

疼痛护理对类风湿关节炎患者的价值研究

代露霞

秀山土家族苗族自治县人民医院 重庆 409900

摘要: **目的:** 探讨分析疼痛护理对类风湿关节炎患者临床护理中的临床效果及价值。**方法:** 选择我院自2020年7月—2021年9月期间收治的128例确诊患有类风湿关节炎患者作为此次研究对象。按照随机分配方式将患者进行分组,分别为观察组64例实施疼痛护理,对照组64例实施常规护理。根据两组患者不同护理方式护理后得出数据进行统计分析,对比两组患者疼痛情况、生活质量、心理情绪变化状态及护理满意度。**结果:** 经过护理后,两组患者疼痛感、生活质量及心理负面情绪均有明显改善。其中,观察组疼痛情况相较对照组明显改善较好,且更高($P<0.05$)。观察组生活质量有明显提升,相比对照组情况效果较好($P<0.05$)。观察组心理负面情绪变化改善情况对比对照组情况较具体,其分值相对较低($P<0.05$)。此外,对照组护理满意度与观察组比较,相对较低,差异存在统计学意义($P<0.05$)。**结论:** 通过研究表明,针对类风湿关节炎患者实施疼痛护理的临床效果比较理想,能有效对患者病情进行针对性护理,有效帮助患者缓解疼痛感,促进患者正向情绪发展,提高其治疗护理依从性,促进预后功能提高,具有较好的护理作用及实施价值,值得推广运用。

关键词: 疼痛护理; 类风湿关节炎; 临床护理; 效果分析; 价值研究

A Study on the Value of Pain Care for Patients with Rheumatoid Arthritis

Luxia Dai

Xiushan Tujia and Miao Autonomous County People's Hospital Chongqing 409900

Abstract: **Objective:** To explore and analyze the clinical effect and value of pain nursing in clinical nursing of patients with rheumatoid arthritis. **Methods:** A total of 128 patients diagnosed with rheumatoid arthritis admitted to our hospital from July 2020 to September 2021 were selected as the research subjects. The patients were divided into groups according to random allocation, and 64 cases in the observation group were given pain care, and 64 cases in the control group were given routine care. According to the data obtained after different nursing methods of the two groups of patients for statistical analysis, the pain conditions, quality of life, psychological and emotional changes, and nursing satisfaction of the two groups of patients were compared. **Results:** After nursing, the pain, quality of life and psychological negative emotions of the two groups of patients were significantly improved. Among them, the pain in the observation group was significantly improved and higher than that in the control group ($P<0.05$). The quality of life in the observation group was significantly improved, which was better than that in the control group ($P<0.05$). The improvement of psychological negative emotions in the observation group was more specific than that in the control group, and its score was relatively lower ($P<0.05$). In addition, the nursing satisfaction of the control group was relatively lower than that of the observation group, and the difference was statistically significant ($P<0.05$). **Conclusion:** The research shows that the clinical effect of pain nursing for patients with rheumatoid arthritis is ideal, it can effectively provide targeted nursing for the patient's condition, effectively help patients relieve pain, promote the positive emotional development of patients, and improve their compliance with treatment and nursing. It has good nursing effect and implementation value, and is worthy of popularization and application.

Keywords: Pain nursing; Rheumatoid arthritis; Clinical nursing; Effect analysis; Research value

类风湿关节炎是常见的慢性、高致残性自身免疫疾病,长期以来一直被认为是“不死的癌症”,特点为关节滑膜炎、血管翳形的慢性炎症,常见临床表现为关节僵直、肿胀、疼痛,随疾病进展会引起关节的软骨及骨组织的破坏,最终导致关节畸形及活动能力障碍^[1]。在中国,类风湿关节炎的患病率已按年复合增长率0.6%,由2015年的5.8百万例增至2019年的5.9百万例,并预期将继续按年复合增长率0.7%由2020年的6.0百万例增至2024年的6.1百万例。报告显

