

腰椎间盘突出症患者采用中医特色护理的疗效分析

余承静

上海中医药大学附属龙华医院 上海 200032

【摘要】目的：探究腰椎间盘突出症患者采用中医特色护理的临床疗效。方法：选取于2019年1月至2020年10月本院收治的130例腰椎间盘突出症患者，随机分为观察组（中医特色护理）和对照组（常规护理）各65人。结果：相比于对照组，观察组护理满意度（96.92%）较高，复发率（6.15%）较低（ $P < 0.05$ ）；且干预后，观察组VAS、VRS、PPI及睡眠质量评分均较低，生活质量评分均较高（ $P < 0.05$ ）。结论：对腰椎间盘突出症患者采用中医特色护理能够获得更为理想的干预效果。

【关键词】：腰椎间盘突出症；中医特色护理；临床疗效

Analysis of curative effect of TCM special nursing for patients with lumbar disc herniation

Chengjing Yu

Longhua Hospital Shanghai University of Traditional Chinese Medicine, Shanghai, 200032

Abstract: Objective: To explore the clinical effect of TCM special nursing for patients with lumbar disc herniation. Methods: A total of 130 patients with lumbar disc herniation treated in our hospital from January 2019 to October 2020 were randomly divided into observation group (TCM characteristic nursing) and control group (conventional nursing), 65 in each group. Results: Compared with the control group, the nursing satisfaction of observation group (96.92%) was higher, and the recurrence rate (6.15%) was lower ($P < 0.05$). After intervention, VAS, VRS, PPI and sleep quality scores were lower in the observation group, and quality of life scores were higher in the observation group ($P < 0.05$). Conclusion: The treatment of patients with lumbar disc herniation with TCM characteristic nursing can obtain more ideal intervention effect.

Keywords: Lumbar disc herniation; TCM characteristic nursing; Clinical curative effect

腰椎间盘突出症指的是腰椎间盘的多个部分出现退行性的病变，在外力的作用下，椎间盘会有纤维环破裂现象发生，髓核组织会突出至后方或椎管内，从而刺激并压迫周围脊神经根，导致疼痛等不良症状出现^[1-2]。在腰椎间盘突出症治疗期间，如果能够为其提供系统的护理干预，将会有效提高治疗效果^[3]。因此，旨在探究腰椎间盘突出症患者采用中医特色护理的临床疗效。

1 资料与方法

1.1 一般资料

选取于2019年1月至2020年10月本院收治的130例腰椎间盘突出症患者，随机分为观察组和对照组各65人。观察组男35例、女30例，平均年龄（47.26±8.13）岁；对照组男33例、女32例，平均年龄（46.87±7.19）岁。一般资料无差异， $P > 0.05$ 。

1.2 方法

给予观察组中医特色护理：（1）成立专门的中医特色护理小组。就诊时，护理人员需要通过“望、闻、问、切”的方法对患者的情况主动询问，包括糖尿病的症状、病程及患者的心理情绪、身体感受等，将腰椎间盘突出症电子健康方案建立起来。（2）在治疗期间，护理人员需要采取针对性的手段对患者进行健康宣教，全面整理腰椎间盘突出症的相关知识，将其制

成健康知识手册，向患者介绍腰椎间盘突出症的致病因素、临床表现、治疗手段、运动、饮食等相关方面的内容，并告知患者健康生活和按时服药的必要性和重要性，提升其自我护理能力。对患者存在较差的理解能力，则需要对其实施一对一讲解，利用视频、图片等直观的方式将腰椎间盘突出症的健康知识告知患者，促进其自我护理能力有效提高；定期开展知识讲座，耐心解答患者的疑问；将微信公众平台建立起来，通过扫描二维码的方式让患者关注平台，定期推送有关腰椎间盘突出症的知识，患者可以随时查阅。（3）中医情志护理。由于自身情绪无法疏解，且受外部各种压力的影响，较易使患者的机体出现血瘀情况，阻碍内在运行，所以容易导致患者出现各种不良情绪。护理人员可以用以情胜情法与患者交流，使其保持心情愉快，缓解内心的悲伤感。或用说理开导法，与患者正面交流，树立战胜疾病的信心。（4）运动干预。指导患者适当运动，将中医健身方法教会患者，例如八段锦等，起到疏通经络的作用。在运动过程中，嘱患者遵循循序渐进的原则。（5）出院前健康宣教。通过微信的方式，每周进行一次专业答疑，针对患者的问题，需要由专业的人员为患者答疑解惑，让患者对腰椎间盘突出症具有更加正确的认识，在出院后保证患者能够获得延续性的护理干预和专业指导。而采用常规手段护理对照组。

