

针灸理疗结合康复护理在腰椎间盘突出症中的应用效果

胡茂文 袁攀

四川省第二中医医院 四川 成都 610015

【摘要】目的：本文以腰椎间盘突出症患者为例，分析针灸理疗结合康复护理应用效果。方法：我院收治于2019年10月10日~2020年12月30日腰椎间盘突出症患者84例为研究对象，将患者依据随机信封法分两组，对照组（常规康复护理）、实验组（常规康复护理+针灸理疗），观察两组患者疼痛情况、日本骨科协会评分（JOA）情况、生活质量、护理满意度。结果：两组护理前，疼痛（VAS）评分、JOA评分比较，差异无统计学意义（ $P>0.05$ ），护理后，实验组VAS评分低于对照组，实验组JOA评分高于对照组，差异有统计学意义（ $P<0.05$ ）。两组护理前，生活质量（GQOLI-74）物质生活、躯体功能、心理功能、社会功能评分比较，差异无统计学意义（ $P>0.05$ ），护理后，实验组物质生活、躯体功能、心理功能、社会功能评分高于对照组，差异有统计学意义（ $P<0.05$ ）。护理后，实验组护理满意度高于对照组，差异有统计学意义（ $P<0.05$ ）。结论：针对腰椎间盘突出症患者采取针灸理疗结合康复护理效果理想，可以有效改善患者疼痛症状，改善患者腰椎功能，提高患者生活质量、护理满意度，可推广应用。

【关键词】：腰椎间盘突出症；针灸理疗；康复护理；疼痛腰椎功能

To explore the application effect of acupuncture and moxibustion physiotherapy combined with rehabilitation nursing in patients with lumbar disc herniation

Maowen Hu, Pan Yuan

Sichuan Second Hospital of Traditional Chinese Medicine Sichuan Chengdu 610015

Abstract: Objective To analyze the application effect of acupuncture and moxibustion physiotherapy combined with rehabilitation nursing in patients with lumbar disc herniation. Methods 84 patients with lumbar disc herniation admitted to our hospital from October 10, 2019 to December 30, 2020 were selected as the research objects. According to the random envelope method, the patients were divided into two groups, the control group (routine rehabilitation nursing) and the experimental group (routine rehabilitation nursing + acupuncture and moxibustion therapy). The pain, Japanese Orthopaedic Association (JOA) score, quality of life and nursing satisfaction of the two groups were observed. Results There was no significant difference in VAS score and JOA score between the two groups before nursing ($P > 0.05$). After nursing, the VAS score of the experimental group was lower than that of the control group, and the JOA score of the experimental group was higher than that of the control group, and the difference was statistically significant ($P < 0.05$). Before nursing, there was no statistically significant difference in the scores of GQOLI-74 material life, physical function, psychological function and social function between the two groups ($P > 0.05$). After nursing, the scores of material life, physical function, psychological function and social function in the experimental group were higher than those in the control group, and the differences were statistically significant ($P < 0.05$). After nursing, the nursing satisfaction of the experimental group was higher than that of the control group, and the difference was statistically significant ($P < 0.05$). Conclusions Acupuncture and moxibustion physiotherapy combined with rehabilitation nursing for patients with lumbar disc herniation has ideal effect, which can effectively improve the pain symptoms, lumbar function, quality of life and nursing satisfaction of patients, and can be popularized and applied.

Keywords: Lumbar disc herniation; Acupuncture therapy; Rehabilitation nursing; Pain, Lumbar vertebrae, Function

椎管相关疾病发病率较高，其中腰椎间盘突出症发病率位居前列，属于肌肉骨骼疾病，此病具有致残风险^[1]。腰椎间盘突出症发病后患者感觉腰腿酸痛、下肢感觉障碍，影响患者正常生活，降低患者生活能力。腰椎间盘突出症严重时患者无法正常劳动，降低患者生活质量，及时针对此病采取护理干预至关重要。考量到此病发病后影响患者腰椎功能正常发挥，因此临床上采取康复护理干预，在改善患者疼痛同时帮助患者腰椎功能恢复^[2]。但单一采取康复护理干预所能发挥效果有限，中医学对此病研究全面，认为此病出现是肝、脾、肾多脏器共同

作用产生的结果，使得脏器功能紊乱，气血阴阳失调，出现“腰痹”“腰痛”等症。针灸理疗治疗，根据患者病症选取穴位，对穴位进行针刺刺激，调节阴阳，改善疼痛。本文研究以2019年10月10日~2020年12月30日我院收治84例腰椎间盘突出症患者为研究对象，分析该类患者护理中采用针灸理疗结合康复护理效果，具体报告下述。

