

探究疼痛护理对腰椎间盘突出患者术后疼痛的影响

郭 丽

(江油市九〇三医院 四川 江油 621700)

【摘要】目的：在腰椎间盘突出术后护理中应用疼痛护理，观察患者的疼痛缓解等情况。方法：研究对象均选自2021年3月至2022年3月在我院治疗的腰椎间盘突出患者，术后实施疼痛护理。结果：经有效护理后，患者的病情呈好转趋势，疼痛明显减轻，VAS评分较低，进一步促进了其护理满意度的提高。结论：在腰椎间盘突出术后护理中疼痛护理的落实，有利于提高患者的舒适度，对于生活质量的改善起着积极意义。

【关键词】疼痛护理；腰椎间盘突出；疼痛

To explore the effect of pain nursing on postoperative pain in patients with lumbar disc herniation

Li Guo

(Jiangyou 903 Hospital, Jiangyou, Sichuan, 621700)

[Abstract] Objective: To apply pain nursing in the postoperative nursing of lumbar disc herniation, and observe the pain relief of patients. Methods: All subjects were selected from patients with lumbar disc process treated in our hospital from March 2021 to March 2022, and pain nursing was implemented after surgery. Results: After effective nursing, the patient's condition showed a trend of improvement, pain was significantly alleviated, VAS score was low, which further promoted the improvement of nursing satisfaction. Conclusion: The implementation of pain nursing in the postoperative nursing of lumbar disc herniation is conducive to improve the comfort of patients, and plays a positive significance for the improvement of quality of life.

[Key words] Pain nursing; Lumbar disc herniation; The pain

腰椎间盘突出症是临床常见的一种疾病，在老龄化趋势不断加剧的背景下，此病的发病率也在随之提高，这与老年人机体功能逐渐衰退、骨组织结构退化等有关，患病后主要以腰部疼痛、下肢麻木等为主要特征，手术是有效治疗手段，但受手术创伤等因素的影响，患者术后会有不同程度的疼痛感，在降低舒适度的同时，也不利于预后，故重视疼痛的缓解就显得尤为重要^[1]。本文将腰椎间盘突出患者作为研究对象，将疼痛护理应用于其术后护理中展开了研究、分析。

1 资料与方法

1.1 一般资料

研究对象均选自2021年3月至2022年3月在我院治疗的腰椎间盘突出患者，共90例，以对照组、观察组的形式展开护理研究对比，每组患者均为45例。对照组、观察组男女占比依次为25:20、16:19，前者年龄最大、最小分别为78岁、37岁，后者年龄最大、最小分别为77岁、35岁。所有患者均自愿参与研究，意识清楚，配合能力较高，资料齐全；已排除器质性病变，精神异常者。对患者的资料进行比较，无显著差异($P > 0.05$)。

1.2 方法

对照组实施常规护理，期间不可做出随意操作行为，需确保各护理操作的规范性，并落实对患者病情的监测，确保发现异常及时干预等；观察组则是对对照组的基础上应用疼痛护理：(1)评估疼痛：术后，要

合理展开评估工作，包括患者的病情、疼痛情况等，对于疼痛的评估可基于疼痛问题测评单的前提下进行，期间需充分考虑患者的睡眠质量、疼痛改善情况等，结合评估结果有针对性的对疼痛护理方案进行制定，这也是避免该方案不科学、不合理情况发生的关键。另外，以原有疼痛测评单为基础，将疼痛描绘曲线表格加入，通过横、纵坐标实现对疼痛时间及强度的显示，平台评测不低于4次，测评3天后结合疼痛强度，适量的调整测评次数，旨在能够实现对患者疼痛情况的全过程掌握，有利于为其提供及时有效的护理干预。(2)处理疼痛：一般而言，术后疼痛程度不一，故疼痛护理的干预也存在一定的差异，以中度疼痛为例，可基于转移注意力的前提下，来减轻疼痛感，并落实对其病情变化的检测，强化健康宣教，教会患者如何调节疼痛，包括深呼吸等；重度疼痛者，护理人员就可展开止痛等处理，期间严格遵医嘱，用药后落实对患者反应的观察，积极争取家属的帮助，对药物作用进行监测，干预后还需进行疼痛评测，以确保能够最大化的减轻疼痛感，提高患者的舒适度，这对于相关并发症的预防也起着积极的意义。(3)心理镇痛：考虑到受疼痛等因素的影响，腰椎间盘突出术后患者往往会产生焦虑、害怕等负面心理，这就会加剧疼痛感，降低其生存质量。因此，护理人员就需注意观察患者的心理活动变化，不断鼓励患者，明确疼痛