1.3 观察指标

（1）护理满意度；（2）复发率；（3）运用VAS、VRS、

PPI 评分标准^[4]评价疼痛症状；（4）运用 PSQI 评分标准^[5]评定睡眠质量；（5）参照简明健康量表（SF-36）^[6]评价生活质量。

1.4 统计学分析

运用 SPSS22.0 统计学软件，用“ $(\bar{x} \pm s)$ ”、“ $[n(\%)]$ ”表示，“t”“ χ^2 ”检验， $P < 0.05$ 为差异有统计学意义。

2 结果

2.1 护理满意度

观察组高于对照组（ $P < 0.05$ ），见表 1。

表 1 护理满意度 $[n(\%)]$

组别	例数	非常满意	满意	不满意	总满意度
观察组	65	32	31	2	96.92%(63/65)
对照组	65	25	26	14	78.46%(51/65)
χ^2					12.105
P					<0.05

2.2 复发率

观察组低于对照组（ $P < 0.05$ ），见表 2。

表 2 复发率 $[n(\%)]$

组别	例数	复发例数	复发率
观察组	65	4	6.15%(4/65)
对照组	65	9	13.85%(9/65)
χ^2			13.584
P			<0.05

2.3 VAS、VRS、PPI 评分

干预后，观察组低于对照组（ $P < 0.05$ ），见表 3。

表 3 VAS、VRS、PPI 评分（ $\bar{x} \pm s$ ，分）

检查指标	观察组（n=65）	对照组（n=65）	t	P	
VAS 评分	干预前	5.84 ± 1.24	5.88 ± 1.25	2.584	>0.05
	干预后	4.01 ± 1.01	4.74 ± 1.11	10.026	<0.05
VRS 评分	干预前	35.18 ± 1.35	35.21 ± 1.64	1.384	>0.05
	干预后	25.34 ± 1.02	28.39 ± 1.38	12.118	<0.05
PPI 评分	干预前	4.64 ± 0.74	4.66 ± 0.59	2.024	>0.05
	干预后	2.35 ± 0.36	3.52 ± 0.44	9.795	<0.05

2.4 睡眠质量

干预后，观察组均低于对照组（ $P < 0.05$ ），见表 4。

表 4 睡眠质量（ $\bar{x} \pm s$ ）

检查指标	观察组（n=65）	对照组（n=65）	t	P	
觉醒次数（次）	干预前	5.28 ± 1.52	5.32 ± 1.27	5.214	>0.05
	干预后	1.21 ± 0.37	3.60 ± 1.85	12.397	<0.05
入睡时间（h）	干预前	4.25 ± 0.68	4.24 ± 0.59	3.642	>0.05
	干预后	0.29 ± 0.16	1.61 ± 0.31	10.354	<0.05
睡眠质量评分（分）	干预前	8.12 ± 1.39	8.10 ± 1.29	2.394	>0.05
	干预后	3.29 ± 1.40	6.37 ± 1.25	12.558	<0.05

