

个体针对性护理应用于腰间盘突出治疗的效果研究

宣 露

安徽省滁州市第一人民医院 安徽滁州 239000

【摘要】目的：分析个体针对性护理对腰间盘突出(LDH)治疗的作用。方法：选取2022年6月~2023年5月收治的腰间盘突出患者80例，其中个体针对性护理40例设为A组，常规护理40例设为B组，比较功能状态、治疗恢复情况、护理有效率、患者满意度。结果：功能状态比较，A组功能障碍较轻，B组功能障碍较重，组间差异显著($P < 0.05$)；治疗恢复情况比较，A组住院时间为(9.73±1.98)d，住院费用(4753.72±40.25)元，B组住院时间为(14.25±2.02)d，住院费用(6487.05±37.19)元，组间差异显著($P < 0.05$)；护理有效率比较，A组总有效率为97.50%，B组为72.50%，A组总有效率高于B组，组间差异显著($P < 0.05$)；患者满意度比较，A组满意度为100.00%，B组满意度为85.00%，组间差异显著($P < 0.05$)。结论：腰间盘突出治疗中同步开展个体针对性护理，有利于缓解腰椎功能障碍，促进患者恢复，节约住院费用，提高护理有效率和患者满意度，应用价值较高。

【关键词】腰间盘突出；个体针对性护理；腰椎功能；满意度

Study on the effect of individual targeted nursing in the treatment of lumbar disc herniation

Xuan Lu

The First People's Hospital of Chuzhou, Anhui Province, Chuzhou 239000

[Abstract]Objective: To analyze the effect of individual targeted nursing on lumbar disc herniation (LDH). Methods: A total of 80 patients with lumbar disc herniation admitted from June 2022 to May 2023 were selected, including 40 cases of individual targeted care as group A and 40 cases of routine care as group B. The functional status, treatment recovery, nursing efficiency and patient satisfaction were compared. Results: Compared with the functional status, the dysfunction in group A was mild, and the dysfunction in group B was severe, and the difference between groups was significant ($P < 0.05$). Compared with the treatment and recovery, the duration of hospitalization in group A was (9.73±1.98) d, and the cost of hospitalization was (4753.72±40.25) yuan, and the duration of hospitalization in group B was (14.25±2.02) d, and the cost of hospitalization was (6487.05±37.19) yuan, with significant difference between groups ($P < 0.05$). The total effective rate of group A was 97.50% and that of group B was 72.50%. The total effective rate of group A was higher than that of group B, and the difference between groups was significant ($P < 0.05$). The satisfaction of patients was 100.00% in group A and 85.00% in group B, and the difference between groups was significant ($P < 0.05$). Conclusion: Simultaneous individual targeted nursing in the treatment of lumbar disc herniation is beneficial to alleviate lumbar dysfunction, promote patient recovery, save hospital costs, improve nursing efficiency and patient satisfaction, and has high application value.

[Key words] Lumbar disc herniation; Individual targeted nursing; Lumbar spine function; satisfaction

前言

腰间盘突出(Lumbar disc herniation, 简称LDH)是常见骨科疾病, 主要发病人群为青中年人群, 男性发病率较高^[1]。腰间盘突出症主要症状是坐骨神经痛、马尾综合征以及腰痛等, 疼痛导致患者行动能力和日常活动能力受到不良影响, 生活质量降低。保守治疗是腰间盘突出症主要治疗方法, 通过规范治疗可减轻病情, 部分患者治疗后痊愈。腰间盘突出症病程较长, 在治疗同时实施科学干预对促进患者康复具有重要意义^[2]。常规护理模式对腰间盘突出症患者护理作用存在局限性, 个体针对性护理基于患者具体病情和个性化护理需求设计护理方案, 从而为患者提供具有针对性的护理支持。本文从2022年6月~2023年5月腰间盘突出患者中选取80例, 说明个体针对性护理方案, 评估应用效果。

1 资料与方法

1.1 一般资料

选取2022年6月~2023年5月80例腰间盘突出患者, A组40例采用个体针对性护理模式, 性别:男/女=32/8, 年龄(20~51)岁, 平均(42.42±3.76)岁; 病程(1.5~9.0)年, 平均(4.11±1.30)年。B组40例采用常规护理模式, 性别:男/女=31/9, 年龄(21~50)岁, 平均(42.46±3.72)岁; 病程(2.0~8.5)年, 平均(4.07±1.28)年。资料可予分析($P > 0.05$)。

1.2 纳入、排除标准

纳入标准:(1)X线片、CT检查确诊为腰间盘突出症;(2)精神、

智力正常;(3)沟通能力正常;(4)免疫系统正常。

排除标准:(1)认知功能障碍;(2)资料不全;(3)合并传染病;(4)妊娠哺乳期;(5)骨质疏松。

1.3 方法

B组常规护理:全部患者实施规范腰间盘突出治疗, 针对患者进行止痛治疗, 脱水消肿, 以及营养神经用药和抗感染治疗。遵医嘱用药指导, 配合治疗进行饮食和康复训练、日常健康管理。

