

# 针对性护理在偏头痛患者护理中的应用

李丽燕

古交市中心医院 山西 古交 030200

**【摘要】：目的：**探讨分析针对性护理在偏头痛患者护理中的应用。**方法：**本研究启动时间定在2021年4月，结尾时间定在2022年6月，按照电脑随机抽选程序的步骤，于上述时间内抽选出在我院所收治的偏头痛患者40例成为本研究探索对象，以不同的方式进行组别划分，其一为总20例接受常规护理的对照组，其二为总20例接受针对性护理的观察组，对患者最终所拥有的成效情况进行比较与分析。**结果：**干预后头痛症状和疼痛程度都得到更大程度缓解的为观察组（ $P<0.05$ ）。对应干预后心理状态减少程度更为显著的为观察组（ $P<0.05$ ）。**结论：**对于存在偏头痛症状的患者而言，对施以针对性护理干预，能够让患者所存在的症状得到有效控制与缓解，负面情绪能够减轻，能够以更加积极的态度接受疾病治疗，这是一种应该得到广泛使用与推广的护理干预模式。

**【关键词】：**针对性护理；偏头痛；心理状态

## Application of targeted nursing care in migraine patients

Liyan Li

Gujiao Central Hospital Shanxi Gujiao 030200

**Abstract:** Objective: To explore and analyze the application of targeted nursing in migraine patients. Methods: The study was started in April 2021 and ended in June 2022. According to the steps of computer random selection procedure, 40 patients with migraine admitted to our hospital were selected as the subjects of the study and divided into groups in different ways. One was the control group with 20 patients receiving routine care, the other was the observation group with 20 patients receiving targeted care, Compare and analyze the final results of patients. Results: After the intervention, headache symptoms and pain degree were relieved to a greater extent in the observation group ( $P<0.05$ ). The observation group showed more significant decrease in psychological state after intervention ( $P<0.05$ ). Conclusion: For patients with migraine symptoms, targeted nursing intervention can effectively control and alleviate their symptoms, alleviate their negative emotions, and accept disease treatment with a more positive attitude. This is a nursing intervention model that should be widely used and promoted.

**Keywords:** Targeted nursing; Migraine; Mentality

出现偏头痛疾病的患者其主要出现的临床表现为血管搏动性、反复性、持续性以及运动加剧性疼痛，这对于患者的日常生活和心理健康造成极为严重的影响<sup>[1]</sup>。在现有医疗技术下，偏头痛无法根治，即使应用药物也只能短暂缓解或消除临床症状，无法完全避免后续复发，对患者进行有效的护理具有重要意义。常规护理内容单一，护理方式过于传统，干预效果不佳，本次研究区别常规护理，主要是通过使用针对性护理模式为患者施以干预工作，判断患者最终所拥有的成效。

### 1 资料与方法

#### 1.1 一般资料

本研究启动时间定在2021年4月，结尾时间定在2022年6月，按照电脑随机抽选程序的步骤，于上述时间内抽选出在我院所收治的偏头痛患者40例成为本研究探索对象，以不同的方式进行组别划分，其一为总20例接受常规护理的对照组，其二为总20例接受针对性护理的观察组；对照组合有男10例，女10例，年龄高至80岁，低至41岁，均值（ $62.27\pm5.46$ ）岁，1年至6年为其病程，均值（ $3.65\pm1.97$ ）年，患者这所表现出的头痛程度为轻度、中度和重度的患者分别有7例、10例以及3例；观察组合有男11例，女9例，年龄高至80岁，低至42岁，均值（ $62.67\pm5.79$ ）岁，1年至7年为其病程，均值（ $3.59\pm1.23$ ）年，患者所表现出的头痛程度为轻度、中度和重度的患者分别有6例、11例以及

3例；使参与者的基线资料进行相互之间的比较与分析，不具备差异性（ $P>0.05$ ）。

**纳入标准：**（1）根据临床判断标准实施比对，判断患者症状和表现与偏头痛这一疾病无区别；（2）无异常的精神状态；（3）为患者解释研究治疗的具体内容，征得患者与家属同意；（4）拥有稳定生命体征，意识清晰。

**排除标准：**（1）未达到规定时间就提出终止研究；（2）同时还具有代谢方面疾病；（3）无理想配合度与依从性；（4）无完整临床资料；（5）易过敏体质；（6）开展治疗前3个月接受抑郁治疗的患者。

#### 1.2 方法

##### 1.2.1 对照组

处于对照组的患者，其所使用的干预方式为常规护理，诊疗过程中对患者讲解偏头痛基础知识，提醒对方做好日常生活管理，主动避免引发偏头痛的危险因素，如少吃巧克力、奶酪等食物、每日保持充足睡眠、戒烟酒、不要过于劳累，重点告知不良情绪将加重临床症状及提高复发风险，引导患者保持积极乐观的诊疗心态。在用药上，明确说明每一种药物的用法用量，以免出现错误用药情况，同时指导严格在医生要求下用药，不要随意相信网络的用药方案。