1 一般资料与方法

1.1 一般资料

2019年10月10日~2020年12月30日于我院收治腰椎间盘突出症患者84例为研究观察对象,依据随机信封法将患者分对照组、实验组,对照组(常规康复护理,42例)、实验组(常规康复护理+针灸理疗,42例)。对照组男性22例,女性20例,年龄26~60岁,平均年龄(48.28±2.24)岁,病程6~14年,平均病程(9.26±1.46)年,体质指数18.46~25.08(22.49±1.33)kg/m²;实验组男性21例,女性21例,年龄27~62岁,平均年龄(48.42±2.39)岁,病程6~14年,平均病程(9.19±1.54)年,体质指数18.39~25.11(22.52±1.38)kg/m²;两组患者一般资料可行下一步比对(P>0.05)。所有患者自愿入组,对本研究知情同意,已经在入组同意书上签名。研究经过本院伦理委员会批准。

纳入标准:所有患者经过CT、磁共振成像等检查,确诊为腰椎间盘突出;直腿抬高试验<60°;患者临床资料齐全;年龄大于18周岁。

排除标准:合并肺结核、骨质疏松等疾病患者;肢体残疾;腰椎椎管狭窄;患有严重肝肾功能障碍;合并严重认知障碍;合并严重认知障碍;同时参与其他研究者;无法开展针刺理疗者。

1.2 方法

对照组一常规康复护理:(1)牵引治疗。观察患者病情,给予患者安抚后,使用腰椎牵引带牵引干预。牵引干预时牵引带绑得松紧适宜,避免过度牵引。牵引结束后,告知患者卧床休息15min以上后下床活动。(2)康复训练。患者住院期间,告知患者保持睡硬板床,病发时佩戴腰围,适当进行腰背肌锻炼。锻炼期间,适度使用腰部力量,不可手撑。训练强度以自身感觉舒适为宜。(3)心理方面。护理人员积极同患者沟通,使用短视频、宣传册、口头宣教等多种方式,向患者讲解腰椎间盘突出症病因、治疗手段、护理注意事项等内容,解答患者提出疑问。评估患者心理状态,给予患者情绪安抚。鼓励同病房患者相互分享经验,交流感受。播放患者喜欢的综艺节目、电视剧等。(4)病情监测。密切监测患者病情变化情况,按照医嘱指导患者用药。

实验组一常规康复护理(同对照组)+针灸理疗:针灸理疗具体内容为,患者取头朝下平卧位,选取太阳膀胱经穴、夹脊穴、阿是穴、承扶、夹脊穴、环跳、秩边等穴位,若患者存在长期疼痛加取肾俞、内关、三阴交等穴位。穴位确定后,对穴位位置消毒,后针刺干预,平补平泻法,中等强度刺激,1次/d,30min/次,连续5d后休息2d。将电脑中频治疗仪于患者的腰痛部位放置,患者取俯卧位,根据患者耐受情况调整治疗强度,电脑中频1号处方治疗,1次/d,20min/次,连续5d

后休息2d。

两组均持续治疗2个月。

1.3 观察指标

观察对照组、实验组患者疼痛情况、日本骨科协会评分(JOA)情况、生活质量、护理满意度。

疼痛情况:于两组患者护理前后,使用疼痛(VAS)评分评估患者疼痛情况,评分范围0分~10分,分数越高则表明患者疼痛越剧烈。

JOA评分:于两组患者护理前后,使用JOA评分评估患者腰椎功能,评分最高29分,分数越高则表明患者腰椎功能越理想。

生活质量:于两组患者护理前后,使用生活质量(GQOLI-74)量表评估,该量表含有条目共计74个,可以从物质生活、躯体功能、心理功能、社会功能评分四方面评估,每方面分数转换为百分制,分数越高则患者生活质量越高。

护理满意度:于两组患者护理后,统计两组患者护理满意情况,患者根据自身感受对护理服务评估,包括满意/不满意,满意度=满意/病例数×100%。

1.4 统计方法

使用SPSS 24.0软件对研究数据进行统计处理,计量资料以($\bar{x} \pm s$)表示、计数资料以n(%)表示,组间对比t、进行检验,差异有统计学意义标准,P<0.05。

2 结果

2.1 疼痛情况、腰椎功能 JOA 情况比较

对照组、实验组护理前,疼痛VAS评分、JOA评分比较,差异无统计学意义(P>0.05),护理后,实验组VAS评分<对照组,实验组JOA评分>对照组,差异有统计学意义(P<0.05),详见表1。

表1 两组患者护理前后疼痛情况、腰椎功能 JOA 情况($\bar{x} \pm s$;分)

组别	VAS		JOA	
	护理前	护理后	护理前	护理后
实验组(n=42)	6.15±1.34	1.15±0.47	13.56±1.21	24.35±1.26
对照组(n=42)	6.18±1.36	2.05±0.58	13.60±1.15	22.05±1.13
t值	0.102	7.813	0.155	8.807
P值	0.919	<0.001	0.877	<0.001

