

中医护理方案的应用对气滞血瘀型 膝骨关节炎病人生活质量的影响

纪蓓莉

上海中医药大学附属龙华医院 上海 200032

【摘要】目的：探究气滞血瘀型膝骨关节炎患者实施中医护理方案应用价值。**方法：**将本院接收的 100 例气滞血瘀型膝骨关节炎患者随机分为对照组与研究组各 50 例。对照组实施常规护理，研究组在此基础上给予中医护理方案，对比组间患者护理前后生活质量评分。**结果：**组间患者护理前，社会功能、躯体疼痛、精神健康、生理职能、生理机能、情感职能等评分差异性较小 $P>0.05$ ，护理后，对照组各项评分显著低于研究组，差异性较大 $P<0.05$ ，存在统计学意义。**结论：**将中医护理方案应用于气滞血瘀型膝骨关节炎患者中，可有效促进其生活质量提升，临床应用价值显著。

【关键词】：中医护理；气滞血瘀型；膝骨关节炎；生活质量

膝骨关节炎在临床属常见性、多发性疾病，此疾病发病机制暂无准确定论，治愈率较低。有研究证实，我国 60 岁以上人群发病率高达 75% 以上^[1]。膝关节疼痛、肿胀、畸形、僵硬等为此疾病主要临床表现，患者生活质量受到严重影响^[2]。中医将此疾病分为气滞血瘀、肝肾亏虚、寒湿阻痹、气血虚弱型等四种类型，临床多以气滞血瘀型常见。有研究表明^[3]，中西医结合治疗该疾病效果显著。而在治疗过程中，优质的护理干预尤为重要，可在提升患者治疗效果的同时，有效促进其生活质量提升。本院将 100 例气滞血瘀型膝骨关节炎患者进行分组研究，探究中医护理方案对其应用价值，汇报如下：

1 资料与方法

1.1 基本资料

纳入本院收治的气滞血瘀型膝骨关节炎患者 100 例作为本次研究对象，2018 年 10 月至 2019 年 10 月为患者收取时间。遵从随机数字表分组方式，将入选患者进行分组研究，对照组、研究组为其组名，患者各 50 例。对照组由男性 21 例患者，女性患者 29 例组成，其年龄分布于 43-79 岁，平均年龄 (62.37 ± 1.52) 岁，研究组由男性患者 22 例，女性患者 28 例组成，其年龄分布于 42-77 岁，平均年龄 (62.41 ± 1.46) 岁，两组患者一般资料比较，差异性较小 $P>0.05$ ，具有比较价值。

1.2 方法

将常规护理应用于对照组，主要表现为：口头为患者讲解气滞血瘀型膝骨关节炎相关知识，叮嘱其在治疗过程中相关注意事项，严密监测患者病情变化，根据患者自身情况，为其制定康复训练计划，告知其饮食相关注意事项，定时对病房进行消毒与通风，为患者打造优质的病房环境等。

在对照组护理基础上，将中医护理方案应用于研究组患者中，具体表现为以下几方面：①饮食干预：患者在患病过程中，应控制多脂肪、过油腻食物的食用，尽最大可能降低体重，使关节负荷得以降低，食物应以奶类、鱼类、坚果、新鲜瓜果蔬菜为主，生冷、刺激性食物禁食，患者可适当食用山楂丹参汤，黄芪、麻仁、莲藕等行气消散、活血化瘀食物，进而起到活血化瘀之效；②生活干预：指导患者多卧床休养，待病情好转后，逐渐进行适量运动，运动量应以患者肢体耐受度为准，若患者关节僵硬严重，应实施被动运动，并给予其适当按摩，膝眼穴、丘穴、鹤顶穴、犊鼻穴等为主要按摩穴位，每天按摩 20 分钟，按摩过程中，力度要适中，根据护理人员接受的培训标准实施按摩，患者病情会在阴天、下雨时期加重，疼痛加剧，此时应在膝关节部位添加护膝，为患者进行保暖，告知患者该时间段尽量卧床休养，不要外出，对于长期卧床患者，应使用软垫支撑肢体，定时更换卧位，避免出现关节受限现象；③情志干预：中医认为，人体五脏六腑功能与其喜、怒、哀、乐、悲、恐等情志密不可分，过度的负性情志将会严重影响患者脏器功能，膝骨关节炎由于其身体受到一定限制，不可随自己心情活动，易产生焦虑、抑郁、烦躁等不良心理，此时，护理人员应详细介绍气滞血瘀型膝骨关节炎相关知识，并为其讲解与其病情相似治疗效果优异病例，使其治疗信心得以提升，引导患者将内心想法叙述，做好倾听者角色，专业回答患者提出的问题，使其不良情绪得以缓解，建立乐观心态，提升其康复信心；④家属干预：劝导与宽慰患者家属，指导其帮助医护人员对患者进行劝导，并告知患者家属，亲情重要性，使患者家属从亲情角度出发，劝诫患者积极配合治疗，使患者感受到家庭温暖，增强治疗信心，有助于早日康复。