示,RA的预后与病程、关节破坏情况和启动抗风湿药物治疗的时机密切相关,并强调早期诊断、早期治疗是阻断或延缓关节结构破坏、阻止关节发生畸形与残疾、改善预后的根本措施,从而预防不可逆的残疾的发生^[2]。本文旨在探究分析针对类风湿关节炎患者实施疼痛护理的临床效果及价值。研究具体如下:

1 资料与方法

1.1 对象

选择我院自 2020 年 7 月—2021 年 9 月期间收治的 128 例确诊患有类风湿关节炎患者作为此次研究对象。按照随机分配方式将患者进行分组, 分别为观察组 64 例实施疼痛护理, 对照组 64 例实施常规护理。其中观察组 64 例, 男性 32 例, 女性 32 例, 年龄 35~68 周岁, 平均 (47.18±4.32) 岁; 对照组 64 例, 男性 24 例, 女性 40 例, 年龄 32~65 周岁, 平均 (43.79±4.71) 岁。两组患者一般资料对比, 不具备统计学意义 ($P>0.05$)。为确保此次研究具有参考价值, 已排除: (1) 精神障碍者; (2) 患有严重、急慢性其他病症; (3) 药物、食材严重过敏史; (4) 资料不全及家属不同意者。本研究参与者均自愿, 患者与家属已签署知情同意书, 并且征得我院伦理委员会同意。

1.2 方法

参与本次研究患者均使用常规护理, 其中观察组在常规护理基础上实行疼痛护理。除此之外, 根据本次研究特殊性, 两组患者分区且不接触。具体护理方法如下:

1.2.1 常规护理

对照组采用常规护理干预, 仅提供基础护理以及适当心理疏导服务工作, 同时关注并详细记录其病情变化情况, 并叮嘱其用眼方式、饮食、用药及运动量。

1.2.2 疼痛护理

针对观察组护理前, 首先应组建具备疼痛护理专业知识的团队, 并针对团队内所有护理成员定期培训及实操考核, 通过加深护理措施及专业护理知识要点, 能有效提高护理人员对疼痛护理知识的了解掌握程度, 同时在护理类风湿关节炎患者时能起到有效护理作用。护理具体措施如下:

(1) 疼痛评估: 对患者进行日常症状监测, 对病症变化做出相应疼痛等级评估。通过对患者进行疼痛等级评估能有效帮助其制定有针对性的护理措施, 并且能够及时应对患者病症突发状况, 做到高效快捷处理。

(2) 健康宣教: 由于不同的患者及家属存在不同的文化水平差异, 同时大部分患者及家属对类风湿关节炎的相关知识了解度不足, 因此对病症发作关注度相对较低, 当疼痛发作时亦不能正确处理。通过利用书面、宣传页、视频播放或组建健康小组等多种方式, 为患者及家属提供全面地了解类风湿关节相关知识的途径及方法, 能有效提高患者及家属对其病症的重视程度及疼痛护理的注意事项关注度。与此同时, 在宣教过程中对患者各项症状进行详细记录, 并制定具有针对性的护理方案, 能有效提高护理效率, 加强患者及家属对医护人员信任度, 起到良好的护理治疗催化作用。

(3) 习惯护理: 针对类风湿关节炎患者后期恢复治疗护理, 通常实施药物治疗, 因此需要对患者实施规范化的药物护理管理。将患者服药方法、服药时间、用药注意事项及患者服药习惯进行整合, 指导并协助患者正确服药。在此期间应密切关注患者服药动向, 若出现不良药物反应, 方便及时进行处理且有效调整治疗护理方案。此外, 在对患者进行药物护理过程中, 应帮助患者改变不良饮食习惯, 并为患者提供食谱作日常饮食参考, 其中主要食物类型为低糖低脂, 高纤维, 含钙量高及富含维生素及有益性微量元素的水果、蔬菜、肉禽蛋及易吸收类, 以此提高患者自身免疫力, 帮助神经元修复。同时, 叮嘱患者家属督促患者饮食, 尽量少食多餐, 切勿暴饮暴食, 避免患者长期或大量食用生冷辛辣、高糖高脂高盐类、咖啡、柑橘、奶制品及红色肉类等食物, 避免出现糖代谢障碍, 血糖增高风险, 防止并发症严重及病症发生率提高。

