 都于2020年6月~2021年6月进入本院治疗, 按照就诊顺序将的患者分为2组, 观察作为综合干预, 对照作为常规管理, 分析康复效果。**结果:** 观察组患者康复期间的依从性高于对照组, 同时针对护理人员的工作更为满意。此外, 在调研下针对不同时段疼痛度评分中可见观察组低于对照组, 差异大 ($P < 0.05$)。**结论:** 通过采取综合护理干预措施, 有助于改善腰椎间盘突出症患者对康复指导的异同性, 帮助其缓解病痛带来的生活困扰, 该措施值得进一步推广。运用。

关键词: 腰椎间盘突出症; 综合护理干预; 康复护理

腰椎间盘突出症(LDH)是骨科中比较常见的一种疾病, 多发生于中老年群体中, 导致腰椎间盘突出症因素有很多, 从学者的总结中可见有遗传因素, 环境因素, 超重负荷、腰骶先天异常等多种因素有一定的相关性^[1]。临床上腰椎间盘突出症的患者通常表现为下肢麻木、腰酸背痛、下肢放射性疼痛、双下肢放射痛、步态无力等等, 给患者的生活质量带来了很大的影响, 严重时可导致患者瘫痪, 给患者的身心增添了很大的负担^[2]。腰椎间盘突出症的病程周期比较长, 病情容易反复发作。临床治疗腰椎间盘突出症主要采用保守治疗以及手术治疗, 但是在治疗后容易出现许多并发症, 如: 下肢麻木等, 患者术后感到明显的疼痛, 不利于病情早日康复。因此在积极采取医学干预治疗的同时, 选择科学的康复护理管理措施, 针对腰椎间盘突出症患者实施指导, 有助于其生活质量的改善, 同时能够给予更多专业上的建议, 帮助患者正确认识疾病。鉴于此研究筛选出了一共60例腰椎间盘突出症患者为对象, 都于2020年6月~2021年6月进入本院治疗, 按照就诊顺序将的患者分为2组, 对护理成果汇报如下。

1. 资料与方法

1.1 一般资料

研究筛选出了一共60例腰椎间盘突出症患者为对象, 都于2020年6月~2021年6月进入本院治疗, 按照

就诊顺序将的患者分为2组, 观察组中, 男15例, 女15例; 年龄30岁~93岁, 平均(57.2 ± 12.75)岁; 对照组中, 男16例, 女14例; 年龄31岁~90岁, 平均(56.67 ± 11.96)岁; 比较两组患者基本资料较相近 ($P > 0.05$)。

纳入标准: ①针对各项检查结果和临床症状的表现进行判断, 由此确认为腰椎间盘突出症; ②所有参与者均具有正常的听力语言能力。③患者及其家属的同意并自愿签订同意书。

排除标准: ①因某种原因退出本次研究者; ②存在有肝癌、恶性肿瘤、免疫功能等重大疾病; ③经过检查存在有严重的骨质疏松、椎体滑脱、椎管狭窄等; ④哺乳期或者妊娠期; ⑤患者的基本信息不齐全且模糊。

1.2 方法

对照组给予常规护理干预, 由医疗人员向患者讲解腰椎间盘突出症的相关知识, 对患者的病情进行综合性的评估展开。锻炼指导。

观察组实施综合护理干预。(1)健康教育: 采用图文并茂的健康教育资料, 由责任护士向患者讲解腰椎间盘突出症相关治疗及康复护理知识, 讲解与示范相结合的方式, 在开展健康教育工作时尽量语言简单, 少用医学用语, 促使患者对腰椎间盘突出症、康复护理的知识有一个正确的认知, 在后续的临床护理中能够积极的配合。(2)疼痛护理: 由于疾病的原因, 也会出现不同程度的疼痛状况, 护理人员可以采取多种干预方式转移患者的注意力, 如: 与患者进行交谈、看书、播放音乐等, 必要时候应当为患者使用止痛药物来缓解疼痛感, 且需要在医嘱下进行。(3)生活指导: 在手术

