

康复护理干预改善老年人腰椎压缩骨折疼痛及生活质量的临床体会

段雯珮

(华中科技大学同济医学院附属同济医院骨科)

摘要:目的:探讨康复护理干预改善老年人腰椎压缩骨折疼痛及生活质量的应用价值。方法:选取2022年10月-2023年10月我院接收的120例老年腰椎压缩性骨折患者,抽签均分两组,分别行常规护理和康复护理,分别设定为对照组、研究组,对两组疼痛改善情况、生活质量进行对比。结果:研究组护理后疼痛分级显著优于对照组, $P < 0.05$;研究组生活质量各项评分高于对照组, $P < 0.05$ 。结论:康复护理对老年腰椎压缩性骨折具有较好的改善疼痛、提高患者生活质量的积极作用

关键词:老年腰椎压缩性骨折;康复护理;疼痛;生活质量

腰椎压缩骨折是骨科临床常见病症之一^[1],当腰椎受外力重击时可能诱发压缩性骨折,而这一情况在老年群体发生率较高^[2],究其原因老年人多存在骨质疏松、钙质流失的情况,骨质脆弱,一旦发生外力重击,极易诱发腰椎压缩性骨折^[3]。对于该病的治疗临床以手术为主,通过手术治疗来减少或避免骨折后遗症的出现,但该治疗方法虽为临床主要手段^[4],但也应关注到对于老年人群这一特殊群体,机体免疫力降低,对手术创口的后期愈合能力也随之降低,且对疼痛的耐受能力降低,应对并发症的抵抗力也减弱,所以老年患者术后要面临的考验更为严峻^[5]。为此,为老年腰椎压缩性骨折行手术治疗患者提供科学有效的护理措施极为重要。为进一步降低术后老年人并发症发生率、提高预后和改善生活质量,我院以2020年10月-2023年10月期间入院的该病行手术治疗患者为研究对象,运用康复护理进行干预,并就护理效果进行观察,具体内容反馈如下:

1 资料与方法

1.1 基本资料

120例老年腰椎压缩性骨折患者为2022年10月-2023年10月期间接收,将患者抽签均分为两组,采取康复护理的为研究组,采取常规护理的为对照组。研究组60例,男37例,女23例,年龄54-93岁,均龄 (74.24 ± 3.72) 岁。车祸30例,跌落伤7例,外物打击伤7例,其他8例。对照组60例,男36例,女24例,年龄54-94岁,均龄 (75.17 ± 2.89) 岁。车祸31例,跌落伤17例,外物打击伤8例,其他4例。两组患者临床资料无明显差异, $P > 0.05$,可比较。

1.2 方法

1.2.1 对照组 行常规护理,指导患者卧床休息,避免焦虑情绪,及时给予心理疏导;做好创口护理,避免感染;定时更换体位,避免压疮;做好饮食护理,以高蛋白、高纤维为主,保证营养支持。

1.2.2 研究组 在常规护理基础上开展康复护理,主要从五个方面开展:(1)健康宣讲。帮助患者了解疾病知识和治疗方案,是引导患者以积极心态面对治疗的重要一步。护理人员可在患者入院后开展疾病知识宣传,向

患者讲解疾病发生原理,应采取何种方法进行治疗,治疗过程中患者如何配合等,避免患者因盲目而产生恐惧心理。对于治疗中过于焦虑、恐惧,对治疗信心不足患者,可搭建一个新老病患交流的平台,鼓励治疗成功患者向即将进行手术治疗的新患者分享治疗经验,帮助其建立治疗的信心。(2)心理护理。疼痛是该病症治疗过程中典型症状,而在对抗疼痛过程中,老年患者极易产生焦虑、沮丧心理,包括术后并发症,也会增加患者心理负担,不利于患者治疗方案的开展和疾病的恢复。对此,护理人员可开展针对性心理疏导,逐一与患者沟通,了解患者顾虑所在,给予针对性心理护理。(3)体位护理。该病症需要长期卧床休息,而患者体位是否科学则直接决定着患病部位疼痛是否加重、患者是否发生褥疮等不适反应。对此,护理人员应指导患者在翻身或侧卧时,要保持躯体一致。患者平卧时,身下铺垫软厚枕,使脊柱处于水平状态,提高患者舒适度。(4)疼痛护理。康复期间疼痛是每个患者都要面临的严峻考验,为缓解术后疼痛,提高疼痛耐受度,护理人员可为疼痛较轻患者开展心理疏导、转移注意力等方式缓解疼痛,对疼痛剧烈患者给予镇痛药物,避免因过度疼痛引发呼吸系统、心血管系统紊乱。(5)康复护理。护理人员为患者制定康复训练计划,指导患者具体操作方法,帮助患者肢体功能逐渐恢复,以致能正常生活。

1.3 观察指标

疼痛分级:无痛为1级,轻度疼痛,不影响睡眠,可耐受为2级,中度疼痛,影响睡眠,不可耐受为3级,重度疼痛,无法耐受,出现神经功能紊乱、被动体位,无法正常生活为4级,最严重疼痛为5级。

生活质量评分:采用WHOQOL-100量表进行评分,分数越高生活质量越好。

1.4 统计学方法

采用SPSS26.0软件进行数据统计,计量资料用 $(\bar{x} \pm s)$ 表示,计数资料用(%)表示,分别有t值和卡方值检验, $P < 0.05$,有统计学意义。

2 结果

2.1 两组疼痛分级对比

经统计, 研究组护理疼痛分级优于对照组, $P < 0.05$, 具体数据见表 1.