(4) 心理护理: 普遍类风湿患者对自身病症情况均抱有较大负面情绪, 导致其治疗护理依从性较低, 尤其病症导致疼痛感加剧时, 因此针对其实施心理护理干预具有强烈必要性。对病区病房环境实施每日清洁消毒其保持安静, 条件允许可适当摆放花草类植物。环境的改变能有效帮助类风湿关节炎患者在治疗护理期间保持良好的心态, 平复负面情绪, 放松其紧张状态, 有效提高其治疗护理依从性。应根据患者疼痛评估情况实施具体的心理疏导服务, 此法需融入患者日常治疗护理过程中同时要求护理人员具有较好的沟通能力, 以防止患者在沟通其病症时较敏感, 增加负面情绪产生, 导致疼痛感剧增, 加重病情恶化。此外, 对患者社会价值充分认可, 帮助其恢复自身信心, 避免患者持续自卑。同时, 诱导其增加自我学习能力, 提高其心理素质, 能有效帮助患者消除负面情绪, 降低焦虑及抑郁发生率, 继而促进其身体恢复, 提高病症治愈概率。

1.3 观察指标

1.3.1 两组患者负面情绪及生活质量改善情况对比

采用焦虑自评量表 (Self-Rating Anxiety Scale, SAS)、抑郁自评量表 (Self-rating depression scale, SDS) 及生活质量量表 (SF-36) 对两组患者进行护理后心理情绪及生活质量恢复情况评测, 其中 SAS、SDS 分值越高焦虑或抑郁倾向性越严重, SF-36 分值越高生活质量改善情况越好。

1.3.2 两组患者护理满意度对比

采用院内自制《关节炎疼痛护理满意调查表》对两组患者进行护理满意度评估, 满分 100 分, 满意为 80 分及以上, 较满意为 60 分及以上, 不满意则为 59 分及以下。有效护理满意度 = (满意 + 较满意) / 总例数 × 100%。

1.3.3 两组患者疼痛改善情况对比

采用数字评分法(NRS)对两组患者疼痛改善情况进行评估,分值越高,患者疼痛感越强烈。

1.4 统计学分析

将数据纳入SPSS17.0软件中分析,计量资料比较采用t检验,并以 $(\bar{x} \pm s)$ 表示,率计数资料采用 χ^2 检验,并以率(%)表示,($P < 0.05$)为差异显著,有统计学意义。

2 结果

2.1 两组患者负面情绪及生活质量改善情况对比

根据研究数据表明,观察组负面情绪及生活质量改善较明显,其焦虑值 (49.53 ± 2.87) 分相较于对照组 (58.26 ± 3.74) 分明显更低, $t=14.815, P=0.001$,结果有统计学意义($P < 0.05$);对照组抑郁值 (62.31 ± 3.67) 分相比观察组 (50.87 ± 3.41) 分明显较高, $t=18.269, P=0.001$,差异有统计学意义($P < 0.05$);观察组生活质量提高较具体 (86.42 ± 2.10) 分,其相较于对照组生活质量 (74.53 ± 3.27) 明显更高 $t=24.476, P=0.001$,明显差异有统计学意义($P < 0.05$)。

2.2 两组患者护理满意度对比

根据《关节炎疼痛护理满意调查表》对比,对照组(92.14%)护理满意度明显低于观察组(81.33%),其 $\chi^2=5.078, P=0.024$,差异明显且有统计学意义($P < 0.05$)。

2.3 两组患者疼痛改善情况对比

根据护理后NRS结果显示,观察组疼痛感有显著改善,其 (3.86 ± 1.49) 分疼痛分值低于对照组 (5.24 ± 1.63) 分, $t=4.999, P=0.001$,明显差异有统计学意义($P < 0.05$)。

