

# 基于康复前移理念的护理干预对 LDH 手术患者腰椎功能的改善评价

粟莉 曾甜 田薇\*

华中科技大学同济医学院附属同济医院 湖北武汉 430000

**【摘要】**目的 分析基于康复前移理念的护理干预对腰椎间盘突出(LDH)手术患者腰椎功能的改善效果。方法 筛选本院在2021年2月-2022年3月收治的LDH手术治疗的患者,共100例,以随机抽签分组,各50例。对照组采取常规手术护理,观察组,在对照组基础上,采取基于康复前移理念的护理干预。对比干预效果。结果 观察组术后首次下床时间、胃肠功能恢复时间较对照组早,患者住院时间短于对照组( $P<0.05$ );观察组干预后VAS评分低于对照组,JOA评分高于对照组( $P<0.05$ );观察组术后并发症发生率低于对照组( $P<0.05$ )。结论 基于康复前移理念的护理干预,对LDH患者术后康复及腰椎功能的改善效果显著,极大的缩短了患者术后下床及进食时间,缩短了患者住院时间,可降低术后并发症发生风险。

**【关键词】**LDH;手术;康复前移理念

腰椎间盘突出症(LDH)是一种以椎间盘变形、纤维环断裂等为病理因素所致的一种严重危害人类健康的骨科疾患,其发病过程中往往伴随着严重的腰、腿疼痛、肢体麻木、行走困难等症状<sup>[1]</sup>。手术是治疗LDH的有效手段,利于患者疼痛感等症状的改善,促使患者腰椎功能恢复。但手术后患者需要一定的时间恢复,此时,对其开展康复治疗是非常有必要的<sup>[2-3]</sup>。康复前移理念,就是将患者功能康复训练提前至治疗之初并贯穿于全过程中的一种锻炼方法<sup>[4]</sup>。本次研究,主要分析康复前移理念指导的护理干预对LDH手术治疗患者的影响。现报道如下。

## 1 资料与方法

### 1.1 一般资料

筛选本院在2021年2月-2022年3月收治的LDH手术治疗患者,共100例,以随机抽签分组,各50例。对照组,男女比29:21,年龄28-65岁,平均 $(40.5 \pm 4.8)$ 岁;观察组,男女比30:20,年龄26-63岁,平均 $(41.3 \pm 5.2)$ 岁。纳入标准:均经影像学检查确诊LDH;手术治疗;患者及家属知情同意;排除标准:合并其他严重器质性疾病者;手术禁忌者;认知、精神异常者。分组资料对比,差异无统计学意义( $P>0.05$ )。

### 1.2 方法

对照组:采取常规护理。按常规进行入院指导,指导患者完成术前检查。对患者进行术后饮食、锻炼及生活习惯等健康教育。指导患者多下床运动,以促进腰椎功能恢复。

观察组:采取常规护理基础上的基于康复前移理念的护理干预:①理论指导前移,并将其应用于临床实践中。对患者进行心理健康教育,提高患者对康复前移理念的认识,帮助其了解更多的内容及意义,使其

积极配合临床护理。并由骨科、康复科和专业护士对患者及其家属开展相关的健康教育。②心理康复前移。目的是减轻患者手术后出现的不适感,提高患者康复训练的自信和遵医行为。患者在手术前,接受2次个性化心理培训,每次30分钟。麻醉苏醒后,让患者及家人一起观看患者在卧床期间需要开展的肢体及腰部肌肉运动训练视频;由心理咨询师讲解情绪及失眠的处理方法,指导患者进行静心及松弛练习;对手术过程中出现的问题进行分析,并给予身心上的支持。③运动功能锻炼前移。目的通过对患者进行功能锻炼和生活方式等方面的监督及指导,帮助患者尽早康复。在护理人员及医师的协助下,对患者进行了康复治疗:采用直腿抬高训练,防止术后出现神经根粘连;在苏醒后,可做足踝泵式运动,以防止下肢深静脉血栓,每天3个,每次20个;进行四头肌等长训练;按照阶梯式功能性训练方法,逐步从被动抬腿向主动抬腿过渡;责任护士建立一个微信群,为患者提供关于康复训练的咨询;鼓励患者坚持进行核心肌肉群的康复训练,并对其进行日常生活和训练方面的引导;通过对健康知识的宣传,加强对患者康复训练认知水平的提升。④手法治疗前移。目的是为了缓解患者的痛苦和不适。患者住院后立即进行手法治疗,每天1次,3天为一疗程;手术结束后,按常规手法继续按摩,进行出院后随访。

### 1.3 观察指标

(1)统计术后恢复时间,包括首次下床活动时间、胃肠功能恢复时间及住院时间;(2)评估术后疼痛及腰椎功能,疼痛以数字模拟评分(VAS)评估,评分与疼痛呈正比;腰椎功能以日本矫形外科协会腰椎治疗评分(JOA)评估,评分与功能呈正比;(3)统计术后并发症,包括便秘、深

静脉血栓及压疮、椎间隙感染。

#### 1.4 统计学分析

以 SPSS 22.0 软件对比数据。(  $\bar{x} \pm s$  ) 为计量方式, 检验值为  $t$ ;  $n$  (%) 为计数方式, 以  $\chi^2$  检验。  $P < 0.05$ , 对比有统计学差异。

## 2 结果

### 2.1 术后恢复时间对比

观察组术后恢复时间较对照组短 ( $P < 0.05$ )。见表 1。

表 1 术后恢复时间对比 (  $\bar{x} \pm s$ , d )

