

# 规范化疼痛管理对骨科脊柱疾病患者生活质量的 影响分析

张林花

(云南省曲靖市第一人民医院 云南 曲靖 655000)

**【摘要】**目的：研究骨科脊椎病变患者护理中采取规范化疼痛管理模式，并研究该模式对患者生活质量的影响。方法：实验范围为我院接受的所有骨科脊柱疾病患者，实验的持续时间为2022年2月到2023年1月。将所选择的74患者分为两组，一组为研究组采取规范化疼痛管理，一组为参照组采取常规护理管理。比较两组患者住院后的疼痛程度评分、睡眠质量与生活质量评分。结果：根据统计结果，研究组患者的护理后疼痛程度评价明显下降，差距明显 $P<0.05$ ；研究组患者护理后的睡眠质量评分明显提升，睡眠品质良好，差距明显 $P<0.05$ ；研究组患者护理后的生活质量评分明显比参照组更高，生活质量得到改善，差异明显 $P<0.05$ 。结论：将规范化疼痛管理用在骨科脊柱疾病患者的护理干预中，能够让患者的疼痛程度得到降低、提高患者的睡眠质量，同时患者的整体生活质量也能够得到显著的改善，护理效果显著。

**【关键词】**骨科脊柱疾病患者；规范化疼痛管理；疼痛管理；生活质量

脊柱是人体骨架的主干，由多个椎骨组成能够对身体起到支撑作用，还能够保护脊髓和神经根。当发生脊柱疾病时，主要包括颈椎病、腰椎间盘突出、骨折等，患者多会出现疼痛、活动受限、神经功能受损等症状，给患者的生活、心理和生理带来严重影响<sup>[1]</sup>。及时诊断，并积极治疗脊柱疾病，对于缓解症状、改善患者脊柱功能、减少并发症发生具有重要作用。但由于疼痛的影响，患者在治疗期间多会表现出不配合的情况，导致治疗效果难以得到保障。规范化疼痛管理能够通过多学科协作，让患者的疼痛得到有效的控制，以提高患者的生活质量和治疗依从性。在对患者进行疼痛管理时，通过对患者进行全面评估，为其制定个性化治疗方案、持续监测疼痛情况以及进行宣传教育等干预，可对疼痛起到全面的管理作用。本文研究将在骨科脊柱疾病患者的护理中运用规范化疼痛管理，分析该护理干预对患者生活质量产生的影响，现具体情况如下。

## 1 一般资料与方法

### 1.1 一般资料

研究对象为我院收治的骨科脊柱疾病患者，研究的时间为2022年2月到2023年1月。将所选择的74患者分为两组，一组为研究组采取规范化疼痛管理，一组为参照组采取常规护理管理，每组各37例患者。纳入标准：均为骨科脊柱疾病患者；自愿参与本次研究调查。排除标准：存在其他合并严重疾病；存在认知、沟通障碍；存在脊柱手术史。参与本次研究的患者基

础资料差异微小，无统计学意义 $P>0.05$ ，可进行比较。

### 1.2 方法

参照组患者接受常规护理，研究组患者接受规范化疼痛护理：

(1) 对患者进行健康教育，让患者能够在治疗期间保持积极的心态和健康的情况。患者受到疾病影响，身体发生变化加之疼痛严重会对其心理产生负面影响，加重患者的心理负担。护理人员可以通过口头教育、视频教程、分发健康指南等多种手段，为患者提供健康指导，让患者对自身的病情有详细的了解。同时，治疗过程中，患者应当被明确告知可能会遭遇的疼痛和其他并发症，可以帮助患者对未来的治疗中出现的疼痛等情况做好充分的心理准备，降低对患者产生的影响。护理人员需要积极地与患者沟通，并对患者的消极情绪给予主动的引导，让患者能够明白乐观心态对疼痛缓解和治疗效果的影响。除此之外，护理人员还应与患者家属做好沟通工作，让家属能够为患者提供更多的精神支持，可一定程度上提高患者对疼痛的忍耐力<sup>[2]</sup>。

(2) 做好疼痛评估工作，并落实后续的疼痛护理管理工作。规范化疼痛护理干预工作的实施在于按照既定的程序，结合患者的个体差异以及存在的实际问题来针对性落实疼痛护理干预措施，以从整体上提升护理干预质量，减轻患者的疼痛程度。这需要护理人员在患者入院后就对患者实施宣教工作，让患者了解到疼痛推给你护理干预的内容，了解到疼痛护

