

康复护理干预对腰椎间盘突出症患者康复影响的疗效

刘倍

(无锡市同仁康复医院 214000)

摘要:目的:了解康复护理干预对腰椎间盘突出症患者康复影响的疗效。方法:以2017年1月-12月在本院治疗的50例腰椎间盘突出症患者为例,并按随机模式分2组,常规护理组(n=25)接受常规护理指导,康复护理干预组(n=25)在常规指导下接受康复护理,对比两组的护理成效。结果:护理前,两组的生存质量QOL总分、视觉模拟VAS评分比较差异较小,无统计学意义($P>0.05$);护理后,康复护理干预组生存质量QOL总分、视觉模拟VAS评分较常规护理组改善更显著,有统计学意义($P<0.05$)。结论:将康复护理干预应用于腰椎间盘突出症患者的临床护理中,对缓解下腰痛症状、改善患者生存质量有帮助,值得推荐。

关键词:康复护理干预;腰椎间盘突出症患者;康复影响;疗效

腰椎间盘突出症是指在外力作用下髓核变性和纤维环破裂或逸出,导致周围神经根受压,从而引起腰腿疼痛的主要症状。该病的病因涉及多种因素^[1-3],一旦发病,往往会严重影响患者的日常工作和生活。尽早争取适当的临床治疗以及精心的护理干预,对于减轻腰背痛和改善患者的生活质量非常重要。本研究以50例腰椎间盘突出症患者为例,重点探讨了康复护理干预对腰椎间盘突出症患者康复影响的疗效。具体示下:

1 材料与方法

1.1 材料

此次所选50例腰椎间盘突出症患者资料均完整,于2017年1月-12月收集,患者无精神障碍,无智力障碍和交流障碍,理解能力正常。按随机数表法归为2组,各有患者25例,其中常规护理组男性/女性14/11例,年龄段34~76岁,平均年龄(56.81 ± 4.45)岁;发病时间范围5个月~7.5年,平均发病时间(2.87 ± 0.89)年;康复护理干预组男性/女性15/10例,年龄段32~71岁,平均年龄(55.27 ± 5.21)岁;发病时间范围3个月~8年,平均发病时间(2.89 ± 0.53)年。将常规护理组、康复护理干预组患者资料相似, $P>0.05$,有可研究性。

1.2 方法

常规护理组患者接受常规护理指导,包括入院教育、心理安抚、协助患者完善各项检查、病房基础护理以及对症干预等措施。康复护理干预组患者在常规指导下分3个阶段进行康复护理,具体内容:①第一阶段:每日按时指导患者在床上练习被动抬腿活动、膝关节拉伸(背伸、环转及跖屈)活动、踝关节运动,运动强度结合患者的实际状况逐步增大,每组练习10~15min,每日3~5次。②第二阶段:指导患者佩戴腰围,并下床贴墙(头肩部、臀部及足跟需与墙面贴近)练习,每次5min,每日6次。指导患者练习髌膝屈活动,在髌膝关节保持屈曲的条件下,环抱膝关节往胸部靠近,先单膝练习,再过渡为环抱双膝练习,每日各15次。指导患者练习背伸运动,练习时俯卧于床上,躯干由上肢支撑离开床面,头部保持后仰,小腹可贴于床面,持续10~20s,并逐步过渡至可双手直臂平升。③第三阶段:鼓励患者下床锻炼,指导其练习腰背肌五点式运动、飞燕式运动,每次各练习3组,持续练习至出院后3个月。

1.3 评估项目

视觉模拟VAS、生活质量(QOL)为参照,评估两组患者的下腰痛症状改善状况以及生活质量改善状况,视觉模拟VAS评分越低,生存质量QOL总分越高,表示患者的下腰痛症状缓解越明显,生活质量改善越显著。

1.4 数据分析方法

采用SPSS24.0处理数据, $P<0.05$,说明数据比较有统计学意义。

2 结果

护理前,两组患者的生存质量QOL总分、视觉模拟VAS评分比较差异较小,无统计学意义($P>0.05$)。护理后,康复护理干预

组患者生存质量QOL总分、视觉模拟VAS评分较常规护理组患者改善更显著,有统计学意义($P<0.05$)。见表1。

表1 护理前后生存质量QOL总分、视觉模拟VAS评分分析($\bar{x} \pm s$)

组别	例数	时间	生存质量QOL总分	视觉模拟VAS评分
康复护理干预组	25	护理前	60.30 ± 2.68	6.21 ± 1.02
		护理后	89.74 ± 6.66	1.76 ± 0.12
常规护理组	25	护理前	60.13 ± 2.77	6.26 ± 1.42
		护理后	75.46 ± 6.31	2.77 ± 0.34

3 讨论

腰椎间盘突出症的病因与多种病理生理变化有关。常见因素包括腰椎变性,炎症刺激,免疫因素和突出的椎间盘压迫^[4-6]。该疾病的典型特征是腰痛,这是劳动能力丧失的主要原因。尽管对该病的治疗具有一定的价值,但由于诸如神经根粘连和肌肉萎缩等并发症,它仍可能延迟患者的术后康复。如何促进腰椎间盘突出症患者术后快速恢复一直是临床关注的关键问题。相关研究表明,腰椎间盘突出症患者的早期康复护理可以提高手术效果,加速腰腿疼痛的缓解,并提高患者的康复质量^[5-9]。通过循序渐进的几个阶段康复锻炼,可帮助患者纠正错误的姿势,增强肌力,并增加关节活动范围,促使腰椎疼痛缓解和功能改善。

综上所述,常规护理组(n=25)接受常规护理指导,康复护理干预组(n=25)在常规指导下接受康复护理,对比两组的护理成效。结果显示,护理前,两组的生存质量QOL总分、视觉模拟VAS评分比较差异较小,无统计学意义($P>0.05$);护理后,康复护理干预组生存质量QOL总分、视觉模拟VAS评分较常规护理组改善更显著,有统计学意义($P<0.05$)。

综上所述,将康复护理干预应用于腰椎间盘突出症患者的临床护理中,对缓解下腰痛症状、改善患者生存质量有帮助,值得推荐。

参考文献

- [1]浦长静,康文,陈阳阳.延续性路径康复护理对腰椎间盘突出症微创经椎间孔腰椎融合术患者的影响[J].齐鲁护理杂志,2019(20):31-33.
- [2]常育之.康复护理对腰椎间盘突出症手术患者康复作用[J].心月月刊,2019,14(18):108.
- [3]杨荣丽.全程康复护理对腰椎间盘突出症术后患者疼痛及焦虑水平的影响[J].河南外科学杂志,2019,25(05):159-161.
- [4]马慧云.阶梯式康复护理在腰椎间盘突出症患者髓核切吸术后康复中的应用[J].当代护士(下旬刊),2019,26(07):139-141.
- [5]章洪.康复护理在腰椎间盘突出症患者中的应用[J].当代临床医刊,2019,32(03):256+255.
- [6]张楠,何小娟.中药热奄包与康复护理对改善腰椎间盘突出症患者疼痛的影响[J].临床医药文献电子杂志,2019,6(51):91-92.