性质、缓解方式等,以免患者失去信心;并对患者的疼痛部位进行抚摸,用温水擦脸,定时帮助患者更改体位,尽可能的避免患者产生急躁感,消除患者的顾虑,提高患者的依从性。(4)家庭、社会支持:在腰椎间盘突出症术后的护理中,家庭、社会的支持起着关键性的意义,对此家属的陪伴就极为关键,可提高患者的幸福感,防止其失去治疗信心。另外,还需定期组织志愿者到病房给予患者鼓励,可通过做一些小游戏的方式,让患者感受到社会的支持,对于经济压力较大的患者,可积极联系相关公益机构,减轻其经济上的压力,有利于提高患者的依从性。(5)其他措施:良好的住院环境,可缓解患者的负面心理,对此护理人员就需将室内的温湿度设定在适宜范围,将医疗设备等的声音调至最低,各操作保持轻柔,防止烦躁心理的产生;动态监测患者的病情变化,明确疼痛性质,考虑到疼痛往往会限制营养物质的吸收,对此就需注意疼痛等而引发的营养不良,为患者补充其机体所需营养,增强患者的体质,提高患者的抵抗力。另外,受疼痛等因素的影响患者往往需要卧床休息,而长时间的卧床极易导致患者出现压力性损伤,加剧疼痛感,对此护理人员就需注意对容易受压位置的疼痛评估,特别是骨隆突处,观察有无红肿热痛、糜烂等情况,并落实对压力性损伤的预防,如可使用气垫床,保持床单整洁、干燥,定时帮助患者起床活动,或是帮助患者更改为坐位,并做好体位更换记录,如若患者明显衰弱,则可将敷料贴于骨隆突处,尽可能的减轻或避免受压^[2-5]。

1.3 观察指标

相应护理落实后,需展开疼痛情况的评估,期间合理应用VAS量表,而护理满意度的总结,则以问卷调查的方式实现,仔细记录。

1.4 统计学处理

使用SPSS20.0软件完成研究中所有数据的统计、分析,t、 χ^2 分别应用于计量、计数资料的检验, $P < 0.05$ 表示有统计学意义。

2 结果

2.1 疼痛改善情况

患者接受有效护理后,疼痛有所缓解,特别是观察组患者,VAS评分呈明显降低趋势,而对照组疼痛缓解情况则相对欠佳,经对比组间差异较大($P < 0.05$)。见表1。

2.2 护理满意度

观察组在腰椎间盘突出术后护理中落实疼痛护理后,患者生存质量得以提高,改善了其护理满意度,而对照组满意度情况则相对欠佳,经对比组间差异较大($P < 0.05$)。见表2。

3 讨论

一般而言,受疼痛、疾病知识缺乏、耐受性差等

表1 两组患者的VAS评分对比

组别	n	护理前	护理后
对照组	45	6.28 ± 0.45	4.04 ± 0.51
观察组	45	6.27 ± 0.39	2.02 ± 0.33

表2 两组患者的护理满意度对比

组别	n	满意	一般满意	不满意	满意度
对照组	45	16(35.6)	18(40.0)	11(24.4)	34(75.6)
观察组	45	36(80.0)	8(17.8)	1(2.2)	44(97.8)

