

护理干预对腰椎间盘突出症患者保守治疗生活质量的影响

高清玲 余承静*

上海中医药大学附属龙华医院 上海 200032

【摘要】：目的是对腰椎间盘突出症患者进行护理过程中，探究对其采取保守治疗而对其生活质量产生的影响。方法是对某医院进行保守治疗的腰椎间盘突出患者 50 名作为探究目标，将患有这种症状的患者随机分为康复组和常规组，每组患者有 25 名，在常规组中的患者则进行的是常规护理，康复组则是在常规组护理的情况下，加大对患者生理以及心理方面的康复护理，针对以上患者治疗前和治疗后的疼痛感、生活质量和腰椎功能方面的变化进行对比。最终结果是康复组患者护理之后的疼痛感要比常规组低，这些人员的屈伸活动度以及旋转活动度等都要比常规组大，以上资料对比差异性有统计学意义；对康复组患者进行护理之后的身体疼痛感以及心理、社会等各方面生活质量都要优于常规组。结论就是对患有腰椎间盘突出患者开展保守治疗，通过运用护理干预能够提高其治疗效果，将患者生活质量水平提高。

【关键词】：护理干预；腰椎间盘突出症；保守治疗；生活质量

DOI:10.12417/2705-098X.23.11.026

Impact of nursing intervention on quality of life in conservative treatment of patients with lumbar disc herniation

Qingling Gao, Chengjing Yu*

Longhua Hospital Shanghai University of Traditional Chinese Medicine Shanghai 200032

Abstract: The purpose is to explore the impact of conservative treatment on the quality of life in the nursing of patients with lumbar disc herniation. Method is a hospital conservative treatment of lumbar disc herniation patients 50 as the target, the patients with the symptoms are randomly divided into rehabilitation group and conventional group, each group of 25, patients in the conventional group is routine care, rehabilitation group is in the case of routine care, increase the physiological and psychological rehabilitation care, for the above patients before and after treatment of pain, quality of life and lumbar function changes. The final result is that the pain of the patients in the rehabilitation group is lower than that of the conventional group, and the flexion and rotation range of the patients group, and it is better than that of the conventional group. The conclusion is to carry out conservative treatment for patients with lumbar disc herniation, and improve the treatment effect of nursing intervention and improve the quality of life of patients.

Keywords: nursing intervention; lumbar disc herniation; conservative treatment; quality of life

在骨伤科中经常遇到的疾病就腰椎间盘突出症状，这种症状主要有腰腿疼痛以及坐骨神经痛等一些症状，这种病症的病程很长，容易反复发作，甚至严重的会对患者生命治疗水平产生不利影响。而这些患有腰椎间盘突出的患者越来越多，这些患者得病概率不断增高，逐渐获得临床方面的重视。对患有这种症状的患者开展保守治疗是首要选择的一种方法，从现阶段来看并没有统一的治疗方案，通常都是采用综合治疗方法，而这种治疗方法的治疗时间很长，疗效比较慢。采用适合的护理干预能够确保患者各项功能快速恢复，对其功能恢复有着重要意义，因此以下专门进行保守治疗的腰椎间盘突出患者进行护理干预，具体如下。

1 基本资料和干预方法

1.1 基本资料

此次探究选择行保守治疗的腰椎间盘突出患者 50 名，选择的这些症状患者要跟诊断标准相符；患者和家属都同意治疗方案；患者不存在无意识、无认知障碍等情况，具有读写能力，

可以配合医护人员进行治疗和护理；选择探目标都使用的是保守治疗；存在不同程度的运动感觉障碍。开展此次探究过程中还要具备一些排除标准，比如一些患有恶性肿瘤人员；家族史、前期存在精神疾病，或者是其他身体性疾病；无法跟人进行有效沟通交流，存在认知和沟通方面障碍等。此次探究将选择的患者分为康复组和常规组，每组人员有 25 名，康复组的男性和女性分别为 12 名和 13 名，病患年龄在 29~70 岁，均值在(49.4 ± 14.4) 岁；疾病时间长达 3~11 个月。常规组中的患者男性和女性分别为 10 名和 15 名，患者年龄在 34~73 岁，均值在(50.1 ± 14.5) 岁；疾病时间长达 4~9 个月，对比以上两组基本资料并没有统计学意义，具有可比性。

1.2 干预方法

常规组和康复组都运用保守治疗的方法，比如采用针灸或者药物等进行治疗，而常规组中的患者则是进行常规护理干预，针对患有腰椎间盘突出症急性期患者常规护理期间，这些患者疼痛感加剧，活动受到限制，需要对患者卧床休息姿势进

行引导,在平卧时需要注意骶骨。对患者腰椎等一些比较突出部位血液循环情况进行观察,定期进行按摩,避免出现痤疮。在恢复过程中可以下床需要配以腰围对腰部进行保护,同时还要避免剧烈咳嗽,导致腹部压力不断增高,加大椎骨管内的压力而疼痛感增加。康复组中的患者则是常规护理的情况下,对患者生理和心理方面加大康复护理。

