

心理护理干预对于颈椎病患者护理的效果

桂 美

贵州省安顺市镇宁县人民医院 贵州 安顺 561200

【摘要】目的：分析心理护理干预对于颈椎病患者理疗康复护理的效果。**方法：**2021 年 1 月至 2021 年 12 月期间，我院收治了 80 例颈椎病患者，将其当做本次实验的对象，所有患者均实施理疗康复护理，通过随机分配的原则，对照组实施常规护理干预，实验组实施心理护理干预。比较两组患者的具体疗效。**结果：**心理护理干预对于颈椎病患者理疗康复护理的效果更好，患者的疼痛评分明显降低，生存质量与护理满意度也有了大幅度提升，差异具有统计学意义（ $P<0.05$ ）。**结论：**心理护理方式的加入能够有效改善预后，缓解患者的疼痛、降低病症不适感，故值得临床推广。

【关键词】：颈椎病；心理护理；理疗康复护理

Effect of Psychological Nursing Intervention on Physiotherapy and Rehabilitation Nursing for Patients with Cervical Spondylosis

Mei Gui

Zhenning County People's Hospital of Anshun City Guizhou Anshun 561200

Abstract: Objective: To analyze the effect of psychological nursing intervention on physical therapy and rehabilitation nursing of patients with cervical spondylosis. Methods: From January 2021 to December 2021, 80 patients with cervical spondylosis were treated in our hospital as the subjects of this experiment. All patients received physiotherapy and rehabilitation care. According to the principle of random distribution, the control group received routine nursing intervention and the experimental group received psychological nursing intervention. The specific efficacy of the two groups was compared. Results: The effect of psychological nursing intervention on the physical therapy and rehabilitation nursing of patients with cervical spondylosis was better, the pain score of patients was significantly reduced, and the quality of life and nursing satisfaction were also significantly improved, with a statistically significant difference ($P<0.05$). Conclusion: The addition of psychological nursing can effectively improve the prognosis, relieve patients' pain, and reduce discomfort, so it is worthy of clinical promotion.

Keywords: Cervical spondylopathy; Psychological nursing; Physiotherapy rehabilitation nursing

颈椎病又称颈椎综合征，是颈椎骨关节炎，增生性颈椎炎，颈神经根综合征，颈椎间盘突出症的总称，是一种以退行性病理改变为基础的疾患。主要由于颈椎长期受损，骨质增生，或椎间盘脱出，韧带增厚，致使颈椎脊髓、神经根或椎动脉受压，出现一系列功能障碍的临床综合征，50 岁以上人群，男>女，好发部位 C5-6，C4-5，C6-7，主要临床表现为眩晕、恶心呕吐、耳聋耳鸣、头晕头痛、视力模糊、眼花、血压下降、颈背疼痛、上肢无力、行走困难等，会对患者的生存质量造成严重影响，因此采取科学、有效的治疗是十分重要的。良好的护理方式可以将治疗效果最大化，尤其是心理护理的实施。相关数据指出^[1]，心理护理对康复期颈椎病患者具有较佳的促进作用，不但可以为患者带来针对性的心理疏导，还可以提升患者的护理满意度。所以，为进一步分析心理护理干预对于颈椎病患者理疗康复护理的效果，本文对我院收治的 80 例颈椎病患者展开了研讨。

1 资料与方法

1.1 一般资料

2021 年 1 月至 2021 年 12 月期间，我院收治了 80 例颈椎病患者，将其当做本次实验的对象，所有患者均实施理疗康复护理，通过随机分配的原则，分为两组。对照组男 14 例，女 26 例，平均年龄（41.33±2.87）岁，平均病程（6.15±0.85）年，按照病症划分：25 例混合型、10 神经根型、5 例椎动脉型；实验组男 22 例，女 18 例，平均年龄（42.31±2.27）岁，平均病程（6.33±1.16）年，按照病症划分：18 例混合型、12 神经根型、10 例椎动脉型。所有患者一般资料无显著差异，实验具有可行性， $P>0.05$ 具有可比性。

1.2 方法

所有患者均实施理疗康复护理，包括为患者施以药棒穴位按摩治疗、穴位贴敷、针灸、神经阻滞治疗颈椎以及甘露醇脱水减压、氯诺昔康止痛等输液治疗。

对照组在理疗康复护理的基础上予以常规护理干预，患者入院后，医护人员需将生活、用药等需要注意的事项详细

告知给患者。

实验组在理疗康复护理的基础上予以心理护理干预,首先,医护人员评估完病情后,根据病情轻重酌情告知患者,如果病情较轻,则如实告知,如果病情较重,则通过其他的方式委婉讲给患者,并与家属一同安慰,尽量降低患者的担忧。医护人员亦要实时关注患者的心理变化情况,一旦发现患者有异常行为,要及时展开针对性疏导,当患者出现疑问时,医护人员也要在第一时间为患者解释,并通过言语予以鼓励。其次,建立良好的护患关系。医护人员在为患者做治疗时,需全程保持和蔼、亲切的态度,以此来获取患者的信任,进而提升患者的护理依从性。除了语气亲和外,还可以通过面部表情或是肢体动作来提升来拉近护患双方的距离,尽量站在患者的角度来思考、解决问题。再者,医护人员在对患者展开直接性心理护理的同时,也可以对患者家属进行心理干预,避免家属将负面情绪带给患者。医护人员需引导家属与患者进行沟通,患者不愿对医护人员诉说的焦虑、担心等心绪,面对家属时,愿意宣泄的概率会更大一些,在最大程度上来缓解患者的心理压力,这对后续的治疗是极为有利的。同时,病情不一的患者恢复速度也不尽相同,医护人员可定期为康复期的患者组织心理交流活动,患者之间的相互沟通、分享,也能在一定程度上缓解其心理负担,提升治疗自信。最后,适时为患者提供心理宣泄途径。如果负面情绪比较重,医护人员要先引导其倾诉,倾诉期间医护人员要认真倾听,不要随意打断,当倾诉完毕但患者仍无好转时,可为其提供安全的情绪宣泄玩具,在宣泄完毕后,及时予以关心。