A组基于B组行个体针对性护理:(1)个体健康管理:构建完善档案库, 调查患者病史、治疗史、饮食运动习惯、治疗禁忌和日常生活习惯等, 分析个性化问题。(2)个案评估:评估患者健康知识水平、心理状态和健康管理意识, 针对个性化问题设计管理方案。(3)个性化健康宣教:策略性沟通了解患者顾虑, 解答问题, 帮助患者正确认知腰间盘突出症, 形成健康生活习惯, 对腰间盘突出症进行长期管理, 有效防控病情。针对性宣教, 指导患者科学运动、饮食和用药, 向患者说明腰间盘突出症健康管理禁忌。(4)个性化心理疏导:完善环境管理, 提高环境舒适度, 保证病房安静、清洁、舒适, 策略性心理疏导, 促进患者适应治疗环境, 与医护人员构建信任, 促进患者配合, 减轻患者焦虑情绪。指导患者积极应对疾病。(5)针对性康复训练:分析患者病情, 针对性手法按摩, 通过穴位按摩疏通局部血液瘀滞, 有效疏通经络, 改善血液循环。疼痛缓解后指导患者适时适量活动。在医师指导下背伸训练, 方法为患者俯卧, 双下肢伸直, 双臂置于身侧, 做抬头动作, 同时躯体向

后, 3组/d, 20次/组。腰背肌肉训练, 后伸头部, 同时向后伸展双下肢, 50次/组, 8组/d。评估患者恢复情况, 针对性行走训练, 训练时间持续10 min/次。(6) 培养健康生活习惯: 指导患者保持正确坐姿、站姿, 应用人力学原理预防二次损伤, 训练前热身运动, 指导科学运动。饮食方面保证营养物质、高纤维摄入, 多食新鲜蔬果、优质蛋白, 减少辛辣、油腻饮食, 日常保证充分休息, 避免劳累。

1.4 观察指标

功能状态: 干预前后评估 ODI 评分, 即《Oswestry 功能障碍指数》。ODI 主要评估日常活动能力、疼痛, 以及患者坐、站立、行走、提物、睡眠、社会活动以及旅行受到腰椎疾病的不良影响, 每分(0-5)分, 共(0-45)分。ODI 评分=各项实际评分之和 \div 40 \times 100.00%。ODI 评分与功能障碍呈正相关。

护理有效率: (1) 显效: 椎间隙压痛、下肢疼痛显著减轻, 脊柱活动能力无显著异常, 直腿抬高 $\leq 80^\circ$, 腰椎疾病基本不影响日常活动; (2) 有效: 行走无显著异常, 疼痛明显减轻, 直腿抬高 $< 70^\circ$; (3) 无效: 无上述改善。护理总有效率=[(1)+(2)] \div 40 \times 100.00%。

治疗恢复情况: 统计住院时间、住院费用。

患者满意度: 医院自制 100 分问卷 (Cronbach's α 系数 0.91, 信度 0.90), 患者出院前填写。(1) 评分 > 90 分, 非常满意; (2) (81-90) 分, 比较满意; (3) (71-80) 分, 一般; (4) (0-70) 分, 不满意。满意度=[(1)+(2)] \div (本组 n) \times 100.00%。

1.5 统计学方法

以 SPSS 24.0 分析腰间盘突出病例数据, 计量资料 (功能状态、治疗恢复情况) 以“均数 \pm 标准差 ($\bar{x} \pm s$)”表示, t 检验, 计数资料 (护理有效率、患者满意度) 以率 (%) 表示, χ^2 检验, $P < 0.05$ 差异有统计学意义。

2 结果

2.1 功能状态

干预前, 两组 ODI 评分相近 ($P > 0.05$); 干预后, A 组 ODI 评分 $<$ B 组, 差异有统计学意义 ($P < 0.05$)。

2.2 治疗恢复情况

A 组住院时间 $<$ B 组, A 组住院费用 $<$ B 组, 差异有统计学意义 ($P < 0.05$)。2.3 护理有效率

A 组总有效率 (97.50%) $>$ B 组 (72.50%), A 组显效率 (75.00%) $>$ B 组 (32.50%), 组间差异显著 ($P < 0.05$)。

2.4 患者满意度

A 组满意度 (100.00%) $>$ B 组 (85.00%), 组间差异显著 ($P < 0.05$); A 组差评率 (0.00%) $<$ B 组 (5.00%), 组间差异显著 ($P < 0.05$)。