##### 1.2.2 观察组

处于观察组的患者，其所使用的干预方式为针对性护

理模式，其所涉及到的具体干预内容如下：（1）组建工作小组：需要让医院内主治医师、护士长、主管护士以及心理护士组成为针对性护理小组，在小组成立之后需要对临床实施的方案进行确定，并在对患者施以正式的干预前对其心理状态进行评估，了解患者所存在的负面情绪原因以及心理困扰的来源，从而能够更好的完成对患者施以的针对性干预工作。（2）心理支持：相关护理人员需要每周都对患者施以心理疏导工作，在患者出院之后坚持每周与患者进行联系，更加准确的知晓导致患者出现负面情绪的诱因，同时护理人员可以通过使用音乐聆听和肌肉按摩的方式让患者所存在的负面情绪得以缓解，能够拥有更加积极的情绪状态。（3）家属支持：护理人员需要告知患者偏头痛的出现与情绪有着非常密切的关联性，应该以更加包容的态度对待患者，并积极鼓励患者接受临床治疗。同时护理人员需要告知患者家属常规的护理技巧以及在生活中所需要注意的相关事项，就举例来说需要让患者尽可能的在正常时间入睡、禁烟酒和禁喝浓茶等情况，并监督患者的病情变化，避免患者的病情出现恶化；同时护理人员需要告知患者正确的与患者进行沟通交流的方式，帮助患者家属能够疏导患者所存在的负面情绪。（4）社会支持：护理人员需要了解患者的喜好、生活习惯以及社会关系等情况为患者制定出更加符合现状的院外生活计划，在院外对患者施以常规的治疗以及发展其业余的爱好，在对患者身体不受到影响的情况下让患者施以一定程度的体力活动，让患者拥有更加规律的生活，让患者自我价值得以体现。同时医护人员需要向患者讲解现阶段偏头痛研究的现状，并对患者的施以治疗所能够得到疾病控制效果，让患者能够对治疗的信心增加，治疗依从性得到有效提升。

### 1.3 观察指标

（1）症状缓解：针对于患者所存在的各症状施以评估与分析，其主要涉及到的调查方面有患者头痛发作频次、程度、持续时间以及伴随症状，最终评分越低则表明所存在的症状越轻。

（2）头痛程度：针对于患者的疼痛情况进行相互之间的比较，其主要是通过疼痛数字评分法（NRS）的作用下对患者实施评估，NRS评分将疼痛划分为10个等级，分数值越高则疼痛越剧烈。

（3）心理状态：焦虑评分采用焦虑自评量（SAS）表进行判断，50分为分界线，50分及以上为焦虑，得分低则存在更轻的焦虑症状；同时在使用抑郁自评表（SDS）的作用下完成抑郁情况评估，总分值设定为53分，分值高则存在更为强烈的抑郁情绪。

### 1.4 统计学方法

采用SPSS21.0分析，计量资料以（ $\bar{x} \pm s$ ）表示，经t检验，计数资料经 $\chi^2$ 检验，以（%）表示，差异有统计学意义为 $P < 0.05$ 。

## 2 结果

### 2.1 对比两组患者的症状缓解情况与头痛程度

由表1结果所示，干预后头痛症状和疼痛程度都得到更大程度缓解的为观察组（ $P < 0.05$ ）。

表1 对比两组患者的症状缓解情况与头痛程度（ $\bar{x} \pm s$ ，分）

| 组别       | 例数 | 头痛症状评分    | NRS 评分    |
|----------|----|-----------|-----------|
| 观察组      | 20 | 6.54±0.81 | 2.97±0.49 |
| 对照组      | 20 | 8.31±1.25 | 4.18±0.91 |
| $\chi^2$ |    | 5.314     | 5.236     |
| P        |    | 0.001     | 0.001     |

### 2.2 对比两组患者的心理状态

SAS：干预前：观察组（62.13±2.78）分，对照组（62.18±2.84）分；干预后：观察组（44.02±4.21）分，对照组（50.36±4.69）分；

SDS：干预前：观察组（65.37±1.84）分，对照组（65.42±1.93）分；干预后：观察组（49.21±7.21）分，对照组（54.26±5.31）分；（ $t=0.056$ 、4.499、0.084、2.522， $P=0.955$ 、0.001、0.934、0.016）；

