

腰椎间盘突出症的中医护理方案临床应用效果探讨

练琼芳 余悦 杨慧林 杨益 李明星
(成都八一骨科医院)

摘要:目的: 探讨中医护理方案在腰椎间盘突出症患者中应用。方法: 研究对象选取我院 2021 年 1 月~2023 年 2 月收治的 60 例腰椎间盘突出症患者, 随机分为应用常规护理的对照组和应用中医护理方案的研究组, 各 30 例。比较两组干预效果。结果: 护理后研究组 SAS、SDS 评分均明显低于对照组 ($P<0.05$); 研究组腰痛评分症状评分明显低于对照组 ($P<0.05$), JOA 评分明显高于对照组 ($P<0.05$) 护理后干预组各项生活质量评分指标均明显高于对照组 ($P<0.05$)。结论: 腰椎间盘突出症应用中医护理可有效改善患者负面情绪, 有利于提高患者生活质量, 对于促进患者康复具有积极意义。

关键词:腰椎间盘突出症; 中医护理; 生活质量

Clinical application of traditional Chinese medicine nursing plan for lumbar disc herniation

Lian Qiongfang, Yu Yue, Yang Hui, Lin Yangyi, Li Mingxing

Chengdu Bayi Orthopedic Hospital

Objective: To explore the application of traditional Chinese medicine nursing programs in patients with lumbar disc herniation. **Methods:** The study subjects selected 60 patients with lumbar disc herniation admitted to our hospital from January 2021 to February 2023, and were randomly divided into a control group using conventional nursing and a study group using traditional Chinese medicine nursing regimen, with 30 patients each. Compare the intervention effects between the two groups. **Results:** After nursing, the SAS and SDS scores in the study group were significantly lower than those in the control group ($P<0.05$); The symptom score of low back pain in the study group was significantly lower than that in the control group ($P<0.05$), and the JOA score was significantly higher than that in the control group ($P<0.05$). After nursing, various quality of life scores in the intervention group were significantly higher than those in the control group ($P<0.05$). **Conclusion:** The application of traditional Chinese medicine nursing for lumbar disc herniation can effectively improve the negative emotions of patients, contribute to improving the quality of life of patients, and have positive significance in promoting the rehabilitation of patients.

[Key words] Lumbar disc herniation; Traditional Chinese medicine nursing; Quality of life

腰椎间盘突出症是以腰部疼痛、下肢放射疼痛、肢体麻木、下肢活动受限、间歇性跛行为主要表现的骨科常见疾病, 其发病主要为脊神经因破裂纤维环、变形腰椎间盘突出和髓核组织突出受压迫所致, 疾病发展严重会导致患者生活不能自理和瘫痪^[1-2]。常规护理有一定效果, 但效果不理想, 随着中医学发展, 中医护理在各种疾病护理中被广泛应用。本次研究主要探讨中医护理方案在腰椎间盘突出症患者中应用, 具体如下。

1 资料与方法

1.1 一般资料

研究对象选取我院 2021 年 1 月~2023 年 2 月收治的 60 例腰椎间盘突出症患者, 随机分为研究组和对照组, 各 30 例。两组患者一般资料可比 ($P>0.05$), 见表 1。

表 1 两组患者一般资料比较

组别	例数	性别 (%)		平均年龄 (d)	病程 (年)	BMI (kg/m ²)
		男	女			
研究组	30	13 (43.33)	17 (56.67)	47.62 ± 4.25	3.43 ± 1.18	23.43 ± 1.24
对照组	30	14 (46.67)	16 (53.33)	47.37 ± 4.13	3.41 ± 1.35	23.54 ± 1.34