1.3 观察指标

利用 sf-36 生活质量量表观察组间患者护理前后生活质量评分,其中包括:社会功能、躯体疼痛、精神健康、生理职能、生理机能、情感职能等六方面,每项总分为 100 分,分数越高说明生活质量越好。

1.4 统计学

研究组与对照组所有数据采用 SPSS21.0 软件处理,生活质量评分采用 t 检验,差异呈 $P < 0.05$,表示构成统计学意义。

2 结果

护理前,两组患者生活质量各项指标评分无明显差异 $P > 0.05$,护理后,研究组社会功能、躯体疼痛、精神健康、生理职能、生理机能、情感职能等评分均显著高于对照组,差异显著 $P < 0.05$,统计学意义形成。表一呈现相关数据。

表一 对比组间患者护理前后生活质量评分

		社会功能		躯体疼痛		精神健康		生理职能		情感职能	
组别	例数	护前	护后	护前	护后	护前	护后	护前	护后	护前	护后
研究组	50	62.3	86.9	68.9	84.6	72.3	87.8	52.3	87.8	78.7	93.6
		±	±	±	±	±	±	±	±	±	±
对照组	50	5.6	2.4	5.3	2.6	2.8	2.6	4.7	2.6	7.5	1.5

参考文献:

- [1] 马红霞,齐然,周晓峰.中医情志护理对膝关节骨性关节炎患者负性情绪及生活质量的影响[J].光明中医,2019,34(22):3520-3522.
- [2] 洪丽红,薛丽珍.中医护理模式在膝骨性关节炎中的实施效果观察[J].基层医学论坛,2019,23(33):4853-4854.
- [3] 张小燕.膝关节骨性关节炎的中医中药护理干预效果观察[J].临床合理用药杂志,2019,12(28):84-85.
- [4] 周群,余洋.中医健康管理对膝骨性关节炎病人症状和生活质量影响的研究[J].护理研究,2019,33(14):2476-2478.
- [5] 陈真玉.1+3+X 新型中医护理模式在膝关节骨性关节炎患者护理中的应用效果观察[J].医学理论与实践,2020,33(7):1187-1189.

对照	50	62.9	76.8	68.8	79.3	73.2	82.5	52.4	71.5	78.8	86.5
		±	±	±	±	±	±	±	±	±	±
组		4.9	2.3	5.2	3.5	3.3	2.3	3.9	3.6	6.8	1.4
t		0.57	21.4	0.09	8.59	1.47	10.7	0.11	25.9	0.06	24.4
		0	84	5	5	0	96	5	54	9	68
P		0.28	0.00	0.46	0.00	0.07	0.00	0.45	0.00	0.47	0.00
值		4	0	2	0	2	0	4	0	2	0

3 讨论

祖国医学将膝骨关节炎归属于“痹症”范畴,外邪入侵、经络阻塞、气血运化不足为其主要致病原因^[4]。气滞血瘀型膝骨关节炎临床发病率相对较高,有学者表明,患者在治疗过程中实施中医护理,可有效提升其生活质量^[5]。在实际操作过程中,实施饮食干预可在保证患者营养的同时,最大程度降低体重,减轻膝关节负荷,同时起到活血化瘀之效,生活干预可有效促进患者康复时间,提升其舒适性,防止疾病复发,避免病情恶化,情志干预可有效提升患者治疗依从性,将其不良情绪得以纾解,能够提升患者治疗信心,使其治疗效果得以提升,家属干预可使患者家属加入到护理中,使患者感受到亲情支持,进而提高患者治疗信心。总而言之,中医护理方案是一种全面性、系统性护理模式,对患者康复具有促进作用。

综上所述:气滞血瘀型膝骨关节炎患者在治疗过程中,实施中医护理可有效提升生活质量,值得临床推广应用。