2.2 生活质量比较

对照组、实验组护理前,生活质量(GQOLI-74)物质生活、躯体功能、心理功能、社会功能评分比较,差异无统计学

意义 ($P>0.05$)，护理后，实验组物质生活、躯体功能、心理功能、社会功能评分 $>$ 对照组，差异有统计学意义 ($P<0.05$)，详见表2。

表2 生活质量 GQOLI-74 评分两组比较 ($\bar{x} \pm s$; 分)

组别		实验组 (n=42)	对照组 (n=42)	t 值	P 值
物质生活	护理前	68.32±1.14	68.34±1.15	0.080	0.936
	护理后	89.72±1.18	84.51±1.16	20.405	<0.001
躯体功能	护理前	68.53±1.17	68.55±1.13	0.080	0.937
	护理后	89.02±1.37	84.54±1.45	14.554	<0.001
心理功能	护理前	68.55±1.32	68.54±1.33	0.035	0.972
	护理后	89.21±1.15	84.03±1.29	19.425	<0.001
社会功能	护理前	68.80±1.53	68.84±1.73	0.112	0.911
	护理后	89.13±1.25	84.81±1.52	14.226	<0.001

2.3 护理满意度比较

护理后，实验组护理满意度 97.62% (41/42)，对照组护理满意度 78.57% (33/42)，组间对比 $t=7.265$ ，实验组 $>$ 对照组，差异有统计学意义 ($P=0.007<0.05$)。

3 讨论

腰椎间盘突出症在临床上较为常见，导致患者出现此病原因因为髓核出现不同程度退行性改变，后受外力影响，破坏椎间盘纤维，髓核组织通过损坏的地方向椎管内脱出，压迫相邻脊神经根出现疼痛、腰酸等症状。症状轻的患者，经过休息后症状可以缓解，但严重患者症状则较为明显，影响患者正常生活，

参考文献:

- [1] 陆征麟,牛淑芳,韩秋琼,等.益肾补肝强腰方和针灸联合常规治疗对肝肾亏虚型腰椎间盘突出症患者的临床疗效[J].中成药,2022,44(4):1134-1138.
- [2] 李雪.针灸理疗结合康复护理治疗腰椎间盘突出症的效果分析[J].中国实用医药,2021,16(14):199-201.
- [3] 何洪,刘铭,卢维煜.腰椎间盘突出症患者中采取中医针灸推拿治疗的临床价值[J].中外医学研究,2021,19(17):37-39.
- [4] 丘国风.康复护理结合针灸理疗治疗腰椎间盘突出症的效果[J].中医临床研究,2021,13(28):114-116.
- [5] 罗秋菊,仇成秀,王珊珊,等.针灸理疗联合康复护理干预对腰椎间盘突出症的效果分析[J].反射疗法与康复医学,2021,2(11):31-36.

降低患者生活质量。

康复护理干预以患者康复为目标，根据患者需求，从牵引治疗、康复训练、心理方面、病情监测等全方面给予患者康复干预，加速患者腰椎功能恢复，降低患者痛苦。康复训练中对患者腰部肌肉进行训练，促进患者腰椎功能恢复。但康复护理干预效果有限，对患者疼痛、生活质量改善不够理想。中医学关于腰椎间盘突出症研究较为全面，将其归属于“腰痛”“痹症”“腰腿痛”等范畴，认为此病病因在肾虚、风寒湿邪、外伤，这几种因素单发或者共同作用，是本病的主要病因。肾虚、风寒湿邪、外伤致病因素影响下，脏腑功能的失调，而致气血瘀滞，不通则痛，或者脏腑组织失去濡养，不荣则痛^[3]。针灸理疗干预措施根据患者情况，对患者太阳膀胱经穴、夹脊穴、阿是穴、承扶等穴位刺激，达到改善脏腑功能，疏通经络作用，改善患者疼痛，加速患者腰椎功能恢复。夹脊穴夹脊在背腰部，从第一胸椎至第五腰椎棘突下两侧，腰部的穴位治疗腰、腹及下肢疾病，通过针刺该穴位，达到改善腰酸疼痛等目的^[4-5]。针灸理疗干预中可以充分结合患者情况，增减穴位，对症干预，联合康复护理干预，增强护理效果，有效增强腰椎功能改善效果，缓解患者疼痛。针灸理疗结合康复护理干预效果理想，改善患者疼痛，降低疼痛对患者生活产生的影响，提升患者生活质量，使得患者对护理服务更满意。研究观察我院收治腰椎间盘突出症患者 84 例，采取不同护理干预方式，护理后实验组疼痛情况、JOA 评分情况、生活质量、护理满意度优于对照组 ($P<0.05$)。

综上所述，针灸理疗结合康复护理在腰椎间盘突出症效果理想，护理后患者 JOA 评分更高，生活质量改善显著，疼痛症状明显改善，患者对护理服务更满意，值得推广。