1.3 观察指标

观察两组患者的疼痛、焦虑情况,用VAS、SAS评分量表评估 2 组治疗后的疼痛、焦虑的程度,量表得分和轻重程度之间的关系是正相关。

观察两组患者治疗前、后的生存质量评分。

观察两组患者的护理满意度,通过问卷调查的方式进行统计,总分 100 分,80 分以上(含 80 分)为满意,60 分以上(含 60 分)、80 分以下为一般,60 分以下为不满意。

1.4 统计学分析

用EXCEL 2017 for windows建立数据库,患者的信息确认无误后,所有数据导入SPSS23.0 for windows做统计描述以及统计分析。

2 结果

实验组患者的疼痛、焦虑评分明显低于对照组 ($P < 0.05$),详细结果如表 1 所示:

表 1: 两组患者的经治疗后的 VAS、SAS 评分对比

组别	VAS 评分	SAS 评分
对照组 (n=40)	4.66 ± 1.01	40.66 ± 3.11
实验组 (n=40)	1.61 ± 0.33	33.49 ± 3.31
t	11.046	6.896
p	0.000	0.000

实验组患者治疗前的生存质量评分为 (66.24±2.87) 分、治疗后为 (93.15±3.08) 分;对照组患者治疗前的生存质量评分为 (65.98±3.01) 分、治疗后为 (85.16±2.79) 分, ($P < 0.05$)。

实验组患者的护理满意度为 97.50%,对照组患者的护理满意度为 72.50% ($P < 0.05$)。可知,心理护理干预的实施,能够有效提升患者就医舒适度。

3 讨论

颈椎病属于一种比较复杂的疾病,会对日常的生活、工作等造成一定影响,加之其疗程长、恢复慢,当患者知晓自己患病后,往往心理起伏较大,大部分患者都会出现沮丧、焦虑、抑郁等情绪,所以在实施治疗期间,要着重维护患者的心理健康^[2]。心理出现大幅度变化后,会激活肾上腺素髓质,进而升高人体血浆内的肾上腺素、去甲肾上腺素的浓度,使得心率加快,患者的情绪也会变得极度不稳定,这对后续的恢复是极为不利的。相关数据指出^[3],对颈椎病患者实施心理护理干预,可以有效提升患者的睡眠及生存质量。护理期间,医护人员的持续鼓励,能够有效激发患者的治疗信心,从而提升其护理配合度、缓解抑郁情绪。就大多数的患者在面对疾病时,都会担忧治疗手段无法起效,进而变得紧张、恐惧,这也是造成精神疾病的主要因素,所以护理期间才需要加强患者对心理问题的认知。患者的心理负担过重时,身体会出现严重的生理应激反应,免疫系统也会同步弱化,而通过阐明生理、心理健康的关系,可以达到提升患者心理调适能力与抗病力的目的^[4]。医护人员要结合不同患者的心理特点与需求,进行个性化的心理护理,例如内心孤独的患者,医护人员就需要加强交流频率,而少言的患者,医护人员要通过文字、图片等其他方式让其感受到温暖,使其充分了解自身疾病^[5]。总之,心理干预作为一种治疗心理障碍的方式,可以逐步将患者的负面情绪变得积极,既预防了疾病复发,又提升了患者的心理负担与生存质量^[6]。从本次实验的结果来看,实验组患者的疼痛、焦虑评分明显低于对照组,生存质量与护理满意度也有了大幅度的提升 ($P < 0.05$)。可知,心理护理干预的实施,能够有效提升患者就医舒适度与满意度。

综上,心理护理方式的加入能够有效改善预后,缓解患者的心理焦虑、降低病症不适感,故值得临床推广。

参考文献:

- [1] 谭萍娟.手法治疗护理结合运动康复护理对项痹病患者颈肩疼痛及眩晕症状康复效果的影响[J].国际护理学杂志,2019,38(14):2247-2250.
- [2] 孙莉.舒适护理联合颈椎手法牵引复位在提高颈椎病患者康复效果及生活质量中的作用[J].按摩与康复医学,2019,10(12):68-69.
- [3] 许宏梅.理疗康复与心理护理相结合治疗与单纯康复治疗颈椎病的对比[J].中西医结合心血管病电子杂志,2020,8(20):84.
- [4] 杨柳.心理放松护理对神经根型颈椎病患者疼痛及睡眠障碍的影响[J].内蒙古医学杂志,2020,52(4):467-468.
- [5] 孙华景,中医综合疗法治疗神经根型颈椎病后肩臂疼痛症状复发率的临床研究[J].中西医结合心血管病电子杂志,2019,7(22):156,158.
- [6] 施佳,明丹,马娜.温热低周波、热磁疗配合心理护理对飞行员颈椎病临床疗效观察[J].中国疗养医学,2017,26(2):154-156.