

针灸康复护理在颈椎病护理中的应用效果观察

马丹 何燕

(成都市郫都区中医医院 四川成都 611730)

摘要: 目的: 探讨对颈椎病患者采用针灸康复护理的临床效果。方法: 选择我院 2018 年 1 月至 2018 年 12 月收治颈椎病患者计 84 例, 随机分为常规护理对照组 (n=42) 与采用针灸康复护理干预实验组 (n=42), 对比护理效果。结果: 实验组护理总有效率高于对照组, $P<0.05$, 生活质量评分高于对照组, $P<0.05$, NDI 评分低于对照组, $P<0.05$ 。结论: 对颈椎病患者采用针灸康复护理能够有效提高护理效果, 可提高患者的生活质量, 改善颈椎功能, 值得推广。

关键词: 针灸康复护理; 颈椎病; 生活质量

颈椎病属于临床常见疾病, 由于颈椎退化、长期损伤或骨质增生等的影响, 将引发神经、脊髓、椎动脉受压, 对颈椎功能存在严重的影响, 并伴随一定的疼痛, 影响患者的生活质量。对于本病, 临床多采用康复训练的方式进行干预, 虽然能够缓解肩颈肌肉疲劳, 但效果仍然不理想^[1]。而目前中医适宜技术在临床护理中已经得到了广泛的应用, 故考虑将其应用于颈椎病护理中。为此, 本次研究以我院收治颈椎病患者计 84 例, 对比分析了常规护理与采用针灸康复护理的效果, 现报告如下。

1 资料与方法

1.1 临床资料

选择我院 2018 年 1 月至 2018 年 12 月收治颈椎病患者计 84 例, 随机分为常规护理对照组 (n=42) 与采用针灸康复护理干预实验组 (n=42)。对照组中男 28 例, 女 14 例, 年龄 28~64 岁, 均数 (38.42 ± 8.44) 岁, 病程 1~18 年, 均数 (5.63 ± 1.18) 年, 实验组中男 26 例, 女 16 例, 年龄 27~65 岁, 均数 (38.53 ± 8.58) 岁, 病程 1~20 年, 均数 (5.87 ± 1.31) 年, 两组基础资料对比, $P>0.05$, 具有可比性。纳入患者均符合颈椎病的诊断标准, 对本次研究知情同意, 已经签署同意书, 排除合并其他严重脏器、精神疾病等患者。

1.2 方法

对照组行常规护理, 遵医嘱进行用药指导, 加强对患者的心理疏导, 改善患者的不良情绪, 并指导患者利用锻炼改善颈动脉功能受限, 利用按摩缓解局部肌肉紧张、僵硬等。实验组则采用针灸康复护理进行干预, 主要包括: (1) 针灸护理, 针灸时体位选择俯卧位, 主穴选择颈夹脊穴、大椎穴, 并结合患者的典型症状选择次穴, 如四肢乏力则可加曲池穴, 如伴随头晕目眩, 则可加入风池穴, 恶心呕吐则可取内关穴进行针灸, 每日 1 次, 每次针次后留针 30min。另外针灸完成后, 休息 10~30min, 并行 40min 推拿^[2]。(2) 对患者颈椎进行间歇性牵引, 牵引的力度以患者耐受唯一, 每天 1 次, 每隔 14d 为一个疗程, 持续治疗 6 周。(3) 体位干预, 针灸完成后, 也需要及时纠正患者的不良坐姿, 并要求患者不可久坐, 注意劳逸结合, 维持腰背部笔直, 并叮嘱患者经常进行颈椎的锻炼, 以改善颈椎功能。

1.3 观察指标

(1) 对比护理效果, 分为显效、有效与无效三个等级, 其中颈椎疼痛、活动受限等完全消失, 未见复发, 判定为显效; 典型症状消失, 疼痛减轻, 发作次数减少, 判定为有效; 未见显著改善或病情进展, 则判定为无效。总有效率以显效率与有效率之和计^[3]。(2) 对比患者生活质量以及颈椎功能水平。其中生活质量采用 SF-36 量表进行评价, 分之越高表示生活质量越理想。颈椎功能水平采用颈椎功能障碍指数 (NDI) 进行评价, 分值越高代表颈椎功能越差。

1.4 统计学方法

数据采用 SPSS21.0 处理, 设定为 $P<0.05$, 差异有统计学意义。

2 结果

2.1 护理效果

实验中护理总有效率高于对照组, $P<0.05$, 详见表 1。

表 1 两组护理效果组间对比表 [n (%)]

组别	例数	显效	有效	无效	总有效
对照组	42	20 (47.62)	13 (30.95)	9 (21.43)	33 (78.57)
实验组	42	28 (66.67)	12 (28.57)	2 (4.76)	40 (95.24)
χ^2		7.409	0.135	12.209	12.209
P 值		0.006	0.713	0.000	0.000

2.2 生活质量与颈椎功能

实验组生活质量评分为 (91.14 ± 4.18) 分, 高于对照组 (84.42 ± 4.02) 分, $P<0.05$ ($t=7.5095, P=0.0000$)。实验组 NDI 评分为 (4.41 ± 1.24) 分, 低于对照组 (10.12 ± 2.20) 分, $P<0.05$ ($t=14.6532, P=0.0000$)。

3 讨论

颈椎病属于临床常见疾病, 多采用非手术方式进行治疗, 治疗疗程长, 且容易复发, 而在治疗的过程中合理进行康复护理, 则能够进一步改善患者的生活习惯, 有利于对颈椎的保护。针灸属于中医适宜技术的重要措施, 在采用针灸方案治疗颈椎病时, 能够有效改善颈椎局部微循环, 改善神经根压迫问题, 也能够缓解局部炎症反应, 在通过针灸后的推拿, 可进一步活血化瘀、消肿止痛的功效。通过牵引干预, 则能够避免椎间盘过早脱出, 有利于改善临床正在, 并促进颈椎给哦能的恢复, 也能够改善局部的营养状况^[4]。另外对患者进行健康指导, 纠正患者不良体位, 要求其加强颈椎锻炼, 则可改善患者的生活状态, 进一步巩固疗效。本次研究中, 实验组在采用针灸康复护理干预后, 护理总有效率高于对照组, $P<0.05$, 生活质量评分高于对照组, $P<0.05$, NDI 评分低于对照组, $P<0.05$, 说明该方案效果理想。而王兰芬等研究中, 观察组在针灸康复护理干预后总有效率为 91.30% (21/23), 高于对照组 78.26% (18/23), $P<0.05$, 与本次研究结果一直, 也验证了针灸康复护理的应用价值。

综上所述, 对颈椎病患者采用针灸康复护理方案能够有效提高护理效果, 可改善患者颈椎功能以及生活质量, 值得在临床中推广应用。

参考文献:

- [1]李芳.颈椎病护理中应用针灸康复护理的几点体会[J].世界最新医学信息文摘,2019,19(58):287+290.
- [2]梁叁华.试析针灸康复护理在颈椎病护理中的应用[J].世界最新医学信息文摘,2019,19(55):259-260.
- [3]张塞红.灸康复护理在颈椎病护理中的应用效果探讨[J].中西医结合心血管病电子杂志,2019,7(17):137.
- [4]王兰芬.针灸康复护理在颈椎病护理中的应用效果分析[J].实用临床护理学电子杂志,2019,4(08):104-105.