

脊柱外科腰腿痛患者实施早期康复护理的应用效果

陈婷婷 黄升云^{通讯作者} 王欣 谢玉芝

中国人民解放军联勤保障部队第九〇一医院 230000

【摘要】目的：针对脊柱外科腰腿痛患者来说，采取早期康复护理措施，分析早期康复护理在脊柱外科腰腿痛患者中的应用效果。方法：我院选取2021年1月至2022年1月期间收治的200例脊柱外科腰腿痛患者为参考进行实验。将80例脊柱外科腰腿痛患者随机分配并均分为观察组和对照组两组，每组均为40例，对对照组实行常规护理模式，对观察组实行早期康复护理模式。观察并对比两组患者在实行护理模式后患者的疼痛度、患者及患者家属对护理的满意度和患者康复率。结果：观察组患者疼痛评分为60%（24/40），对照组患者疼痛评分为72.5%（29/40），差异有统计学意义；观察组患者及患者家属对护理的满意度为92.5%（37/40），对照组患者及患者家属对护理的满意度为87.5%（35/40），差异有统计学意义，观察组患者康复率为85%（34/40），对照组患者康复率为72.5%（29/40），经比较，两组数据均有统计学意义（ $P < 0.05$ ）。结论：对脊柱外科腰腿痛患者实行早期康复护理模式能够提高患者的护理质量和患者腰椎的灵活性、耐久性、稳定性，促进患者腰椎功能的恢复。

【关键词】早期康复护理；脊柱外科；腰腿痛

腰腿痛为临床常见疾病，因腰椎间盘突出症、腰肌劳损等引发疾病，可采用保守治疗、手术治疗，有效治疗疾病。早期康复护理为新型护理方案，通过有效、科学锻炼，促使康复时间缩短，提高治疗效果。研究指出，脊柱外科腰腿痛患者实施早期康复护理，有效缓解疼痛。本文将80例患者为对象进行研究，详细如下：

1 资料与方法

1.1 一般资料

我院选取2021年1月至2022年1月期间收治的80例脊柱外科腰腿痛患者为参考进行实验。将80例脊柱外科腰腿痛患者随机分配并均分为观察组和对照组两组，每组均为40例，其中观察组和对照组男女比例为1:1（男性20女性20），观察组患者年龄22至79岁，对照组患者年龄24至82岁。纳入标准：腰腿痛经常发作；服用镇痛药物一段时间后，效果仍不明显；依从性好；需固定治疗。排除标准：存在急慢性感染和免疫缺陷；认知障碍；心肺疾病严重。两组脊柱外科腰腿痛患者在性别上、年龄上和标准上均无统计学差异（ $P > 0.05$ ），具有可比性。

1.2 护理方法

1.2.1 对照组实行常规护理方法，主要有：①医护人员在患者入院后进行常规的宣教；②让患者了解脊柱外科腰腿痛疾病的知识；③为患者进行常规的康复训练。

1.2.2 观察组实行早期康复护理模式，在常规护理基础上还增添了以下护理。

①在患者入院时，医护人员热情接待患者，为其测量各项指标，做好原始记录，向患者介绍主治医师和相关的护士等，并告知患者入院后

需要注意哪些事项；②在手术前留取患者小样，清洁患者皮肤并告诫患者禁食（12h）禁饮（8h），术后保持患者处于正确的体位（平卧位，定时给予轴线翻身），时刻关注患者的病情发展并对患者的饮食进行指导；③评估感觉平面和动态肌力在脊椎外科检查中是最基本的一项，也是患者治疗及康复中较重要的。通常情况下，医生无法在手术中时刻关注患者的感觉平面和动态肌力，所以察觉不到患者感觉平面和动态肌力变化，一般都是由护士对患者进行检查。感觉平面和动态肌力可以掌握患者的病情，还可以准确的反映出患者的治疗效果。例如，结合患者的实际情况与康复计划，合理摆放体位，提高治疗依从性。指导患者的饮食，患者可多吃新鲜蔬菜水果与改善免疫力类食物；禁食刺激、海鲜、辛辣类食物，忌烟忌酒，告知患者家属正确饮食方法，由家属进行监督。指导患者养成良好的生活方式，辅助患者进行主动关节活动、被动关节活动，开展肌力训练，若患者伴随功能障碍，可采用感觉训练，结合患者实际情况确定训练量；随后可进行有氧训练，包括太极、慢走等，训练时间为每天半小时以上。