理所起到的实际作用，并科学实施相应的护理管理工作，从整体上提升护理质量。基本上，在患者入院后的 8h，就需要做好疼痛护理与相关的知识科普，让患者初步了解到疼痛护理的重要性，并在后续的治疗和护理期间做好积极的护理配合工作，要针对患者的病情来及时做好护理干预工作，在以上做好对患者的疼痛护理有关知识的宣教工作，患者已经对此有了初步的了解之后，需要评估患者的疼痛程度，并以此作为依据，制定好后续的规范化疼痛护理程序，强调疼痛护理干预工作的有序落实。护理人员需要采用 Wang-Baker 面部表情评分来进行疼痛评估，要告知患者该评估方法的实施流程，所代表的具体含义，需要在每日上午做好疼痛护理评估工作，并针对疼痛评分高于 1 分的患者实施疼痛护理干预，具体的护理措施则需要视患者的疼痛程度而定，比如针对能忍受疼痛的患者，可适当的实施转移注意力的方法来缓解疼痛，包括为患者播放轻音乐、为患者提供其喜爱的电视节目，或者与患者聊天，转移患者的注意力；针对重度疼痛的患者，则有必要实施止痛药，以止痛药来做好镇痛处理工作，与此同时，还需要做好心理疏导工作，以从整体上提升护理质量，改善患者的心态。

(3) 手术结束后，护理人员可指导患者进行呼吸训练和肌肉训练。正确的呼吸方法能够提高患者对疼痛的忍耐力，减轻疼痛程度。指导让患者学会深呼吸的方式，可能够分散患者的注意力，帮助肌肉放松，让紧张的情绪得到缓解，从而减轻疼痛。在深呼吸时，护理人员协助患者坐直或躺平，吸气时让腹部和胸部膨胀，再缓慢呼气，感受腹部和胸部的收缩。护理人员帮助患者找到可缓解疼痛的肌肉群，指导患者逐渐收紧该部位的肌肉群，保持几秒后再放松。

(4) 在患者未发生剧烈疼痛时，应预见性的给予患者止痛药物。如果药物止痛效果不佳，应及时通知医生，对患者采取联合用药的方式，加强对患者止痛药物的使用。此外，在患者发生疼痛时，护理人员可通过为患者播放喜欢的音乐、电视剧等方式，让患者分散对疼痛的关注，并为患者按摩身体，放松肌肉可降低对疼痛的敏感度。选择从患者头部发际线向后颈部的方向，以适当的力度进行按摩，或用手掌根部对患者的四肢进行圆周运动按摩，每次按摩可持续 20 分钟左右<sup>[3]</sup>。

(5) 患者在卧床休养期间可指导患者进行被动训练或屈伸锻炼，可防止静脉血栓、水肿发生，降低

患者疼痛加重的风险。加强患者的体位护理，可提高患者的舒适度。护理人员可在患者卧床期间，在其患肢下方放置软枕，促进静脉血液回流，有助于降低疼痛感。

在做好以上护理干预工作的同时，护理人员需要强调患者的心理、身体状态、营养状态等，要能强调做好积极的护理干预工作，要能关心患者，关注患者在日常护理干预工作中存在的具体问题，要做好饮食护理、用药指导、环境护理、康复训练等多项护理干预工作，以助力患者的康复治疗。

### 1.3 观察指标

在护理后，对两组患者的疼痛程度进行评估，比较疼痛改善情况。

收集两组患者的睡眠情况，对其睡眠质量进行评估，并比较患者的住院治疗时间。

统计患者护理后的各项生活质量评分情况。

### 1.4 统计学方法

本次研究通过使用 SPSS24.0 统计软件对数据进行录入和分析，若  $P < 0.05$  则数据差异有统计学意义。

## 2 结果

### 2.1 比较两组患者疼痛程度评分情况

研究组患者护理后的疼痛程度评分显著降低，护理干预效果显著，数值差距明显  $P < 0.05$ ，具体对比具体见表 1。

表 1: 两组患者疼痛程度评分情况对比 (分)

组别	例数	护理前	护理后
研究组	37	8.59 ± 1.19	3.84 ± 6.03
参照组	37	8.37 ± 1.15	5.26 ± 3.78
P	P>0.05	P>0.05	P<0.05

### 2.2 比较两组睡眠质量评分情况

根据数据结果显示，研究组护理人员在住院治疗期间的睡眠评分比参照组更好，其住院治疗时间更短，数据差异明显  $P < 0.05$ ，对比见表 2。

表 2: 两组睡眠质量评分情况对比 (分)

组别	例数	护理前睡眠质量 (分)	护理后睡眠质量 (分)	住院时间 (d)
研究组	37	12.38 ± 1.64	5.81 ± 1.06	12.83 ± 1.43
参照组	37	12.42 ± 1.09	8.72 ± 1.13	16.57 ± 2.64
P	P>0.05	P>0.05	P<0.05	P<0.05

### 2.3 比较两组生活质量评分情况

研究组患者在护理后的生活质量各项得分更高，

表 3: 两组生活质量评分情况对比 (分)