第一,对患者开展个人护理。给予患者在药物和治疗方面一定引导,阐述其经常用到的药物相关知识,比如甘露醇、维生素B1等一些药物的治疗作用以及起到的效果。同时还要向患者阐述在针灸以及药物牵引方面需要注意的问题和需要配合的内容和疗程等。如果患者处于急性期,要让患者多卧床休息,从而缓解其疼痛感。在患者疼痛感得到缓解之后,可以依次加大其活动量,以免患者过度运动而产生不适,遵循医生嘱咐注意对腰部的保暖等。针对腰椎间盘突出症的患者开展治疗过程中,可以给予这些人员饮食方面引导,将病房的清理工作做好,始终保持病房内部环境卫生。

第二,对患者心理和生理方面进行康复护理。首先对患者生理方面进行康复护理过程中先要给予患者坐姿和睡姿等方面姿势一定引导,使其能够正确站立、站立,对重物进行提取时能够屈膝进行动作。患者在上床和下床时要尽可能规避腰部过度用力,通过运用双手支撑床面,健肢前脚掌蹬地用力直接翻滚上床。患者疼痛感得到缓解之后,可以对其进行康复训练,目的是将患者腰部肌肉的强度提高,使其腰腿功能能够恢复正常。对患者进行这项康复训练时,可以采用图文并茂的一些宣传方法,或者通过影视资料向患者阐述腰椎功能进行锻炼的重要性,以及患者锻炼过程中所采用的方法和内容、需要注意的问题等,使患者能够配合。而开展这项干预时,患者可以运用短期制定目标的方法进行,先选择一些动作比较简便又容易掌握的方法。比如通过进行前驱后伸、左右进行旋转、腰背肌肉飞燕式的运动等一些方法依次进行体验。而在锻炼过程中,需要每日对锻炼的时间进行把控,同时每一个动作也要控制次数。开展这项功能锻炼的主要原则是少量进行活动,然后依次加大运动量。先对患者的身体进行锻炼,没有任何不适的情况为主,逐渐加大力度,长时间坚持。而对于一些还患有颈椎病或者颈椎病症状的患者来说,对患者进行腰椎锻炼引导的过程中,还要向患者阐述一些有关颈椎锻炼的方法,对患者整体情况进行有效改善。其次,对患者开展心理方面护理干预时,对患有腰椎间盘突出症的患者进行保守治疗时间非常长,患者在经受长时间治疗和病痛折磨时会产生非常大的心理负担,也很容易失去治疗信心。护理人员开展工作时要多给予这些患者关心,主动与其进行沟通交流,对患者进行心理方面支持和危机感,通过运用完全康复病历现身进行解释,可以缓解患者心理负担,为患者接受治疗和配合建立起信心。对患者进行训练期间还要注意患者所付出的努力,第一时间向患者传输训练所

获得的结果,将其康复信心加强。同时还要引导家属主动给予患者一些鼓励和支持,获得家庭支持患者治疗信心更大。另外要求家属共同协同护理,患者在接受治疗过程中还要告知其家属其自身在患者进行治疗康复当中所起到的作用,不断鼓励家属主动参与到患者护理当中,而且还可以传授家属腰椎功能康复方法,叮嘱协助监督患者开展训练。另外一方面进行延续性护理。患者出院之后可以委托专业的护理人员通过运用随访护理干预的方法,对患者康复具体情况进行了解,同时还要给予患者相关引导,将患者遵医行为提高。

第三,给予患者药物方面护理。首先使用中药对患者进行热敷,采用这种方法能够对患者的肌肉痉挛进行缓解。确保炎症以及淤血可以快速吸收,同时还能运用药物对部分进行吸收。采用这种方法能够直达病患处的目的,对患者热敷护理时,还要对热敷的情况全面进行检查,如果发现方法或者部位不对,第一时间进行改正,严格对药液温度进行把控,注意温度不能过高,避免患者局部皮肤出现烫伤或者延误其他治疗。其次是用药护理。患有腰椎间盘突出症状的患者最常见的症状就是疼痛,对于这种症状不仅可以运用活血化瘀,缓解神经根药物进行治疗,而且还可以使用抗炎止痛药物。而患有这种症状,肠胃功能比较差的患者,提前告知患者正确服用药物时间,用药期间出现的不良反应,第一时间给予反馈。

2 结果

2.1 对比康复组和常规组患者护理前后疼痛和腰椎功能

对比康复组和常规组患者在进行护理前后的疼痛以及腰椎功能并没有统计学意义,其中康复组护理之后的各项评分都要比常规组低,而其中屈伸、侧屈以及旋转等活动度都要比常规组大,对比差异有统计学意义,如表1。

表1 对比康复组和常规组患者护理前后疼痛和腰椎功能

($\bar{x} \pm s$) 分

组别	常规组 (n=25)		康复组 (n=25)	
	护理前	护理后	护理前	护理后
疼痛评分	6.51 ± 1.31	3.34 ± 1.11	6.37 ± 1.11	1.30 ± 0.33
屈曲活动度	50.37 ± 8.47	61.47 ± 6.78	51.25 ± 9.01	70.25 ± 7.41
侧屈活动度	39.57 ± 12.13	42.27 ± 4.74	39.28 ± 14.12	47.46 ± 6.74
旋转活动度	37.17 ± 12.36	40.15 ± 4.28	38.68 ± 13.12	45.36 ± 5.71