因素的影响,腰椎间盘突出症患者往往会产生抑郁、焦虑等负面心理,降低了生活质量。而疼痛护理是康复护理中的重要构成部分,能够有效缓解患者的疼痛,促进患者舒适度的提高,这也是增强患者依从性的关键^[6]。但就现阶段来说,对于腰椎间盘突出症术后疼痛的处理,临床往往未以疼痛产生机制为前提选择合适的护理,主要倾向于对疾病治疗的重视,故疼痛护理效果就欠佳,不利于预后效果的改善。研究指出,在缓解疼痛的过程中,除了要药物干预后,疼痛护理的落实也极为关键,是改善患者生存质量,增强患者治疗信心的关键^[7-8]。因此,为进一步保证腰椎间盘突出症患者的治疗效果及安全性,强化疼痛护理就显得尤为重要,这也是缩短患者病程的关键。有研究显示,腰椎间盘突出症患者对自身疾病的认知水平还较低,大部分患者缺乏对治疗方法的认知,一些人虽然有认识到随着年龄的增长患上此病的几率就越高,但具体掌握则不足,仅知道一些简单的防治知识,故护理就需重视宣教的落实。

疼痛护理方案强调个性化、指导性、全面性,全程贯穿以人为本的护理理念,通过对患者疼痛的评估,为其提供针对性的疼痛护理,有利于更加快速的缓解患者的疼痛感,加之心理疏导的落实,还可消除或减轻患者的负面心理,转移其疼痛注意力,从而提高患者的舒适度。另外,对于缓解患者的疼痛,评估疼痛是首要缓解,也是避免疼痛干预不合理的关键,可从根本上为疼痛干预效果提供保障。在此过程中,评估方式有三类,即自我报告、行为观察及生理指标评估。其中,基于准确性等前提来说,自我报告法占据首位;而疼痛评估中应用行为观察,主要是通过观察患者的面部表情等实现;生理指标评估则是通过对患者生命体征、血氧饱和度等变化的测量进行评估,不可直接作为疼痛水平依据,仅能侧面角度将患者整体情况反映出来。因此,就需根据患者的实际情况合理的选择疼痛评估方式,旨在为疼痛护理的实施提供更加准确、可靠的依据,从根本上确保疼痛护理效果。值得注意的是,为提高患者的依从性,还需强化健康宣教,加深患者对腰椎间盘突出症术后疼痛的认识,为

患者讲解缓解疼痛的方法及止痛药的使用效果,可能出现的副作用等,以避免患者隐瞒疼痛等情况的发生,并鼓励患者参与到疼痛评估及护理中,为疼痛护理的顺利实施提供保障。另外,需强化患者对自身疾病的认识,合理指导患者展开自我护理,如鼓励其积极患者体育锻炼,以改善血液循环,有利于加快骨骼沉积及血液对钙的吸收。此外,健康宣教实施后,大部分人都有进一步了解、掌握腰椎间盘突出症及术后疼痛产生的原因等内容,这就有效强化了患者的自我护理能力,在减轻疼痛等方面起着积极意义。

在实际的护理中,护理人员还需保持亲和的态度,为患者介绍住院环境等,促使患者能够快速的接受新环境;注意对患者心理活动变化的观察,合理评估其心理状态,积极的与患者展开交流,进一步掌握患者的实际需要,对于患者提出的问题,要及时进行解答,告知患者以往成功的病例,有利于增强患者的治疗信心,建立和谐的护患关系,促使患者能够积极主动的配合各项诊疗操作。一般而言,受依从性较低等因素的影响,患者极易做出不遵医嘱的行为,如随意更改用药量、擅自停用药物等,增加治疗风险。对此,护理人员就需充分发挥指导作用,为患者讲解相关药物知识,包括功效、使用等方法,并告知可能出现的副作用,让患者有一个心理准备,告知患者要按时、按量服药,以避免因药物而引发的不良事件;协助患者取正确体位,如在仰卧位状态时,为保护患者的腰部,就可在将软垫置于腰部,这也是促进肌肉、关节等部位放松的有效措施,提高患者的舒适度;如无必要,告知患者不要处于侧卧位,这种体位不仅无法提高患者的舒适度,还会对腰部带来不利,如挤压等,极有可能加剧疼痛,或是增加呼吸困难等症状。同时,为进一步缓解患者的疼痛感,术后恢复到一定程度后,就可定时对患者实施局部按摩,在患者保持坐位的前提下,让患者放松,之后顺着患者的各肌群合理的展开按摩,期间要对按摩时间进行控制,以避免反效果,并合理控制按摩力度,从轻到重,如若患者出现不耐受情况,就需立即停止按摩护理,促进患者腰部放松,以缓解患者的疼痛感,促进功能恢复。此外,也可予以针灸治疗,这也是减轻患者疼痛感的有效手段,即指导患者取合适体位,选择相应穴位施针,得气后要对患者的感觉进行询问,以出现酸、胀等感觉为宜。值得注意的是,在对患者施针前可指导患者开展适量的肩关节方向活动,如外展、后伸等,根据患者的耐受程度合理控制活动力度,之后在患者活动完成后开始起针,改善患者的症状,提高患者的舒适度。有研究指出,在腰椎间盘突出症术后护理中实施疼痛护理后,可及时纠正患者对疼痛的错误认知,可让其深入理解自身疾病,从而积极主动的参与到治疗中,包括自觉养成良好的生活、饮食习惯,或是积极锻炼等。在此过程中,考虑到疼痛护理涉及的内容较多,通过合理的展开疼痛干预,可教

