

腰椎间盘突出症康复护理干预的临床疗效研究

王欣 黄升云 陈婷婷 邹家云
(联勤保障部队第 901 医院 230031)

摘要:目的: 评估腰椎间盘突出症患者康复护理的效果。方法: 选择我院在 2022 年 11 月至 2023 年 12 月期间收治的 72 例腰椎间盘突出症患者, 采用随机抽签的方法分为两组。对照组接受常规护理, 观察组接受康复护理模式, 比较两组患者的护理有效率和护理前后的疼痛评分。结果: 观察组的护理有效率高干对照组, 观察组患者在康复护理后下腰疼痛评分低于对照组患者。两组患者数据差异符合统计学要求, 具有可比性 ($P < 0.05$)。结论: 与常规护理相比, 康复护理模式在腰椎间盘突出症患者护理中表现出更高的效率, 能够降低患者的疼痛水平。表明在临床实践中推广和应用康复护理模式具有积极的意义。

关键词: 腰椎间盘突出症; 康复护理; 干预; 临床疗效

在以往的研究中, 发现康复护理在腰椎间盘突出症患者的护理中表现出独特的优势。本研究旨在深入探讨腰椎间盘突出症患者接受康复护理干预的临床疗效, 并与常规护理进行比较。通过系统性的观察和评估, 我们期望揭示康复护理对于改善患者康复效果、降低疼痛程度的潜在优势^[1]。将为腰椎间盘突出症患者的康复治疗提供更为科学和实用的依据, 同时也有助于推广康复护理在脊柱疾病中的应用, 为患者带来更好的临床结果。

1 资料与方法

1.1 一般资料

在研究中, 我们纳入了我院在 2022 年 11 月至 2023 年 12 月期间接收的 72 名腰椎间盘突出症患者。通过采用随机抽签的方式, 我们将这些患者平均分为两组, 每组 36 人。对照组患者接受常规护理方法, 而观察组患者则采用康复护理模式。在对照组中, 男女比例为 19:17, 年龄范围从 34 岁到 73 岁, 整体平均年龄为 (36.57 ± 2.15) 岁。而在观察组中, 男女比例为 22:14, 年龄最小为 36 岁, 最大为 74 岁, 整体平均年龄为 (37.46 ± 1.39) 岁。通过比较两组患者的基础数据, 我们发现它们具有可比性 ($P < 0.05$)。值得注意的是, 本研究已获得医院伦理委员会的批准, 确保研究过程的伦理合规性。

1.2 方法

在对患者进行治疗的基础上, 对对照组采用常规护理模式主要包括以下方面的护理工作: 首先, 建议患者选择硬度适中的床板进行休息, 并要求患者积极配合护理措施。同时, 结合

患者的实际情况进行心理护理, 及时解决患者在护理过程中可能出现的消极情绪, 以提高患者参与治疗的信心^[2]。对于观察组患者采用康复护理模式, 则涵盖以下几个方面的内容: 首先, 鼓励患者进行屈膝、屈髋等动作, 以促使腹部肌肉与腰背部肌肉放松。注意调整患者的卧床姿势, 以减少患者患痔疮的风险。其次, 在患者康复过程中, 特别关注腰腿部位的状态, 敦促患者采用半坐休息姿势, 并引导患者进行腰腿部关节的锻炼。在锻炼过程中, 护理人员负责抬高患者的腿部, 控制活动速度, 并确保骨盆处于固定状态, 以保障患者在锻炼中的安全^[3]。最后, 在锻炼腰腿腹部肌肉的同时, 适度提供助力与阻力, 并在患者恢复日常活动能力时, 协助患者借助床头支撑物实现平卧到侧卧的转变。步行时, 建议患者佩戴钢条腰围在前腰部位, 以防脊柱弯曲, 维护腰椎的稳定性。这些康复护理措施旨在全面促进患者的康复过程, 确保患者在治疗中获得最佳效果。

1.3 观察指标

观察两组患者护理有效率; 观察两组患者护理后下腰部位疼痛评分

1.4 统计学方法

本研究数据采用 SPSS25.0 统计软件进行统计分析, 计数资料以 $n(\%)$ 表示, 行 χ^2 检验; 计量资料以 $(\bar{x} \pm s)$ 表示, 两组间行独立 t 检验; $P < 0.05$ 则差异具有统计学意义。

2 结果

2.1 两组患者护理有效率对比

观察组患者护理有效率高于对照组患者，两组数据之间的差异符合统计学要求具有可比性 (P<0.05)，见表 1。

表 1 观察组与对照组护理有效率对比

组别	例数	护理效果好	护理效果一般	护理效果不佳	整组护理有效率
对照组	36	15	15	6	78.56%
观察组	36	34	2	0	100%
X ²		2.364	1.679	2.349	1.643
P		0.001	0.001	0.001	0.001

2.2 两组患者下腰部位疼痛评分对比 数据之间的差异符合统计学要求具有可比性 (P<0.05)，见表 2。

观察组患者下腰部位疼痛平均评分低于对照组患者，两组

表 2 观察组与对照组下腰部位疼痛评分对比

组别	例数	轻度疼痛	中度疼痛	重度疼痛	整组下腰部位疼痛评价得分
对照组	36	12	18	6	4.57 ± 0.32
观察组	36	25	8	3	2.54 ± 0.15
X ²		2.146	2.684	1.649	2.679
P		0.001	0.001	0.001	0.001

3 讨论

本研究旨在探讨腰椎间盘突出症患者接受康复护理干预的临床疗效，并对比常规护理模式的效果。通过对观察组采用康复护理模式和对照组采用常规护理模式的患者进行全面的护理干预和监测，获取关键性数据。结果显示，观察组患者在康复护理模式的指导下，护理效果显著优于对照组患者^[4]。观察组患者的护理有效率较高，下腰疼痛评分较对照组患者更为低。这表明康复护理模式在腰椎间盘突出症患者的护理中具有显著的临床疗效，能够有效减轻疼痛症状，提高康复效果。此外，本研究还通过对患者的基础数据进行比较，确保观察组和对照组之间具有可比性。研究结果表明两组患者在基础数据上没有显著差异，确保了研究结果的可信度和科学性^[5]。

综上所述，本研究明确了康复护理模式在腰椎间盘突出症患者康复中的显著优势。这为腰椎间盘突出症的康复护理提供了可靠的参考，为临床实践中推广康复护理模式提供了有力的

支持。

参考文献:

[1]王晓岚, 李彩虹. 康复护理干预对腰椎间盘突出症患者的临床效果及生活质量的影响研究[J]. 中国药物与临床, 2021, 21 (11): 2002-2004.

[2]王俊. 康复护理结合针灸治疗腰椎间盘突出症的临床疗效观察[J]. 医学食疗与健康, 2020, 18 (10): 159+161.

[3]张迎. 早期康复护理干预对腰椎间盘突出症术后恢复的效果分析[J]. 系统医学, 2020, 5 (04): 158-160.

[4]徐娟, 李晓炜. 康复护理结合针灸治疗腰椎间盘突出症的临床疗效观察[J]. 世界最新医学信息文摘, 2019, 19 (89): 306+318.

[5]邱沈虹. 摩腰散外敷配合护理干预治疗腰椎间盘突出症的临床疗效分析[J]. 中国医药指南, 2019, 17 (31): 5+7.