

早期康复护理干预对腰椎间盘突出症术后恢复的效果分析

王 赞

(西安交通大学第一附属医院 陕西 西安 723000)

【摘要】目的: 本文对腰椎间盘突出症患者的康复效果展开研究, 分析早期护理的价值。方法: 2017年8月~2019年10月, 纳入我院腰椎间盘突出症患者共计94例, 以掷骰子法均分A、B两组; 前者施以早期康复展开护理, 后者有常规方式护理, 最终对满意度以及疼痛反应进行比较。结果: 比较满意度时发现, A组为%, B组为%, 差异有统计学意义, $P < 0.05$ 。其次对疼痛反应进行比较, A组治疗后更低, 差异有统计学意义, $P < 0.05$ 。结论: 对腰椎间盘突出症患者施以早期康复护理, 可提升护理满意率, 另外也能改善腰椎间盘突出症疼痛度, 有应用价值。

【关键词】早期康复护理干预; 腰椎间盘突出症; 疼痛度

【中图分类号】R473.6 **【文献标识码】**A

在当前社会中, 腰椎间盘突出症十分常见, 与我国居民的生活习惯有较大关系。通常在手术治疗过程中, 采取突出部位切除可缓解症状; 虽然治疗效果明显, 但在以往的案例中, 患者手术结束后往往需要经历较长的康复阶段, 因此对生活质量有较大影响^[1]。为了缩短康复期, 本文着重对早期康复护理干预展开研究, 评价其应用价值, 现报道如下。

1 资料与方法

1.1 一般资料

2017年8月~2019年10月, 纳入我院腰椎间盘突出症患者共计94例, 以掷骰子法均分A、B两组。A组男、女性人数分别为28例、19例, 最小年龄36, 最大为65岁, 平均(51.63±4.98)岁; B组男、女性人数分别为29例、18例, 最小年龄35, 最大为64岁, 平均(51.87±4.04)岁。比较性别、年龄无差异, $P > 0.05$, 有可比性。

1.2 方法

参照组采取常规护理干预。

研究组采取早期康复护理, 具体为: (1) 术后3天, 指导简单活动, 此活动以被动锻炼为主, 多由护理人员进行辅助, 例如抬腿、拉伸关节、下肢交替活动等, 过程中观察患者疼痛情况, 并逐渐开展抬腿训练。(2) 在3天到2周内, 注重患者柔韧性训练, 指导患者贴墙移动, 每次持续5分钟; 另外指导患者取仰卧位, 弯曲膝关节和髋关节。(3) 术后2周应当加强肌肉训练, 尤其以腰背肌肉训练为主, 要求患者用双肘将腰背支撑, 或者采取平板支撑的方式训练腰背肌肉。

1.3 观察指标

满意度指标分为满意、良好、一般、不满意。

比较两组患者的腰椎间盘突出水平, 评价方式采取腰痛评分表(M-JOA)和视觉模拟评分表(VAS)评定, 得分越高说明疼痛越明显。

1.4 统计学分析

以SPSS 20处理, 疼痛度以 $\bar{x} \pm s$ 表示, t检验, 满意度以 χ^2 检验, %表示。 $P < 0.05$ 时有统计学意义。

2 结果

2.1 护理满意率对比

比较满意度时发现, A组为%, B组为%, 差异有统计学意义, $P < 0.05$ 。见表1。

2.2 腰椎间盘突出疼痛水平对比

对疼痛反应进行比较, A组治疗后更低, 差异有统计学意义, $P < 0.05$ 。见表2。

表2 腰椎间盘突出疼痛水平对比 ($\bar{x} \pm s$, 分)

组别	n	VAS		M-JOA	
		护理前	护理后	护理前	护理后
研究组	47	6.41 ± 0.59	2.31 ± 0.34	23.15 ± 6.84	12.18 ± 4.64
参照组	47	6.52 ± 0.62	3.98 ± 0.29	23.36 ± 6.63	17.49 ± 5.79
T	\	0.881	25.619	0.151	4.906
P	\	0.380	0.000	0.880	0.000

3 讨论

对于腰椎间盘突出症患者, 手术治疗是一种见效较快的治疗方式, 但是为了缩短术后康复期, 必须采取专业的早期康复护理, 通过科学锻炼, 强化患者腰背肌肉, 改善椎间平衡, 及早恢复正常^[2]。

在此次研究中, 分别对患者的满意度和疼痛度进行比较, 数据有差异, $P < 0.05$ 。具体分析为: 早期康复护理第一阶段指导患者进行简单床上训练, 防止关节痉挛; 第二阶段锻炼患者柔韧性, 增加弯曲膝关节、髋关节等训练^[3]; 第三阶段加强腰背肌肉训练, 通过逐渐增大运动量, 帮助患者恢复腰背功能, 减轻疼痛感, 防止肌肉萎缩, 尽早康复, 回归社会, 提高预后质量^[4]。

综上, 对腰椎间盘突出症患者施以早期康复护理, 可提高护理满意率, 另外也能改善腰椎间盘突出症疼痛度, 值得推广。

参考文献:

- [1] 许国萍, 余群飞, 马姚静. 加速康复外科理念下腰椎间盘突出症患者延续性护理方案的改进与成效[J]. 中国实用护理杂志, 2018, 34(18):1384-1388.
- [2] 张岚, 田翠霞, 张苏娟. 综合性护理干预联合舒适性护理在经皮椎间孔镜治疗腰椎间盘突出症中的应用[J]. 检验医学与临床, 2017, 14(24):3668-3670.
- [3] 叶超群, 王崇伟, 赵广民, et al. 综合康复干预与手术治疗反复腰疼腰椎间盘突出症患者的疗效对比观察[J]. 中华物理医学与康复杂志, 2017, 39(7):524-528.
- [4] 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, 2016, 32(33):2579-2582.

作者简介:

王赞, 出生年月: 1985.01.24, 性别: 女, 职称: 护师, 学历: 本科。

表1 护理满意率对比 (χ^2 , %)

组别	n	满意	良好	一般	不满意	护理满意率
研究组	47	23 (48.93)	12 (25.53)	11 (23.40)	1 (2.12)	46 (97.87)
参照组	47	16 (34.04)	15 (31.91)	9 (19.14)	7 (14.89)	40 (85.10)
χ^2	\	2.147	0.467	0.254	4.918	4.918
P	\	0.142	0.494	0.614	0.026	0.026