

互联网+延续护理在腰椎间盘突出症患者中对 JOA 评分的价值

金媛媛

(西宁市第一人民医院 青海 西宁 810000)

摘要: 目的: 探讨互联网+延续护理在腰椎间盘突出症患者中对 JOA 评分的价值。方法: 将我院 2020 年 1 月-2021 年 12 月 60 例腰椎间盘突出症患者, 双盲随机法分二组。对照组给予常规护理, 实验组实施互联网+延续护理。比较两组护理前后 JOA 评分结果: 护理前两组 JOA 评分比较, $P > 0.05$, 护理后两组均显著升高, 而其中实验组显著高于对照组, $P < 0.05$ 。结论: 腰椎间盘突出症患者实施互联网+延续护理效果确切, 可改善腰椎功能。

关键词: 互联网; 延续护理; 腰椎间盘突出症患者; JOA 评分; 价值

由于生活和工作的快速发展, 人们生活和工作的压力越来越大, 人们的休闲活动和活动的次数也越来越少, 因此, 越来越多的人会出现腰椎间盘突出。腰椎间盘突出是一种比较普遍的病症, 随着身体的发育, 会发生椎间盘的脱位和畸变, 导致腰椎间盘突出。腰椎间盘突出是由于受风着凉、长期劳累、腰部受到损伤等原因引起的。腰椎间盘突出可导致骨盆周围、下肢酸胀麻木, 腰椎间盘突出还可能导致会阴、肛周、腰骶部和阴囊的坠胀和疼痛。病情好转后如果没有进行适当的运动训练, 很容易导致病情复发, 对病人的工作和生活产生很大的负面作用^[1-2], 为了让病人获得医疗专家的帮助与引导, 加强患者遵医行为, 并坚持进行适当的康复训练, 以达到巩固疗效, 本研究探讨了互联网+延续护理在腰椎间盘突出症患者中对 JOA 评分的价值, 报道如下。

1 资料和方法

1.1 一般资料 两处时间不一致

将我院 2020 年 1 月-2021 年 12 月 60 例腰椎间盘突出症患者, 双盲随机法分二组。每组例数 30。

其中实验组年龄 42-71 岁, 平均 (49.21 ± 2.27) 岁, 男 19: 女 11。对照组年龄 38-75 岁, 平均 (49.78 ± 2.91) 岁, 男 17: 女 13。两组一般资料统计 $P > 0.05$ 。本研究经伦理批准。

1.2 方法

对照组给予常规护理, 实验组实施互联网+延续护理。(1) 建立延续护理团队, 包括 1 名临床医师、2 名护士, 并针对每个病人的不同特点, 制订一套合理的延续护理计划, 开设护理热线、建立康复病人 QQ 群、微信群。(2) 疾病知识宣导: 住院后, 资深的疼痛康复专家将疾病的发生、发展、转归及注意的问题, 运用不同的方法进行解释。对新疗法、新观点、康复知识和技术要点进行现场示范, 增进护患互动, 重点是让病人或亲密的人参与康复训练, 以达到指导、协助、监督病人出院后的功能锻炼。(3) 在患者出院后, 定期与患者进行 QQ、微信沟通, 并定期在网上定期向患者讲解病情, 并及时通知患者返回医院进行复查, 随访过程提供膳食指导、功能训练指导, 对病人的依从性进行监督, 督促、引导病人坚持用药、合理膳食, 并对其进行心理辅导, 了解病人在新的康复方案下所获得的成就和问题, 并对其进行及时的辅导; 护理团队每隔 2 周通过互联网进行一次健康教育, 并通过网络进行强化康复训练。(4) 建立延续护理档案, 详细记录病人在延续照护过程中的恢复状况, 有没有复发或恶化, 并针对不同的情况, 提供个性化的指导。对病情较严重的患者, 应及时就诊。

1.3 观察指标

比较两组护理前后 JOA 评分。

1.4 统计学处理

SPSS23.0 软件中, 计数 χ^2 统计, 计量行 t 检验, $P < 0.05$ 表示差异有意义。

2 结果

护理前两组 JOA 评分比较, $P > 0.05$, 护理后两组均显著升高, 而其中实验组显著高于对照组, $P < 0.05$ 。如表 1。

表 1 护理前后 JOA 评分比较 ($\bar{x} \pm s$, 分)

组别 (n)	JOA 评分	
	护理前	护理后
对照组(30)	10.21 ± 1.33	15.32 ± 2.03
实验组(30)	10.37 ± 1.53	22.05 ± 3.23
t	0.144	20.213
P	> 0.05	< 0.05

3 讨论

腰椎间盘突出症是由髓核、其它神经根、脊髓等组织所致, 主要表现为腰痛、活动受限、下臀部、足部麻木、疼痛、无力。腰椎间盘突出是一种局部的结构变化, 由于长期的姿势不当, 周围的纤维环断裂, 中心的髓核突出, 会对周围的组织造成压力, 造成下肢放射性的麻木, 肌肉收缩无力。可以通过牵引结合运动康复、针灸理疗等方式进行缓解, 如果不能缓解, 就必须进行外科手术, 避免对日常生活造成影响。延续照护是将住院服务延伸至家庭的一种护理方式, 对改善慢性病人的生活能力、改善其生存质量、提高其预后具有重要意义, 使病人在出院后可以得到正规的医疗和护理, 以巩固疗效, 促进病人的恢复^[3]。通过延续护理, 病人可以在住院的时候享受到更多的医疗服务, 同时也可以出院后接受良好的心理疏导、药物指导和康复训练, 从而保证病人的恢复, 可以提高患者的护理满意度, 拉近医患之间的联系, 赢得患者的信任、支持和理解^[4-5]。

本研究显示, 护理前两组 JOA 评分比较, $P > 0.05$, 护理后两组均显著升高, 而其中实验组显著高于对照组, $P < 0.05$ 。这是因为, 通过微信等互联网方式为病人提供延续的医院外护理, 从而主动地满足病人在家庭护理中的需要, 并能及时地解决病人在家中的护理问题。科室成立延续护理团队, 根据病人的个体特征, 制订延续护理方案, 通过网络、电话随访等多种途径为患者提供健康指导, 主动提供心理疏导及家庭生活行为指导, 可拉近护患关系, 帮助患者积极解决生活中遇到的难题, 满足患者心理及健康知识需求, 从而有效提高了患者康复效果。

综上, 腰椎间盘突出症患者实施互联网+延续护理效果确切, 可改善腰椎功能。

参考文献:

- [1]王维维. 多学科延续性护理模式对老年腰椎间盘突出术后患者功能恢复的影响[J]. 现代实用医学, 2021, 33(12):1657-1658.
- [2]郑彩云. 综合护理干预对腰椎间盘突出术后恐惧症的影响[J]. 医学理论与实践, 2021, 34(17):3093-3095.
- [3]叶瑶. 综合护理对接受微创手术的腰椎间盘突出症患者的临床效果[J]. 中国现代医生, 2021, 59(32):169-172.
- [4]钟智荣, 林旭霞, 谢地香. 基层医院延续性护理在腰椎间盘突出症术后患者中的应用效果[J]. 当代护士(下旬刊), 2021, 28(11):79-82.
- [5]庞瑞. 延续性康复护理对腰椎间盘突出症患者出院后腰腿痛及脊髓神经功能的影响[J]. 当代护士(下旬刊), 2021, 28(11):85-87.