t/X ²	0.225	0.231	0.061	0.330
P	0.635	0.818	0.952	0.723

1.2 方法

对照组实施常规护理。研究组在常规护理基础上增加中医护理方案: (1) 用药护理: 辨证选择口服本院何氏中成药或中药汤剂, 辨证外治选择本院何氏膏药与药酒, 注意观察用药后反应和效果。血瘀气滞证以行气活血祛瘀止痛, 可服用肿痛宁胶囊每日 3 次每次 3-4 粒饭后服用, 桃红四物汤每日一剂分三次饭后半小时温服; 寒湿痹阻证以温经散寒祛湿通络, 可口服止痛壮骨胶囊每日 3 次每次 3-4 粒饭后服用, 独活寄生汤加减宜饭后半小时温服; 湿热痹阻证以清利湿热通络止痛, 大秦苳汤每日一剂分三次宜饭后半小时温服; 肝肾亏虚证以补益肝肾通络止痛, 右归丸、止痛壮骨胶囊每日 3 次每次 3-4 粒饭后服用, 杜仲养元液每日 3 次每次 15ml; 穴位敷贴: 急性期患处用消肿止痛膏, 缓解期及恢复期用强腰壮骨膏、风湿痹痛膏每日一贴; 中药熏蒸: 根据不同的辨证分型, 将煎煮好的中药汤剂, 先以热气熏蒸患处, 每日 1 次每次 15-20min; 外喷药酒涂擦: 杜五液、二通液外擦患处并使用手法按摩至患处发热, 药物干燥吸收每日一次。(2) 情志护理: 评估患者心理状态, 患者不良情绪抑郁移情畅志法进行排解, 加强对患者的健康宣教, 提高患者疾病认知和健康意识, 使患者对治疗更具信心; (3) 辨证施膳: 患

者的膳食方案根据四性、归经等理论进行制定。气滞血瘀型患者的食材以活血化瘀为主，叮嘱患者严禁使用甘肥腻食物；寒湿痹阻型食材以益气养血、温经散寒、祛湿通络为主，严禁食用寒凉生冷食物；湿热痹阻型以清热利湿通络为主，严禁食用辛辣燥热食物；肝肾亏虚型食材以滋阴养肾为主，严禁食用辛辣香燥食物。(4) 艾灸疗法：患者摆放俯卧位后，在患者膀胱经穴、下肢坐骨神经沿线穴位放置艾灸盒，每次 15~30min，每日 1 次。(5) 拔罐法：患者腰椎进行拔火罐治疗，每日 1 次，1 周 1 疗程。(6) 运动指导：根据患者的情况指导患者进行直腿抬高、踝泵运动和飞燕点水等运动，以促进康复。

1.3 观察指标

比较两组患者护理前后负面情绪、腰痛情况、症状评分、关节功能和活质量。

1.4 统计学意义

数据使用 SPSS22.0 统计软件分析，计量资料采用 ($\bar{x} \pm s$) 表示，两组间比较采用 t 检验，计数资料采用相对数表示，两组间比较采用 χ^2 检验， $P < 0.05$ 为差异有统计学意义。

2 结果

2.1 两组患者护理前后 SAS、SDS 评分比较

护理后研究组 SAS、SDS 评分均明显低于对照组 ($P < 0.05$)。见表 2。

表 2 两组患者护理前后 SAS、SDS 评分比较 ($\bar{x} \pm s$, 分)

分组	例数 (n)	SAS		SDS	
		护理前	护理后	护理前	护理后
研究组	30	52.75 ± 4.16	36.41 ± 3.28	54.61 ± 4.29	38.95 ± 3.74
对照组	30	52.33 ± 4.06	42.31 ± 3.06	54.37 ± 4.35	44.65 ± 3.28
t		0.456	8.317	0.248	7.247
P		0.649	<0.001	0.804	<0.001

2.2 两组患者治疗前后的腰痛评分、症状评分时间和关节功能比较

研究组腰痛评分症状评分明显低于对照组 ($P < 0.05$)，JOA 评分明显高于对照组 ($P < 0.05$)。见表 3。

表 3 两组患者护理前后腰痛评分比较 ($\bar{x} \pm s$, 分)

