

中医护理干预对颈椎病患者康复的研究进展

张艳利

(中国人民解放军中部战区总医院中西医结合科)

摘要:颈椎病是由于患者颈椎间盘发生退行性病变和继发性椎间关节退行性病变所导致临近组织受累而引发的一系列临床症状和临床体征的慢性疾病,这种病症在临床上较为常见,虽然不会对患者的生命安全造成威胁,但是会极大的影响人们的正常工作和生活。而在对患者进行治疗时,这种病症病情较为迁延,在对患者进行治疗时,不仅需要选择合适的治疗方案,还需要配合有效的护理操作,才能保证患者的病症长期得到关注,以提高患者的治疗效果。

关键词:中医护理;颈椎病;研究进展;护理方式

在我国中医理论中认为颈椎疾病属于一种痹症、眩晕范畴。而中医护理则是在开展护理操作时,遵循我国中医的基本理论开展各项护理操作,其中包括患者的生活起居、饮食调护以及情志疏导等多项内容,在现代临床护理操作中应用较为广泛,并且占有其自身的优势。而在现代临床研究发现将中医护理应用于颈椎病患者护理操作中,能够使患者的各项恢复指标进一步改善,对于患者病症的康复来说有积极意义。

一、舒缓护理

饮食:在患者康复期间,医务人员需要对患者进行饮食指导,指导患者戒除不良生活习惯,在康复期间多食用高蛋白且易消化的食物,可选择少食多餐的方式,做到营养摄入以改善患者的机体功能。**推拿:**让患者保持坐立,推拿者在其背后站立,采用舒筋法进行推拿,单手对患者的肩井、肩中俞、肩外俞、手三里等穴位进行揉按,放松其肩颈部和背部,总共 10 分钟左右,随后放松颈部,再配合推肩背手法和推桥弓,观察皮肤出现发热、红润则为适宜的力度。**训练:**指导患者进行各项关节的训练,例如膝关节、髋关节以及躯干,主要是通过肌肉控制和收缩,逐渐进行站立、坐立的平衡训练,协助患者进行翻身、更换体位、行走等训练,每天进行两次,每次控制在半小时以内。而在对患者进行康复训练时,医务人员应当根据患者的具体病症表现和康复状况对运动量进行调整,运动量应当由轻到重,不可操之过急,患者若存在运动量过大的现象医务人员应当及时制止并告知患者,保持合理运动的重要性,使患者顺应康复计划进行训练。**刮痧:**在刮痧时患者保持俯卧位,刮痧板与患者皮肤呈 45 度,刮痧板应当保持后边在刮痧时力度较轻,主要以恢复患者机能能量为主,不可强求出痧。患者每周刮痧一次,根据患者病情不同,选择合适的刮痧方式,若患者疼痛以及重点部位较多,则需要在其部位进行多次刮痧。通常各个部位刮拭 10 次左右,重点部位刮痧 25 次。

二、情志护理

首先做好患者的情志干预,当患者出现某种情绪时,可以应用另一种情绪对其进行抑制。在患者发病后,患者情绪状态主要会受到忧虑情绪支配,而喜则胜忧,则在情志护理时,需要尽可能使患者的情绪转变为喜悦。护理人员与患者进行交流沟通时,应当根据患者的状况为其建立良好的护患关系,在患者住院期间帮助患者建立完善且舒适的住院环境。

在中医情志护理中,主要将五行相克作为主要的理论依据,通过应用一种情志的方式来纠正另一种情志。在中医理论中认为喜则胜忧,可以通过喜来抑制患者抑郁状况。护理人员与患者在进行交流时,需要建立完善的护理关系,首先为患者创造舒适的住院环境,护理人员在日常工作中应当主动与患者进行交流,了解患者的心理动态变化,明确患者在康复期间可能出现的不良情绪,并通过针对性的方式对患者进行护理管理,以保证患者心态良好,避免出现忧郁状况。

同时在对患者进行情志护理时,可应用移情疗法将患者的康复

注意力转移至其他部分。在患者接受医师查房后,需要在病房内播放有益于患者身心的电视节目或已经录制好的节目,例如歌舞表演或相声小品等综艺节目,每日播放时间可根据患者具体状况进行调整,不可过长或过短。在患者康复期间,护理人员需要做好患者的情志管理,尽可能使患者的注意力不要集中于病症上,需要有自己的情绪和爱好,并通过培养的方式将患者注意力由病症以及治疗方案转移至爱好和康复中,这样能够有助于提高患者治疗效果。

在对患者进行护理时,需要根据患者的文化程度和性格特点,帮助患者选择不同的音乐,可以应用音乐的方式来缓解患者的抑郁情绪。在进行音乐选择时,应当尽可能选择舒缓且优美的音乐,带到患者心理状态,有所好转后给予患者明快的音乐曲。而在进行选择时,需要结合患者的喜好,根据患者不同状况对乐曲进行调整,这样能够转移患者注意力,应用音乐疗法来改善患者的焦虑和抑郁情绪。

三、生活护理

对存在跌倒风险的颈椎疾病患者,需要加强相应的跌倒护理,首先在床头悬挂防跌倒标志,并且在病房内应当保持地面干净整洁,但不可过于湿滑,避免在躁动,等其他因素影响下而导致患者的跌倒风险增加,是患者状况对其进行一定的肢体约束。加强患者的巡视,观察患者卧床受压部分的局部皮肤颜色,并触摸其质地,感觉患者皮肤弹性,必要时对患者进行翻身以及按摩,使患者的皮肤状况良好,对患者进行足够的营养支持,以促进患者局部血液循环。由于患者在康复期间需要长期卧床休息,需要对患者进行下肢空气泵仪器进行治疗,患者需要穿在下肢穿弹力袜,尽可能改善患者的下肢血液循环状况。

总结

在对颈椎疾病患者进行中医护理时,做好有效的护理操作,能够起到疏风解表和活血化瘀的功效,无论是刮痧、饮食调节、推拿等护理操作的主要目的是使患者的颈椎酸麻胀痛症状得到缓解,而在开展中医护理操作时,会使患者的注意力处于集中状态,使护患之间交流更为良好,使患者在接受护理时能够感受到护理人员的尊重和关怀,保证患者的情绪朝健康的方向发展。

参考文献

- [1]王耀敏,刘欢.艾灸法联合中医护理在颈椎病颈痛中的应用效果[J].临床医学研究与实践,2019,4(23):167-169.
- [2]李萌,盖海云,王丽媛.神经根型颈椎病中医辨证施护研究进展[J].全科护理,2019,17(16):1953-1956.
- [3]冀妙妙.颈椎病患者 90 例中医护理的效果观察[J].世界最新医学信息文摘,2019,19(47):262-263.
- [4]黄曼丽,孙卓垒,黄惠萍,王丽文.围手术期中医特色护理在神经根型颈椎病针刀术后的应用效果[J].护理实践与研究,2019,16(09):154-155.
- [5]万晓平.中医护理联合健康教育护理模式对颈椎病患者的护理效果[J].首都食品与医药,2019,26(09):130.