组别	例数	社会职能	心理功能	精神健康	躯体健康
研究组	37	76.79 ± 3.17	77.09 ± 2.79	79.02 ± 3.23	78.62 ± 4.26
参照组	37	65.74 ± 3.25	79.17 ± 2.35	67.83 ± 3.04	67.51 ± 4.64
P	P>0.05	P<0.05	P<0.05	P<0.05	P<0.05

与参照组比较数据差异明显 P<0.05, 对比见表 3。

### 3 讨论

脊柱疾病患者往往会经历疼痛、活动受限和神经功能损伤等问题, 这对患者的心理状态和生理健康都产生深远的影响。该类疾病患者出现疼痛是常见的一种症状表现, 但由于受到个体差异的影响, 患者对疼痛的感知度也有所不同。多数脊柱疾病, 需进行手术治疗, 会加重患者的疼痛程度, 给患者的机体恢复以及生活质量带来严重影响。随着临床对患者疼痛管理的不断深入研究, 通过对患者实施有效的疼痛管理, 可减轻疼痛对患者的折磨, 缓解疼痛, 改善患者的生活质量。

护理人员在对患者实施规范化疼痛管理, 需对其进行全面的评估, 了解患者具体疼痛部位、程度以及疼痛对患者生活、情绪、睡眠等产生的影响, 再结合医生、心理咨询师等多学科人员, 对患者的疼痛共同进行管理<sup>[4]</sup>。为患者制定个性化的疼痛管理方案, 包括药物、心理干预以及物理干预等方法。当医生对患者的疼痛程度和身体状况进行诊断后, 选择合适的止痛药物种类和剂量, 积极为患者使用止痛药物。护理人员可为患者提供按摩、物理治疗等非药物方法, 以帮助患者缓解疼痛。同时予以患者心理干预, 为其提供必要的心理支持, 帮助患者调整心态, 减轻疼痛给患者带来的心理压力。在进行心理干预的期间, 护理人员还对患者家属加强宣教, 让患者家属能够提高对疼痛管理的认识和重视程度, 让其共同参与到患者的疼痛管理中。另外, 在对患者进行规范化疼痛管理时, 更加注重对患者的持续监测和评估, 以便及时调整治疗方案, 让患者的疼痛得到有效控制, 还可起到预防复发的作用。

本次研究调查中, 护理人员积极对患者开展健康教育, 患者能够明白保持乐观态度对缓解疼痛、促进身体康复的重要性。通过呼吸训练能够增加患者身体的供氧量, 促进身体氧化应激反应, 调节神经递质, 来让患者的疼痛感受得到减轻<sup>[5]</sup>。在患者卧床期间注

重患者的体位舒适度, 通过对体位进行改变等方式, 能够提高患者的舒适度, 同时可有效缓解患者发生其他并发症, 加重患者的疼痛程度。数据显示, 研究组患者护理后的疼痛程度评分显著降低, 护理干预效果显著, 数值差距明显 P<0.05; 研究组护理人员在住院治疗期间的睡眠评分比参照组更好, 其住院治疗时间更短, 数据差异明显 P<0.05; 研究组患者在护理后的生活质量各项得分更高, 与参照组比较数据差异明显 P<0.05。可见在骨科脊柱疾病患者的治疗中采取规范化疼痛管理, 可规范护理人员对患者的疼痛护理工作, 针对患者的具体情况, 积极采取药物干预或非药物干预等多个方面让患者的疼痛程度能够降低。

总之, 在骨科脊柱疾病患者的护理干预中实施规范化的疼痛管理, 不仅可以显著降低患者的疼痛水平、提高他们的睡眠质量, 还可以明显改善患者的整体生活质量, 从而实现显著的护理效果, 可在临床治疗骨科脊柱疾病患者的护理工作中积极进行推广使用。

### 参考文献:

- [1] 徐海丽, 李海霞. 脊柱外科护理中应用优质护理对患者并发症与满意度的影响 [J]. 人人健康, 2022 (23):108-110.
- [2] 张慧, 潘亚娟, 顾兢兢等. 手术室护理结合术中神经电生理监测技术对脊柱不稳患者术后疼痛及并发症的影响 [J]. 武警后勤学院学报 (医学版), 2021, 30(11):50-52. DOI:10.16548/j.2095-3720. 2021.11.064.
- [3] 刘娟利. 体位护理干预对脊柱损伤患者并发症发生率及护理满意度的影响 [J]. 黑龙江中医药, 2021, 50 (05):257-258.
- [4] 刘芳芳, 夏平平. 规范化疼痛护理在骨科脊柱疾病患者中的应用研究 [J]. 心理月刊, 2020, 15(04):100. DOI:10.19738/j.cnki.psy.2020.04.075.
- [5] 夏坚祯, 区彩琼, 廖秋玲等. 规范化疼痛护理减轻骨科脊柱患者手术后疼痛的效果 [J]. 黑龙江中医药, 2019, 48(05):200-201.