

# 舒适护理在腰椎间盘突出患者护理中的应用效果分析

唐兰

(贵州医科大学第二附属医院 556000)

**摘要:**目的 观察腰椎间盘突出患者对舒适护理模式的适应度。方法 所选样本确定来自2020年1月-2022年3月到院治疗腰椎间盘突出患者资料库,从对比护理实验的研究需求出发在患者资料库中随机选择样本100例,舒适护理和一般护理干预下的患者分别进入舒适组、一般组,最后对比具有代表性的护理指标,评价不同护理模式的应用成效。结果 舒适护理的小组患者疼痛评分、睡眠质量评分低于一般护理小组的患者,患者满意度(100.00%)高于一般组(90.00%)。结论 舒适护理对于腰椎间盘突出患者有多重功效,比一般护理更易于加速患者康复。  
**关键词:**舒适护理;腰椎间盘突出;效果

## 引言:

腰椎间盘突出临床发病率比较高,腰部和下肢疼痛是典型临床症状,部分患者伴随麻木、尿失禁、运动功能障碍等症<sup>[1]</sup>,患者的正常生活会受到影响,疼痛感明显,睡眠质量降低,还会关联患者的心理状态,总体来说该疾病可对患者造成不利的身心影响。从现代护理理念出发,一般护理无法全面满足腰椎间盘突出患者的多样化护理需求,舒适护理把患者的生理和心理感受都作为护理干预中的重要参考项,护理服务范围更广,护理服务成效更高,可以更好地满足腰椎间盘突出患者的实际需求。

## 1 资料与方法

### 1.1 资料

舒适组患者中男性32例、女性18例,29-80岁,年龄平均值为(55.8±6.32)岁;一般组患者中男性36例、女性14例,30-82岁,年龄平均值为(58.2±5.21)。

两组患者常规资料对比确定无统计学差别(P>0.05),不对实验结果造成影响。

研究经过院伦理委员会批准进行,患者知情同意。

### 1.2 方法

一般组行一般护理模式,包括病情观察与记录、卧床体位指导,以及牵引

治疗、红外线灯照射疗法、低周波疗法(科室没做这些治疗,只有微波,气压治疗,腰围固定)等相关的常规护理操作。

舒适组行舒适护理模式,除了一般护理措施外,还增加下述护理措施:

(1)基础护理:强化病房环境管理,除温度、湿度控制外,尽可能安排患者入住阳光充足的病房,安排硬板床,通过肌肉按摩护理促进血液循环,定时辅助患者翻身,注意保护患者胸腰椎。患者坐姿状态下为保证腰椎保持合适的前凸角度,后腰部放软枕作支撑。

(2)情绪疏导:腰椎间盘突出患者在疾病症状影响下出现负面情绪的可能性极大,长期的治疗与护理干预会让部分患者对治疗失去信心,要求护理人员对患者的情绪状态高度关注,及时洞察患者的情绪问题,与患者真诚沟通,尽快获得患者信任,帮助患者熟悉医院患者,鼓励病友之间交流治疗经验和体会,强化家庭支持;指导患者听音乐,观看娱乐短视频和综艺节目,以达到放松心情作用。

(3)睡姿指导:指导患者掌握正确睡姿,平躺入睡的患者可屈膝后在腿部下放垫枕头1-2个<sup>[2]</sup>,这种睡姿有助于放松臀部屈肌,在缓解腰部压力上作用明显。

(4)疼痛护理:腰椎间盘突出患者的腰部通常会出现比较明显的疼痛状态,临床多采用蜡疗或红外线热疗(没这个治疗)、热敷等治疗方式加速患者血液循环,可有效缓解患者腰部的不适感。此外,药物治疗中可口服布洛芬、氨酚待因,(常用药物有布洛芬,氟比洛芬酯)达到消炎、镇痛的目的。

(5)康复锻炼:康复期患者要适当参与康复锻炼活动,用于减轻腰椎间盘突出压力,保护脊椎,增强机体活力,改善不良心理状态,使患者建立治愈信心。常用方法包括健走、五点支撑法、小燕飞法等<sup>[3]</sup>,具体的康复运动计划要具体结合患者实际情况。健走,建议每天进行1-2次即可,单次时长为30min,活动后注意水分补充;

五点支撑法,建议每天进行2-3次,单次运动间隔休息5-10min,单次运动20-30min;小燕飞法,建议每天1次,单次运动15-30min。运动过程中规范佩戴支具,嘱咐患者禁止参与体力劳动。

## 1.3 观察指标

借助视觉模拟评分法评分量表(VAS)、睡眠质量情况采用匹兹堡睡眠质量指数量表(PSQI)、患者满意度调查表获得重要实验指标。VAS评分、PSQI评分越高患者疼痛程度、睡眠障碍越明显,患者满意度=非常满意+满意度。

## 1.4 统计学分析

SPSS24.0软件处理数据,χ<sup>2</sup>检验计数资料,率表示计数资料,t检验计量资料,( $\bar{x} \pm s$ )表示计数资料,统计学差异表现为P<0.05。

## 2 结果

### 2.1 疼痛评分、睡眠质量评分

护理前两项指标的进行组间比较,结果无差别(P>0.05);护理后舒适组疼痛评分、睡眠质量评分都明显低于一般组(P<0.05)。

表1 疼痛评分、睡眠质量评分对比结果( $\bar{x} \pm s$ ,分)

组别	VAS评分		PSQI评分	
	护理前	护理后	护理前	护理后
舒适组	6.22±1.21	2.37±0.24	16.50±1.21	4.53±0.59
一般组	6.24±1.16	4.23±0.54	16.56±1.11	6.36±1.00
t	0.097	23.760	0.292	12.470
P	>0.05	<0.05	>0.05	<0.05

### 2.2 患者满意度

舒适组患者满意度(100.00%)高于一般组(90.00%),P<0.05

表2 患者满意度对比结果[n(%)]

组别	n	非常满意	满意	不满意	满意度
舒适组	50	35(70.00%)	15(30.00%)	0	100.00%
一般组	50	23(46.00%)	22(44.00%)	5(10.00%)	90.00%
X <sup>2</sup>		4.583	4.630	12.432	11.422
P		<0.05	<0.05	<0.05	<0.05

## 3 讨论

腰椎间盘突出症的发病率逐渐增高,给患者身心健康都带来不利影响,加之治愈难度大,漫长病程下患者依从性逐渐下降,选择合适的护理干预方法是加速患者康复和提高患者依从性的有效方式。腰椎间盘突出治疗中引入舒适护理后,对比护理的实验结果显示,实施一般护理干预的患者在疼痛护理效果、睡眠质量改善效果以及满意度等方面都处于劣势,舒适护理模式的实施价值得到集中体现。

对此,研究认为把舒适护理模式用于腰椎间盘突出治疗临床具有可行性。

### 参考文献:

- [1]吴美珍.舒适护理在腰椎间盘突出症手术患者中的应用[J].医疗器械,2020,40(03):169-171.
- [2]彭红英,彭美丽,江丰.舒适护理对腰椎间盘突出患者生活质量及满意度的影响[J].基层医学论坛,2020,594(06):40-41.
- [3]李娜.护理干预对腰椎间盘突出患者术后功能康复的影响价值评估[J].中国医药指南,2019,17(12):213-214.