与常规组护理后比较, *P<0.05。

2.2 对比康复组和常规组患者生活质量水平

对采用保守治疗的腰椎间盘突出症状患者进行护理前后的身体疼痛感、社会以及心理等各方面生活质量评分进行对比,其中康复组的各项质量水平都要比常规组高,两组之间的

差异对比有统计学意义, 如表2。

表2 对比康复组和常规组患者生活质量水平 ($\bar{x} \pm s$)

生活质量	康复组 (n=25)	常规组 (n=25)
躯体疼痛	71.12 ± 14.44	63.10 ± 10.02
活力	70.45 ± 9.15	62.05 ± 9.26
躯体活动	75.11 ± 11.03	63.77 ± 11.12
躯体活动影响	72.33 ± 10.16	65.23 ± 9.32
社会功能	74.48 ± 10.24	67.10 ± 10.28
心理	78.45 ± 13.02	64.35 ± 12.01
情绪影响	79.10 ± 11.78	68.44 ± 11.85
健康总体自评	66.15 ± 9.11	54.23 ± 9.67

3 讨论

从有关探究中可以了解到, 腰椎间盘突出症状地跟患者的年龄、职业以及遗传等各项因素都有直接关系, 再加上这些年由于生活质量水平的不断提高, 人们生活节奏越来越快, 生活压力也随之加大, 这种疾病发病概率逐渐呈现上升趋势, 对患者的生活质量各方面产生不利影响。在调查过程中可以知道患有慢性腰椎间盘突出的患者通过运用 SF-36 调查表中的各项生活质量水平都要比我国常规用到的调查表低。对这种症状进行治疗的方法有保守治疗和手术治疗, 而不管运用任何一种方法治疗腰椎间盘突出症状, 都很难获得理想治疗效果, 所以对这类症状患者进行治疗时采用护理干预方法非常重要。

对开展保守治疗的腰椎间盘突出患者采取护理能够有效

参考文献:

- [1] 薛明琴. 护理干预在腰椎间盘突出症保守治疗中的应用[J]. 实用临床医药杂志, 2015, 19(2): 47-49.
- [2] 吴佩霖, 卢江华, 吴委玲. 优质护理干预措施在 40 例行保守治疗的腰椎间盘突出症患者中的应用效果研究[J]. 中国实用医药, 2015(16): 215-216.
- [3] 朱玉叶. 护理干预对腰椎间盘突出症保守治疗效果的影响[J]. 临床医药文献电子杂志, 2016, 3(53): 10559-10525.
- [4] 李晓兰, 何天平. 个性化护理对中药熏蒸综合疗法治疗腰椎间盘突出症患者的影响[J]. 西部中医药, 2014, 27(7): 123-125.
- [5] 袁红梅, 杨顺碧, 周爱婷. 红外线照射配合腰椎牵引联用康复护理对腰椎间盘突出症患者的疗效影响[J]. 激光杂志, 2014, 35(5): 67-68.

缓解患者疼痛感, 使患者能够快速适应环境以及社会, 将自身生活质量提高。对腰椎间盘突出症状而言, 首要选择用到的方法就是保守治疗, 而对这类患者进行治疗过程中并没有对使用的护理方法进行统一。而从有关研究当中可以看出, 对这类症状患者进行个性化的护理方法, 能够有效将其治疗效果提高, 对患者的生活质量进行改善。而此次探究在常规护理的情况下, 对患者生理和心理方面进行康复护理, 要求患者对功能锻炼提高重视, 这样能够进一步推动患者病情的康复时期, 保持积极治疗心态, 对患者治疗依从性和积极性有着重要性, 同时家属参与这项护理工作中, 使患者能够更好配合这项治疗和护理工作, 从此次探究结果当中可以看出, 对腰椎间盘突出症状患者进行个人护理过程中, 康复组护理之后的疼痛感有所降低, 同时其腰椎功能有所提高。因此说这个阶段是医疗和护理相互衔接、影响、成就的一个阶段, 开展功能锻炼, 能够将患者腰椎间盘突出症状治疗效果提高, 使其功能恢复速度越来越快, 为减少患者腰腿疼痛提供一定保障。在此次探究当中, 针对患者进行生理康复护理时, 委托专业的护理人员据相关标准对患者功能锻炼给予一定引导, 通过运用比较简单的动作和容易掌握的方法, 根据相关规律、加强的原则进行这项锻炼, 逐渐从简单到复杂、从被动到主动, 依次对患者的腰椎活动范围进行恢复, 在加强其腰背肌力量的过程中, 还能缓解其身体其他部位疼痛感。

总而言之, 在此次探究中可以看出, 对康复组患者进行护理之后的心理、躯体以及生理等等各方面评分都要比常规组高。因此说对进行保守治疗的腰椎间盘突出症状患者进行护理干预, 能有效对患者生活质量进行改善, 这项干预方法值得大量推广和运用。