通讯作者简介: 杨福弟, 性别: 女, 出生年月(1965年6月), 民族: 汉, 籍贯(桂林市), 学历: 研究生, 职称: 主任护师, 职务: 护理部培训专干, 研究方向: 外科护理和护理管理, 科室: 护理部, 单位: 桂林市妇幼保健院, 邮编: 541001, 单位级别: 三级甲等。

完成后,护理人员应告知患者术后日常生活中的注意事项,如:使用腰围支撑腰部、避免高强度的活动锻炼等等。应当了解患者的日常饮食喜好,并结合疾病发展情况来制定个性化的饮食措施。增加营养的摄入,尽量选择高钙的食物。补充足够的水分,三餐规律,增加新鲜水果蔬菜的摄入量,防止便秘,若患者的睡眠质量比较差,可在睡前喝杯牛奶、泡脚,保证充足的睡眠。(4)心理护理:长期的疾病会导致患者出现焦虑烦躁等不良情绪,护理人员应当主动与患者建立联系,积极沟通分析其心理因素,对疾病带来的不良影响,并告知患者疾病的治疗方案和成功案例,注重患者的内心感受,避开敏感话题,态度上应当更为温和,言辞恰当,给患者留下良好的印象,有利于建立相互信赖的友好关系。引导患者的家属给予患者更多的陪伴与支持,使其感受到被重视,进一步提高患者的治疗依从性。(4)核心肌群训练:首先成立康复训练小组,由管床医生与康复护士对患者的具体病情与耐受力进行综合性的评估,并结合评估结果制订训练计划,并由小组成员指导患者展开康复锻炼,主要包括:臀桥运动、平板支撑、飞燕式运动等,指导患者学习掌握康复锻炼的基本动作。在患者运动期间,康复护士一定要重视运动量,不可盲目的加大活动强度。(6)卧床期间康复锻炼方法:在手术完成后,给患者提供硬板床,帮助患者对肢体进行部分按摩,由此加快血液流通速度,针对静脉血栓等不良事件进行预防,在患者病情稳定情况下,可指导开展必要的康复训练活动。如在康复护士以及家属的协助下帮助患者进行被动肌肉锻炼、四肢关节锻炼、被动抬腿等等,在康复期间一定要注意不要急于求成,要循序渐进的落实,逐步提升腿抬高的幅度,可以加速血液的流通,加强肌肉的力量,促进肿胀消退,之后指导患者在床上展开踝关节背伸、跖屈、抬腿、环转、关节伸曲等,指导患者在床边进行站立锻炼,最后可逐渐添加髌膝屈伸、背部伸展等训练^[8]。

1.3 观察指标

①针对患者的治疗异同性进行评价,而主要考虑的方面在于是否能够按照医护人员指导开展康复锻炼,同时能够对所建议的饮食方案进行采纳,最后则是对医嘱用药的坚持度的评定。在具体得分钟可将其划为三个阶段,当超过90分则视为完全依从,若在80-89分之间则为较依从,在79-67则视为一般,不足67则为不依从^[3]。

②在满意度评价上,为本院自制的满意调查问卷并结合问卷星开展问题的回答,且可在家属的陪伴下进行。

问卷为不记名式,且得分在八十五以上,视为非常满意,不足七十则为不满意^[4]。

③采用视觉模拟评分法(VAS),结合患者的疼痛度进行0-10的评估,且分值较高者,说明其疼痛度大。

1.4 统计学方法

用EXCEL 2007 for windows建立数据库,患者的信息确认无误后,所有数据导入SPSS 22.0 for windows做统计描述以及统计分析。计数单位采用%进行表示,计量数据采用($\bar{x} \pm s$)来进行表示。

2. 结果

2.1 两组治疗依从性比较。见表1。

表1 两组患者治疗依从性比较(例%)