1.3 观察指标

制定调查表，并对两组患者采用问卷的方法施行调查，表中调查内容包含患者的疼痛程度、患者及患者家属对护理的满意度和患者康复率。整篇问卷则运用百分制进行统计，并按照80~100分为优、50~79分为良、小于50分为差三个范畴进行评分，对比两组患者在实行护理模式后患者的疼痛度、患者及患者家属对护理的满意度和患者康复率。疼痛评分 $\% = (\text{良} + \text{差}) / n$ ；护理满意度 $\% = (\text{优} + \text{良}) / n$ ；康复率 $\% = (\text{优} + \text{良}) / n$ 。

1.4 统计学方法

本次研究数据资料的分析、处理使用 EXCEL2019 进行录入，并采用 SPSS 26.0 进行处理，用 Diensl 等评分系统进行评分，两组两组外科腰腿痛患者疼痛程度、患者及患者家属对护理的满意度和患者康复率相关统计数据计数资料则以[n (%)]表示，采用卡方检验。若 P < 0.05，则数据

对比中，对比差异显著，研究具备统计学意义。

2 结果

2.1 观察组疼痛程度低于对照组，具体数据见表（1）。

表 1 观察组与对照组疼痛程度对比[n, (%)]

组别	n	优	良	差	疼痛值
观察组	40	40% (16/40)	47.5% (19/40)	12.5% (5/40)	60% (24/40)
对照组	40	27.5% (11/40)	52.5% (21/40)	20% (8/40)	72.5% (29/40)

2.2 比较两组患者的护理满意度

观察组护理满意度为 92.5% (37/40)，80 ~ 100 分中有 22 例、50 ~ 79 分中有 15 例、小于 50 分中有 3 例；对照组护理满意度为 87.5% (35/40)，80 ~ 100 分中有 18 例、50 ~ 79 分中有 17 例、小于 50 分中有 5 例，差异具有统计学意义 (P < 0.05)。

3 讨论

早期康复护理具有一定的合理性和科学性，其在常规护理上进行创新和改进，使患者实施更加有效的护理方法，并进行康复训练，提高患者的康复程度。综上所述，对脊柱手术腰腿痛患者实施早期康复护理模式，能够提高患者的护理质量以及患者腰椎的柔韧性、持久性和稳定性，缓解患者的疼痛，促进患者腰椎功能的恢复，值得临床推广。

参考文献：

[1] 庞瑞. 延续性康复护理对腰椎间盘突出症患者出院后腰腿痛及脊髓

神经功能的影响[J]. 当代护士 (下旬刊), 2021, 28 (11): 85-87. DOI: 10.19791/j.cnki.1006-6411.2021.31.028.

[2] 丁艳, 张秋菊, 金丹丹, 白兰英. 康复护理在中老年颈肩腰腿痛中的临床应用效果[J]. 黑龙江中医药, 2021, 50 (01): 203-204.

[3] 杨世香. 早期康复护理在脊柱外科腰腿痛患者中的应用效果分析与探讨[J]. 人人健康, 2020 (14): 375.

[4] 王珊, 黄巧萍, 黄雪梅. 早期康复护理在提高脊柱外科腰腿痛患者护理质量中的应用价值[J]. 国际护理学杂志, 2019 (15): 2360-2362.

[5] 梁文英, 陈淑华. 早期康复护理在脊柱外科腰腿痛患者中的应用效果[J]. 中国当代医药, 2019, 26 (19): 238-240.

[6] 王胜娜. 早期康复护理对脊柱外科腰腿痛患者护理质量的影响分析[J]. 中国全科医学, 2017, 20 (S2): 304-305.