3 讨论

腰椎间盘突出症属于高发性脊柱外科疾病, 与日常生活习惯不良密切相关。现代人群生活压力较大, 学习、工作长期不良坐姿, 运动量不足, 提高了腰椎间盘突出症发病率^[1]。腰椎间盘突出症患者主要集中于 (20-50) 人群, 男性患者占比较高。近年来, 腰椎间盘突出症发病年龄渐趋年轻化。腰椎间盘突出退行性变、腰椎髓核流出导致脊髓神经受到压迫以及纤维环破裂等因素是诱发腰椎间盘突出症的直接原因。腰椎间盘突出症导致患者学习、生活受到影响, 身心压力较大, 生活质量较低。腰椎间盘突出症治疗方法是用药和手术治疗, 因为治疗周期较长, 病情缓解较慢, 患者较易出现负面情绪、治疗积极性减弱, 依从性降低, 影响顺利康复^[4]。个体针对性护理基于个案情况针对性运动训练和康复管理, 促进患者预后, 患者反馈较好。

本次研究中, 功能状态显示, A 组 ODI 评分显著降低, 表明 A 组功

能障碍显著减轻。个体化针对性护理强调根据患者个案情况予以针对性干预, 通过个性化功能恢复训练、健康管理, 促进患者预后。

治疗恢复情况显示, 住院时间比较, A 组时间低于 B 组, 住院费用比较, A 组住院费用低于 B 组。A 组在个体针对性干预后较快恢复, 一方面促进患者快速康复, 另一方面减少了治疗费用, 对降低患者经济压力、节约医疗资源具有积极意义。

护理有效率显示, A 组显效率、总有效率分别为 97.50%、75.00%, B 组显效率为 32.50%, B 组显效率为 72.50%。A 组通过针对性护理和个体干预, 显著改善了患者功能障碍, 护理效果比较符合临床干预预期。

患者满意度显示, A 组差评率为 0.00%, 满意度为 100.00%, B 组差评率为 5.00%, 满意度为 85.00%。该结果表明, A 组患者对本组护理比较满意, 无差评, B 组与之相比满意度较低。

腰椎间盘突出症严重影响患者日常生活。在临床治疗中, 虽然可采用手术联合用药治疗方法促进疾病恢复, 但是手术具有创伤性, 较易损伤脊椎后柱, 影响患者活动能力, 引起严重疼痛。针对此类患者必须加强术后护理, 根据患者治疗和恢复需求提供个性化支持, 从而促进患者预后。常规护理方法对腰椎间盘突出症康复作用有限, 效果低于护理预期。个体针对性护理以常规护理为基础进行护理升级, 护理效果显著提升。

个体针对性干预对患者加强心理干预与针对性康复指导, 理解患者回归正常生活的迫切心情, 针对性心理疏导, 稳定患者情绪, 促进患者心理健康, 使患者对疾病治疗长期保持耐心, 持续规范治疗, 通过此种方法有效缓解焦虑, 降低治疗负面影响。针对非手术治疗患者, 制定科学康复计划, 循序渐进进行康复训练, 逐渐恢复腰椎功能。个体针对性护理对患者运动功能恢复具有积极意义, 可促进患者病情快速缓解, 加速患者康复。

本次研究中, 针对两组患者分别实施常规护理干预和个体针对性干预, 护理效果观察显示, 个体针对性干预全面实施心理干预与针对性康复训练、个性化健康教育, 通过应用此种护理模式, 有效减轻患者治疗期间焦虑、抑郁等负面情绪, 减轻患者恐慌, 稳定患者情绪, 同时增强治疗和应对信心。

个体针对性护理后, 患者心理状态较好, 对治疗接受度较高, 可更积极配合医护活动, 对治疗顺利进行具有显著积极作用。针对性康复训练针对不同患者设计个性化治疗和护理方案, 科学训练患者肌肉力量与肢体支撑能力, 加速患者活动能力恢复, 促进患者快速恢复行动能力, 提高腰椎稳定性, 良好恢复自理能力。个性化健康教育指导患者养成良好训练习惯, 持续科学运动, 避免二次伤害。针对患者健康饮食, 明确饮食禁忌, 促进全面健康管理。

综上所述, 针对腰间盘突出患者实施保守治疗, 以及进行个体针对性干预, 通过临床治疗干预, 可有效恢复腰椎功能, 解除功能障碍, 缩短患者住院治疗时间、降低治疗费用, 改善护理效果, 提高患者满意度, 临床效果显著。

参考文献:

- [1] 颜娟萍, 杨丽香. 针对性护理在射频消融术治疗腰间盘突出症患者中的应用效果[J]. 微创医学, 2023, 18 (02): 272-275.
- [2] 张静. 个体针对性护理措施应用于腰间盘突出患者的临床效果观察[J]. 世界最新医学信息文摘, 2019, 19 (64): 289+292.
- [3] 张维娜, 冷梅, 韩鹏远, 等. 针对性护理干预对椎间孔镜下腰椎间盘髓核摘除术围术期效果影响的研究[J]. 农垦医学, 2020, 42 (04): 353-355.
- [4] 欧阳洁. 腰间盘突出髓核摘除手术患者术后并发脑脊液漏的发病病症以及护理实施方法[J]. 中国社区医师, 2021, 37 (15): 141-142.