表 1 两组疼痛分级对比 (n,%)

分组	例数	1 级	2 级	3 级	4 级	5 级
研究组	60	12 (20.00)	27 (45.00)	11 (18.33)	9 (15.00)	1 (1.67)
对照组	60	2 (3.33)	5 (8.33)	3 (5.00)	39 (65.00)	11 (18.33)
X^2		8.086	20.625	5.175	31.250	9.259
p		0.004	0.000	0.022	0.000	0.002

2.2 两组生活质量评分对比

对不同方法护理后两组患者生活质量进行评分, 研

究组各项指标分数高于低于对照组, $P < 0.05$, 具体数据见表 2.

表 2 两组生活质量评分对比 ($\bar{x} \pm s$)

分组	例数	躯体功能	角色功能	情绪功能	社会功能	认知功能	总体生活质量
研究组	60	67.9 ± 8.5	73.7 ± 8.8	74.7 ± 7.9	67.9 ± 7.3	71.7 ± 7.1	73.3 ± 13.1
对照组	60	56.4 ± 6.9	64.6 ± 7.9	63.4 ± 8.5	58.2 ± 8.4	63.4 ± 5.6	62.4 ± 9.9
t		8.137	5.961	7.543	6.752	7.110	5.142
p		< 0.001	< 0.001	< 0.001	< 0.001	< 0.001	< 0.001

3 讨论

老年人是腰椎压缩性骨折的高发群体, 由于患病群体身体特殊性, 在行手术治疗后, 患者对疼痛耐受力 and 并发症抵抗力均较弱, 严重影响患者的生活质量和术后康复, 延长治疗时间, 给患者身体、心理、经济造成沉重负担^[6-7], 而采取科学有效的护理方式对这一情况改善有积极意义。康复护理是结合疾病护理特点、患者个体情况而开展, 既照顾到患者个体情况, 又兼顾护理全过程, 真正做到个性化与整体性相结合^[8]。老年腰椎压缩性骨折术后康复缓慢、易发生并发症的一个易被忽视的影响因素是老年人对疾病知识了解匮乏, 对治疗方案更是知之甚少, 难免产生茫然、焦虑情绪, 导致患者不能以积极心态配合治疗, 降低治疗依从性, 特别是情绪波动也对治疗产生不利影响^[9]。而康复护理结合患者心理特点, 从治疗整体出发, 在治疗初期就对患者进行健康教育和心理护理, 帮助患者更好了解疾病知识, 树立积极的治疗心态, 保证治疗顺利进行。康复护理整体观念还注重患者术后的护理干预, 针对该病症术后康复期间易诱发的并发症, 开展体位护理、疼痛护理, 避免错误姿势阻碍创口愈合, 避免久卧引发压疮, 帮助患者提升疼痛耐受度, 缓解术后痛感。为加快患者术后康复, 康复护理还关注患者的康复训练, 促进肢体功能的康复, 帮助患者更快、更好适应正常生活, 提高行动能力, 保证患者生活质量。

本次研究相关统计数据显示, 行康复护理干预后, 老年患者疼痛耐受度得到有效提高, 两组患者各级疼痛分级差异较大, 而研究组显著优于对照组, $P < 0.05$ 。统计数据表明, 康复护理措施对缓解患者疼痛、提高术后康复舒适度, 有积极作用。骨折康复情况直接影响老年人生活质量, 研究数据显示, 研究组患者在角色功能、情绪功能、社会功能、认知功能等各领域功能评分均高于对照组, 总体生存质量高于对照组, $P < 0.05$ 。

综上所述, 康复护理应用于老年腰椎压缩性骨折的临床康复中, 可有效化解换出疼痛程度, 提高身体对疼痛的耐受力, 并提高各功能评分, 改善患者生活质量, 为医患所推崇, 值得广泛应用。

参考文献:

- [1] 廖雅涵. 康复护理干预改善老年人腰椎压缩骨折疼痛及生活质量的临床体会[J]. 糖尿病天地, 2021, 18(1): 217.
- [2] 苏娟牟, 静朱宏伟. 康复护理干预改善老年人腰椎压缩骨折疼痛及生活质量临床观察[J]. 中国药业, 2020, 29(S01): 135-136.
- [3] 孙小雪. 探讨康复护理干预改善老年人腰椎压缩骨折疼痛及生活质量的临床效果[J]. 中文科技期刊数据库 (文摘版) 医药卫生, 2023.
- [4] 和爱月. 康复护理干预改善老年人腰椎压缩骨折疼痛及生活质量的临床观察[J]. 中国保健营养, 2020, 30(32): 203-204.
- [5] 王东旭, 李冬雪, 崔琳琳, 等. 康复护理干预改善老年人腰椎压缩骨折疼痛及生活质量的临床观察[J]. 实用临床护理学电子杂志, 2019, 4(20): 2.
- [6] 王玉花, 王爱珍. 康复护理对老年腰椎压缩骨折疼痛及生活质量的影响分析[J]. 养生保健指南, 2020, 000(013): 103.
- [7] 吴雯雯. 探讨康复护理干预改善老年人腰椎压缩骨折疼痛及生活质量的临床效果[J]. 中文科技期刊数据库 (引文版) 医药卫生, 2023(1): 4.
- [8] 宋燕, 陈香月. 老年腰椎压缩骨折行康复护理干预对改善疼痛及生活质量的临床效果[J]. 东方药膳, 2020, 18(3): 214.
- [9] 杨美英, 高洁, 刘培英, 等. 康复护理对改善老年腰椎压缩骨折疼痛及生活质量的影响[J]. 中文科技期刊数据库 (全文版) 医药卫生, 2021(2): 2.