2.5 生活质量

干预后，观察组均高于对照组（ $P < 0.05$ ），见表 5。

表 5 生活质量（ $\bar{x} \pm s$ ，分）

检查指标	观察组（n=65）	对照组（n=65）	t	P	
躯体功能	干预前	75.21 ± 10.33	75.02 ± 11.25	5.241	>0.05
	干预后	90.25 ± 10.54	80.25 ± 11.08	10.524	<0.05
社会功能	干预前	62.35 ± 10.11	61.95 ± 10.74	5.824	>0.05
	干预后	90.20 ± 10.25	80.15 ± 12.02	15.241	<0.05
角色功能	干预前	66.35 ± 9.35	66.39 ± 10.28	2.215	>0.05
	干预后	89.58 ± 10.52	72.52 ± 12.05	12.548	<0.05
认知功能	干预前	56.39 ± 11.38	57.50 ± 11.58	3.654	>0.05
	干预后	89.36 ± 10.58	70.32 ± 10.02	14.152	<0.05
总体健康	干预前	66.58 ± 10.52	65.98 ± 12.54	3.012	>0.05
	干预后	90.38 ± 10.02	72.52 ± 11.38	10.336	<0.05

3 讨论

现阶段，在工作压力不断加大和生活节奏日益加快的影响作用下，腰椎间盘突出发生率明显增高，且逐渐呈现年轻化趋势^[7]。马尾神经症状、下肢放射痛、腰痛等是该病的主要症状表现，其中腰痛的最典型的症状，导致腰痛发生的原因主要为：髓核刺激后纵带和纤维环外层，在窦椎神经的刺激作用下或表现出腰部疼痛症状，部分患者还有臀部疼痛伴随发生。坐骨神经痛是下肢放射痛的主要表现，该症状的发生与三方面因素有关，首先，椎间盘上的化学物质会对自身免疫系统产生刺激作用；其次，突出的髓核会对神经产生压迫作用，阻碍静脉回流，增加疼痛的敏感性；最后，受压的神经存在缺血情况，

大小便失控是马尾神经症状的典型表现。为改善预后恢复,除了对患者进行针对性的治疗以外,还应当为其提供系统、全面的护理干预。

通探究腰椎间盘突出症患者采用中医特色护理的临床疗效,结果显示,相比于对照组,观察组护理满意度(96.92%)较高,复发率(6.15%)较低($P<0.05$);且观察组疼痛症状、睡眠质量及生活质量改善更明显($P<0.05$)。分析原因主要在于:中医护理方法的理论指导是中医基本理论,同时在开展护理工作过程中能够与患者的实际情况有效结合。实施中医特色护

理,能够让患者对中医护理的科学性和优势具有充分的认识,提高其治疗依从性和配合度,有利于增强其自我护理能力。加强对患者的情志护理,能够使患者的不良情绪宣泄出来,在疾病康复过程中能够保持良好的心态,有利于改善其睡眠质量。强化健康宣教,能够使患者学会缓解疼痛的方法,进而减轻其疼痛症状,改善其生活质量。

综上所述,对腰椎间盘突出症患者采用中医特色护理,能够提高护理满意度,降低疾病复发率,减轻其疼痛症状,使其睡眠质量和生活质量得到明显改善。

参考文献:

- [1] 王彩霞.腰椎间盘突出症患者采用中医特色护理的疗效分析[J].中国城乡企业卫生,2021,36(2):151-152.
- [2] 蒋琴.中医特色护理对腰椎间盘突出症患者的影响[J].养生保健指南,2019(37):153.
- [3] 韩小梅.中医特色护理对腰椎间盘突出症患者的影响[J].临床医药文献电子杂志,2019,6(67):73,76.
- [4] ZHUOMAO MO, DONG LI, RENWEN ZHANG, et al. Comparisons of the Effectiveness and Safety of Tuina, Acupuncture, Traction, and Chinese Herbs for Lumbar Disc Herniation: A Systematic Review and Network Meta-Analysis[J]. Evidence-based complementary and alternative medicine: eCAM,2019,2019(4):6821310.
- [5] 明巍,陈蕾,梁伍今.腰椎间盘突出症患者的中医集束化护理研究[J].长春中医药大学学报,2017,33(6):966-968.
- [6] 李双聪.腰椎间盘突出症患者的中医特色康复护理方法[J].东方药膳,2019(15):223.
- [7] 陈茜.腰椎间盘突出症患者施行中医护理的效果及护理对策[J].养生保健指南,2020(42):6,70.