组别	例数	NRS 评分		症状评分		JOA 评分	
		治疗前	治疗后	治疗前	治疗后	治疗前	治疗后
研究组	30	5.76 ± 1.34	1.02 ± 0.03	5.43 ± 0.67	2.01 ± 0.43	15.78 ± 1.23	24.65 ± 1.23
对照组	30	5.77 ± 1.31	3.21 ± 1.21	5.41 ± 0.56	3.78 ± 0.34	15.72 ± 1.34	19.21 ± 1.42
t		0.029	9.910	0.125	17.685	0.181	15.860
P		0.977	<0.001	0.901	<0.001	0.857	<0.001

2.3 两组患者护理前后生活质量评分比较

护理后干预组各项生活质量评分指标均明显高于对照组 ($P < 0.05$)。见表 4。

表 4 两组患者护理前后生活质量评分比较 ($\bar{x} \pm s$, 分), n=30

组别	躯体功能		心理功能		社会功能		物质生活状态	
	治疗前	治疗后	治疗前	治疗后	治疗前	治疗后	治疗前	治疗后
研究组	32.43 ± 3.11	48.31 ± 2.35	43.23 ± 1.24	53.01 ± 2.34	55.18 ± 3.36	63.21 ± 2.21	38.28 ± 6.45	53.34 ± 4.52
对照组	31.43 ± 3.23	41.23 ± 2.11	43.22 ± 1.25	47.38 ± 3.32	55.13 ± 2.56	57.23 ± 3.02	38.36 ± 6.41	44.37 ± 5.34
t	1.411	14.178	0.036	8.766	0.075	10.106	0.056	8.109
P	0.162	<0.001	0.971	<0.001	0.941	<0.001	0.956	<0.001

3 讨论

保守治疗和手术治疗是两种治疗腰椎间旁突出症临床常用方法，手术治疗后患者长时间卧床休息，有较高的切口感染、深静脉血栓、硬膜外感染等发生风险，患者术后恢复也因此受到影响。保守治疗中对患者实施的常规护理干预虽然也可发挥一定效果，但干预效果不理想。

在祖国医学中，腰椎间盘突出症属于“痹症”、“血瘀症”范畴，导致患者发病的原因包括风、湿、淤、寒、虚等^[1]。中医学中应用按摩、艾灸、拔罐等方法可对患者的疼痛症状进行快速缓解，同时有利于改善患者功能，对于患者的康复有较好的促进作用。本次研究中，研究组护理后不良情绪、疼痛和症状评分均明显低于对照组，关节功能明显高于对照组，通过给予患者情志护理，改善了患者的不良情绪，对患者实施拔罐、艾灸和运动指导，改善了患者的局部血液循环，有利于减轻患者疼痛和改善患者关节功能。研究组护理后生活质量明显高于对照组，通过给予患者中医辩证膳食护理，纠正了患者的不良饮食习惯，提高了患者的健康水平，拔罐、艾灸、运动指导等减轻了患者疼痛，促进了患者关节功能的恢复，提高了患者的舒适度，患者生活质量也因此提高。

综上所述，腰椎间盘突出症应用中医护理通过实施情志护理、膳食指导、拔罐、艾灸和运动指导等干预措施可有效改善患者负面情绪，有利于提高患者生活质量，对于促进患者康复具有积极意义。

参考文献

[1] 高彩香,马琳,黄雪燕,等.腰椎间盘突出症保守治疗患者院外功能锻炼依从性变化的纵向研究[J]. 中华现代护理杂志,2022,28(29):4032-4038.
 [2] 路小纤,刘艳,张会敏,等. 腰椎间盘突出症病人疼痛灾难化与情绪状态、中医护理需求的相关性分析[J]. 护理研究,2022,36(16):3003-3005.
 [3] 周小芳,方群,顾敏洁,等. 独活寄生汤加减联合大面积灸法对寒湿型腰椎间盘突出症镇痛效果及生活质量的影响研究[J]. 中华全科医学,2021,19(2):298-301.

作者简介

练琼芳 女 本科 中医副主任护师 研究方向: 中医护理学在临床工作的应用