会患者正确对疼痛表达及程度进行判定,当进一步对疼痛特征、疾病防治等方面进行了解后,则能理解疼痛,生活中也会积极防治,这对于预防不良事件的发生起着积极的意义;当患者接受疼痛后,其就会配合医务人员展开各项护理操作,如严格遵医嘱使用止痛药物,避免随意更改用药量等情况的发生,提高了疼痛护理的安全性,改善了患者的舒适度。通过本研究发现,经有效护理后,患者的病情呈好转趋势,疼痛减轻,尤其是应用疼痛护理的观察组,VAS评分较低,而对照组疼痛缓解情况则相对欠佳,经对比组间差异较大($P < 0.05$);观察组在腰椎间盘突出症术后护理中落实疼痛护理后,患者生存质量得以提高,改善了其护理满意度,而对照组满意度情况则相对欠佳,经对比组间差异较大($P < 0.05$)。由此可看出,疼痛护理的实施,有利于提高腰椎间盘突出患者术后的舒适度,对于生活质量的改善起着积极的意义。

综上,腰椎间盘突出症的发病率较高,是威胁人们身体健康的常见病,患病后患者会出现腰部疼痛等症状,活动范围会受限,早期予以针对性治疗,是提高患者舒适度的关键。在腰椎间盘突出症术后辅以有效的护理干预,不仅可达到促进治疗效果提高的目的,且在改善患者预后方面也发挥着积极的意义。而疼痛护理是重要内容,直接影响着患者的舒适度,合理、科学的展开疼痛护理,有利于减轻患者的痛苦,这也是促进预后效果提高的关键。

参考文献:

- [1] 张玉琳,周新利,李丹.疼痛护理应用于腰椎间盘突出症患者中对其术后疼痛的影响[J].临床医药文献电子杂志,2019,4(52):10202+10204
- [2] 马杰.“317护”健康宣教在腰椎间盘突出症病人围手术期的应用[J].蚌埠医学院学报,2020,43(08):1102-1104
- [3] 黄海珍.疼痛护理对腰椎间盘突出患者术后疼痛的改善效果[J].现代诊断与治疗,2019,30(9):1567-1568
- [4] 涂俊玲.疼痛护理在腰椎间盘突出症术后患者中的应用效果[J].当代医学,2020,23(26):167-168
- [5] 戴婵媛.经皮椎间孔镜下治疗腰椎间盘突出症患者的围手术期护理干预[J].当代护士(下旬刊),2019,26(7):41-42
- [6] 王晓茹.疼痛护理对腰椎间盘突出症患者术后疼痛的影响[J].中国现代药物应用,2020,10(10):219-220
- [7] 吴旭旭,张迎春.阶梯式康复护理干预对微创腰椎间盘突出症患者疼痛程度及功能恢复的影响[J].中国实用护理杂志,2019,32(33):2579-2582
- [8] 刘亚萍,张玉芯,陆琪,等.系统护理在减轻腰椎间盘突出症术后疼痛的疗效观察[J].西部医学,2020,27(8):1250-1252