组别	例数	首次下床活动时间	胃肠功能恢复时间	住院时间
观察组	50	1.9 ± 0.8	2.5 ± 1.0	6.8 ± 1.4
对照组	50	2.5 ± 0.9	3.4 ± 1.3	7.7 ± 1.6
$t$		3.523	3.880	2.993
$P$		0.001	0.000	0.004

### 2.2 术后疼痛及腰椎功能对比

干预前, 疼痛及腰椎功能差异不显著 ( $P > 0.05$ ); 干预后, 观察组 VAS 评分低于对照组, JOA 评分高于对照组 ( $P < 0.05$ )。见表 2。

表 2 术后疼痛及腰椎功能对比 (  $\bar{x} \pm s$ , 分 )

组别	例数	VAS 评分		JOA 评分	
		干预前	干预后	干预前	干预后
观察组	50	6.8 ± 1.0	1.7 ± 0.8	15.6 ± 2.2	26.9 ± 3.7
对照组	50	6.6 ± 1.2	2.2 ± 0.9	15.8 ± 2.4	21.5 ± 3.2
$t$		0.905	2.936	0.434	7.806
$P$		0.368	0.004	0.665	0.000

### 2.3 术后并发症对比

观察组并发症发生率低于对照组 ( $P < 0.05$ )。见表 3。

表 3 术后并发症对比 [  $n$  (%) ]

组别	例数	便秘	深静脉血栓	压疮	椎间隙感染	总发生
观察组	50	1	0	0	0	1 (2.0)
对照组	50	3	1	2	1	7 (14.0)
$\chi^2$						4.891
$P$						0.027

## 3 讨论

LDH 患者采取手术治疗期间, 结合护理干预, 将提升手术效果。康复前移理念是将所有的康复护理措施前移到患者治疗前开展的措施, 能够积极主动的观察患者康复中存在的问题, 促使个体康复效果得到提升, 满足患者功能康复、恢复社会, 提升生活质量的需求<sup>[5]</sup>。

以康复前移理念为指导的护理干预, 通过让患者及其家人尽早地认识到康复的内容, 促使患者积极参与训练, 缩短其康复时间<sup>[6-7]</sup>。本次研

究对 LDH 手术患者开展康复前移理念指导的护理, 发现从患者术后康复时间上看, 有明显缩短; 从疼痛及腰椎功能的改善上, 也较为明显。另外, 患者术后并发症发生率也相对较低。这是由于: ①将理论训练前移, 住院以后, 对患者进行详细的康复前移理念介绍, 让他们认识到康复训练的重要意义, 能在术后主动进行运动锻炼。②将心理训练前移, 术后及术后痛苦等压力来源的持续性刺激可导致恐惧、焦虑等情绪的产生, 对患者的恢复不利。在患者醒来之后, 让患者看一些有关的录像, 护士指导其如何控制自己的情绪, 这样可以使患者更加安心。对患者在功能训练过程中遇到的问题进行分析, 提供帮助和指引, 也有利于提高他们的康复信心<sup>[8]</sup>。③运动锻炼前移: LDH 患者术前疼痛较强烈, 但手术前做运动则不会加剧疼痛, 因此, 将康复训练前移到不会引起患者疼痛, 还可以帮助患者减少对康复训练恐惧, 从而更好地遵从手术治疗。通过微信群为患者解答问题, 给予适时的辅导, 可强化他们对病情及康复训练的认识, 并积极开展相关训练。④将手法疗法前移: 在患者住院的第一时间给予手法按摩, 并在手术后持续进行, 可使患者的疼痛得到最大程度的减轻。

综上所述, 基于康复前移理念的护理指导, 对 LDH 患者术后康复, 疼痛及腰椎功能的恢复, 对降低术后并发症发生风险的效果显著。

### 参考文献:

- [1] 陈廷廷, 张艳. 康复前移理念对喉癌行水平半喉切除术后患者的吞咽康复训练效果的影响[J]. 贵州医药, 2023, 47 (12): 1973-1974.
- [2] 刘华, 张超, 王萌菲. 康复前移理念指导下的吞咽康复训练对声门型喉癌患者吞咽功能、误吸风险及进食安全性的影响[J]. 辽宁医学杂志, 2023, 37 (06): 103-105.
- [3] 彭飞, 唐莉, 陈妹新. 延续性康复护理模式对腰椎间盘突出症患者的影响[J]. 齐鲁护理杂志, 2023, 29 (22): 24-26.
- [4] 于文静, 张俊娟, 杨飒, 蒋秋焕, 卢颖, 苗晓慧, 张红梅. 基于康复前移理念的护理干预在 LDH 手术患者中的应用[J]. 临床医学工程, 2023, 30 (7): 991-992.
- [5] 郑丽欢, 张立群, 许振威. 中药熏蒸联合常规康复治疗颈椎间盘突出临床观察[J]. 实用中医药杂志, 2023, 39 (11): 2266-2268.
- [6] 王玲, 徐维, 熊惠芬. 快速康复外科护理在脊柱微创下治疗腰椎间盘突出症患者术后康复中的效果[J]. 医学理论与实践, 2024, 37 (2): 333-336.
- [7] 赫子懿, 黄卫东, 赵玉倩, 刘玉锦. 基于康复前移理念的护理干预在膝关节置换术患者中的应用研究[J]. 吉林医学, 2021, 42 (4): 1019-1021.
- [8] 苏慧汁, 李文涵. 腰椎间盘突出症术后心理干预联合康复锻炼的效果分析[J]. 河南外科学杂志, 2023, 29 (6): 132-134.