组别	n	完全依从	比较依从	一般依从	未依从	治疗依从例(%)
观察组	30	22	6	2	0	28(93.3%)
对照组	30	13	7	6	4	20(66.67%)
X ²						6.667
P						0.001

2.2 两组患者护理满意度比较。见表2。

表2 两组患者护理满意度比较(例%)

组别	n	满意	较满意	不满意	总满意度例(%)
观察组	30	21	8	1	29(96.67%)
对照组	30	14	9	7	23(76.67%)
X ²					5.192
P					0.022

2.3 两组VAS评分比较。见表3。

在护理后的1~5天的分阶段疼痛评分中可见,两组具有统计学意义。

表3 两组患者疼痛(VAS评分)比较($X^2 \pm S$)

组别	n	干预前	1d	3d	5d
观察组	30	4.76 ± 1.35	3.72 ± 1.16	3.61 ± 1.23	3.37 ± 1.12
对照组	30	5.21 ± 1.48	4.23 ± 1.15	4.14 ± 1.16	4.07 ± 1.13
X ²		1.230	2.045	2.041	2.410
P		0.224	0.045	0.046	0.019

3. 讨论

当下随着社会经济的发展,老龄化进程的加快,可见腰椎间盘突出症患者人数有所增加,在患有该疾病之后,不仅表现为普通的腰腿疼痛,还会存在神经支配障碍运动功能障碍,这些都会导致患者生活质量下降,且无法从事一些重劳力类的工作^[5]。在该疾病的治疗上也分为两种方案即保守方案和手术方案,但从整体效果上看因人而异,如果结合有效的功能锻炼,有助于患者在康复期维持,腰椎稳定,对于治疗预后有所帮助。但是

从临床应用情况中见,多数患者由于疼痛而对康复训练的异同性逐步下降,这就会导致疗效随之下降,严重影响了临床的治疗效果及预后。

在本次研究中,观察组患者的治疗依从性较高,对护理方案也给予了更高的认可。在常规的护理干预中,护理人员只是指导康复锻炼,并没有真正的重视到患者内心的感受与舒适度,常规的护理模式并没有取得令人满意的效果。在综合护理干预除了可以改善腰椎间盘突出患者的临床主要症状,同时还注重患者的心理需求,提高患者的自我管理能力和使其在日常生活中能够规范自身的不良行为,养成良好的生活习惯,帮助疾病早日康复。在具体的护理工作中,护理人员将自己的理论知识与实践相互融合,给予患者更加全面综合性的康复训练,通过加强与患者之间的沟通、针对康复训练的意义和重要性进行沟通,能够更好的帮助患者建立信心,解决不良心理问题,同时还可以引导家属参与到患者的康复治疗中,给予患者更多的肯定与支持。这对于提升患者的配合度,加强自我管理的能力,建立康复信心具有重要意义。由此采取合理的疼痛干预措施,促使康复

训练可以顺利的展开和推行。

综上所述,通过采取综合护理干预可以提高腰椎间盘突出患者的依从性,针对于患者疼痛的改善以及生活负担的缓解有所帮助,该措施具有可推广价值。

参考文献:

- [1]左青青,曹亚琴,何守玉,等.认知行为疗法结合普拉提运动在腰椎间盘突出症术后病人护理中的应用[J].护理研究,2021,35(16):2852-2857.
- [2]刘春云.探讨腰椎间盘突出症临床症状与CT影像学相关性研究[J].中国实用内科杂志,2015,35(1):87-88.
- [3]高东锋,孙晓莲,张文凯.针刺配合牵引治疗腰椎间盘突出症的临床疗效[J].陕西中医,2016,37(9):1234-1235.
- [4]谢艳艳.腰椎间盘突出症发病机理探讨[J].中医学报,2013,28(9):1388-1389.
- [5]李嘉仪.康复护理联合核心肌群训练对腰椎间盘突出症病人术后躯体功能和疼痛的影响.全科护理,2021,19(14):1934-1937.