由上述结果所示，患者干预后心理状态减少程度更为显著的为观察组（ $P < 0.05$ ）。

## 3 讨论

对于出现偏头痛症状的患者而言，其通常情况下会出现反复的疼痛，并且通常情况下都不会出现任何先兆，这一症状对于患者的工作以及生活都将产生极大的影响<sup>[2]</sup>。临床上有大约60%的偏头痛患者会出现心理问题，情绪波动增大的同时使得患者所存在的头痛症状加剧<sup>[3]</sup>。常规所开展的护理工作并不能对患者的心理情绪进行疏导，多实施健康宣教、用药指导等基础护理，不能起到良好的辅助作用，而对于患者所开展的针对性护理干预工作，能够让患者所拥有的心理健康得以改善，这对于患者的疾病预后有着积极的意义<sup>[4-5]</sup>。

在本次研究过程中，对患者施以针对性护理干预工作，患者所出现的疼痛症状评分明显低于接受常规护理的对照组<sup>[6-7]</sup>。这一结果的产生可能是因为针对性护理干预作用下，让患者所存在的疼痛症状得到了有效的缓解，同时患者所拥有的治疗依从性得到了提升，并且在该护理干预工作过程中，护理人员针对于患者的实际情况，了解到患者出现负面情绪的具体原因，并对患者施以针对性的心理疏导工作，让患者所出现的情绪波动减小<sup>[8-9]</sup>。同时护理人员对患者讲解偏头痛的有关知识，让患者能够更清晰的知晓该疾病，更好的完成后续的临床治疗，拥有更高的临床治疗依从性，获得更为显著的成效<sup>[10]</sup>。相比于常规护理，针对性护理干预用于偏头痛更具有针对性，主要体现在组建专门的工作小组，使护理流程更加规范化，对偏头痛患者采取一系列优质护理，加速临床症状缓解。偏头痛在日常生活中是一种常见的头痛疾病，与个人情绪存在密切关系，在工作或生活压力过大情况下，由于情绪不稳定，产生紧张、焦虑等不良情绪，诱发头痛。对此，针对性护理在干预过程中重点对偏头痛患者进行情绪管理，实施心理支持、家属支持、社会支持，经过缓解不良情绪，使头痛症状快速改善。

综上所述，对于存在偏头痛症状的患者而言，对施以针对性护理干预，能够让患者所存在的症状得到有效控制与缓解，负面情绪能够减轻，能够以更加积极的态度接受

疾病治疗，这是一种应该得到广泛使用与推广的护理干预模式。

#### 参考文献:

- [1] 贺黎,赵卫敏.强化护理模式干预在偏头痛患者中的应用效果[J].临床医学研究与实践,2021,6(19):181-183.
- [2] 乔会勤,柳双双,何苗.针对性心理干预对偏头痛患者症状改善及焦虑抑郁的影响[J].齐鲁护理杂志,2021,27(13):22-25.
- [3] 刘萍,曹昔军.中医护理配合耳穴压豆与耳尖刺络放血在偏头痛干预的效果分析[J].中华养生保健,2022,40(5):151-154.
- [4] 王海萍.中医护理配合耳穴压豆与耳尖刺络放血在偏头痛干预中的效果分析[J].医药前沿,2021,11(24):174-175.
- [5] 周艾飞,赵凌燕,徐燕娜.护理干预在偏头痛护理中的临床应用研究[J].首都食品与医药,2022,29(6):102-104.
- [6] 张旋,宗晶.Orem自理模式结合认知行为干预对慢性偏头痛患者的影响[J].实用医药杂志,2021,38(7):637-640.
- [7] 黄爱清,范尚祥,张雨婷,等.慢性脑供血不足头晕患者的针对性护理效果及对负性情绪与生活质量的影响[J].数理医药学杂志,2022,35(11):1704-1706.
- [8] 吕阳.针对性护理服务对慢性脑供血不足头晕患者负性情绪及生活质量的影响[J].中国医药指南,2022,20(26):159-161,165.
- [9] 李静.针对性护理对脑供血不足头晕患者生活质量的影响及HAMD评分观察[J].家有孕宝,2021,3(14):236.
- [10] 孙威.护理干预在偏头痛患者护理中的应用及对患者负性情绪和生活质量的影响[J].糖尿病天地,2020,17(7):247.