3 讨论

类风湿性关节炎又称类风湿(Rheumatoid arthritis, RA),是一种病因尚未明了的慢性全身性炎症性疾病,目前公认类风湿性关节炎是一种自身免疫性疾病。可能与内分泌、代谢、营养、地理、职业、心理和社会环境的差异、细菌和病毒感染及遗传因素等方面有关系,以慢性、对称性、多滑膜关节炎和关节外病变为主要临床表现,属于自身免疫炎性疾病。该病好发于手、腕、足等小关节,反复发作,呈对称分布^[3]。早期有关节红肿热痛和功能障碍,晚期关节可出现不同程度的僵硬畸形,并伴有骨和骨骼肌的萎缩,如不进行正规治疗,极易致残。引起类风湿性关节炎的原因有很多,通常与受凉、潮湿、劳累、精神创伤、营养不良、外伤等因素有关。调查

显示,对100例类风湿性关节炎患者进行统计,以寒冷(42%)和潮湿(27%)诱发者占绝大多数。此外,尚有感染(10%)和外伤(8%)及无明显诱因可查者(13%)。据人群调查显示,类风湿在人群中的发病率较高,发现人类白细胞抗原(HLA)与RF阳性患者有关。另外类风湿关节炎的形成与内分泌有一定关系。因本病多发生于女性,怀孕期间关节炎症状常减轻,应用肾上腺皮质激素能抑制本病等,认为内分泌因素和类风湿关节炎似有一定关系^[4]。

疼痛是一种复杂的主观感受,已成为近年来非常受重视的临床常见问题。疼痛护理是疼痛管理的重要内容之一,以为患者缓解疼痛主体,切实以患者疼痛护理为中心。需要护理人员疼痛管理中扮演疼痛评估者、镇痛实施者、与其他健康保健系统专业人员的协作者、患者与家属的教育指导者及权益维护者等角色。因此护理人员必须具备与疼痛相关的专业知识与实操技能。以此才能为疼痛患者提供良好的护理,继而达到有效疼痛管理的目的^[5]。

通过上述研究证实,针对类风湿关节炎患者行疼痛护理措施能有效增加患者在治疗护理时的机体恢复能力。其中,对患者及家属实施健康宣教能有效引起其对风湿病及类风湿性关节炎的关注及注意事项重视度,能有效帮助患者提高治疗护理依从性,促进医患关系改善。针对患者进行习惯护理能有效提高患者用药后对生命体征改变的作用,且及时应对患者在用药后可能出现的不良反应,有效提高药物治疗作用。同时,帮助患者改变其饮食及习惯,有效增加其病症及缓解疼痛感,敦促其健康生活,有益于患者预后能力,减少及降低病情及并发症发生率。患者在经过心理护理干预后,心理素质得到较大提升,有效促进患者自我学习,面对病症带来的负面情绪,尤其疼痛发作时,能有效避免焦虑烦躁感产生,提升病症症状接受度,增加患者对自己的社会认同,消除其负面情绪,有效降低患者焦虑及抑郁发生率,唤醒患者对未来生活的美好憧憬。

综上所述,针对类风湿关节炎患者实施疼痛护理效果比较理想,能有效缓解患者心理负面压力,提高预后能力,促进生活质量改善提高,有效缓解患者病症发作疼痛感,避免病情恶化及并发症发生率变高,并且有效促进医患信任关系,能切实有效起到良好护理作用,其具有较高推广价值。

参考文献:

- [1] 周文婧.疼痛护理对类风湿关节炎患者生活质量的影响分析[J].当代临床医刊,2021,34(06):76-77.
- [2] 周姣.疼痛护理模式对类风湿关节炎患者生活质量的临床影响[J].中外医疗,2020,39(26):151-153.
- [3] 王伟.个体化疼痛护理对类风湿关节炎患者疼痛程度及心理状态的影响[J].慢性病学杂志,2020,21(07):1021-1023.

- [4] 陈敏慧.疼痛护理干预对类风湿关节炎患者疼痛及睡眠的改善效果分析[J].世界睡眠医学杂志,2019,6(11):1614-1615.
- [5] 阿雯婷.疼痛护理对类风湿关节炎患者疼痛症状和生活质量的影响分析[J].中国社区医师,2019,35(02):163+165.