

综合护理治疗腰椎间盘突出中的作用及效果

刘青枝

(山西省晋城大医院 048006)

摘要:目的:探究腰椎间盘突出患者接受综合护理治疗的效果。方法:对我院骨科2021年7月至2022年3月接诊的132例腰椎间盘突出患者开展回顾性研究,其中观察组66例患者接受综合护理治疗,对照组66例患者接受常规护理治疗,比较两组护理治疗效果。结果:观察组的治疗总有效率高于对照组($P < 0.05$);Oswestry功能障碍指数问卷表(ODI)评分低于对照组($P < 0.05$)。结论:综合护理治疗有利于改善腰椎间盘突出患者的腰椎功能,治疗效果显著。

关键词:综合护理;腰椎间盘突出;腰椎功能

在当前的腰椎间盘突出治疗中,主要包括手术治疗与保守治疗,同时需要做好长期的健康管理^[1]。随着近些年来护理医学的发展,临床愈发注重腰椎间盘突出患者的护理干预,旨在通过护理措施缓解患者症状,起到治疗与延缓病程进展的作用,有很好的应用效果。本文将我院骨科2021年7月至2022年3月接诊的132例腰椎间盘突出患者作为研究对象,探究了综合护理的作用与效果,现将本次研究成果作如下的论述。

1 资料与方法

1.1 一般资料

132例研究对象均是我院骨科2021年7月至2022年3月接诊的腰椎间盘突出患者,均对本次研究知情,且本次研究已经得到我院医学伦理委员会批准。纳入标准:均经X线、CT、体格检查确诊;均有腰椎间盘突出的显著特征;排除标准:伴有严重基础性疾病;患有精神疾病;护理治疗依从性和配合度差。两组患者一般资料见表1。

1.2 方法

两组患者均接受止痛药、脱水剂、肌肉松弛药物治疗。对照组患者接受常规护理治疗,主要包括:注意腰部取暖;取舒适且科学的坐姿和站姿;避免弯腰负重动作;做“腰椎操”。观察组患者接受综合护理治疗,包括:①心理护理:耐心与患者沟通交流,提供更多的情感支持,缓解不良情绪,帮助患者树立积极治疗的信心;②推拿按摩:按压患者患侧的秩边穴、环跳穴,以患者可感受到酸痛为宜,最后使用手掌按摩穴位周围;③饮食护理:根据患者的饮食喜好制定膳食计划,做到少食多餐和多食用蔬菜与水果,适当补充虾皮、牛奶、海带等含钙量高的食物。对于肥胖患者来说,应帮助其做好减肥,最大限度减少腰椎负担;④康复运动:重点锻炼腰背肌功能,可使用飞燕式、五点式与三点式支撑法。以三点式支撑法为例,协助患者取仰卧位,借助双足、头部支撑起身,而后确保髋关节伸直,挺胸腹和抬起臀部,确保腰背部可以离开床面,持续时间在3-5s。结合患者的腰椎功能恢复情况调整康复运动的每日锻炼次数,并做好评估和指导。

1.3 观察指标与评价标准

治疗总有效率分为显效、有效、无效,显效:腰腿痛、下肢无力、大小便失禁等症状全部消失,生活能力恢复正常;有效:常见症状有较明显的改善,基本恢复正常生活和工作;无效:未达到显效与有效的评价标准,或存在病情加重的情况。治疗总有效率=(显效+有效)/总例数 $\times 100\%$ 。Oswestry功能障碍指数问卷表(ODI)评分:包括生活自理、疼痛程度、提物等10个方面的内容,分值0-50分,分数越高表明患者的腰椎功能障碍越严重。

1.4 统计学方法

研究结果数据应用统计学软件SPSS27.0完成处理,计量资料、计数资料分别用 $\bar{x} \pm s$ 、(n,%)表示,差异性分别对应 t 检验、 χ^2 检验;检验依据: $P < 0.05$;差异显著,有统计学意义。

2 结果

2.1 两组患者一般资料比较

两组患者一般资料比较差异无统计学意义($P > 0.05$)。见表1。

表1 两组患者一般资料比较

组别	n	男/女(例)	平均年龄(岁)	平均病程(年)
观察组	66	34/32	54.66 ± 10.64	5.36 ± 1.52
对照组	66	36/30	54.68 ± 10.63	5.35 ± 1.54
χ^2/t	/	0.122	0.011	0.038
P	/	0.727	0.991	0.970

2.2 两组治疗总有效率比较

观察组的治疗总有效率高于对照组($P < 0.05$)。见表2。

表2 两组治疗总有效率比较(n,%)

组别	n	显效	有效	无效	总有效率
观察组	66	28(42.42)	33(50.00)	5(7.56)	61(92.42)
对照组	66	21(31.82)	29(43.94)	16(24.24)	50(75.76)
χ^2	/	/	/	/	6.852
P	/	/	/	/	0.009

2.3 两组ODI评分比较

护理治疗后,观察组的ODI评分为(28.76 ± 4.77)分,对照组的ODI评分为(32.54 ± 3.23)分。观察组ODI评分低于对照组($P < 0.05$)。

3 讨论

腰椎间盘突出是骨科常见性疾病,好发于20-50岁人群,且发病率逐渐升高。腰椎间盘突出会直接引发腰痛、大小便失禁等症状,同时会累及器官为病变部位的椎体和受牵连神经的支配区域,对患者的生活和工作有诸多的不利影响。王德娟^[2]在研究中指出,对于接受手术治疗的腰椎间盘突出症患者来说,通过开展科学有效的护理干预可以较好的改善患者的腰椎功能,护理效果值得肯定。综合护理注重护理干预的综合性性和全面性,旨在为患者提供全面且系统的护理干预,促进康复,保证提升康复效果,在近年来的腰椎间盘突出护理干预中有广泛的应用。

本次研究中发现,观察组的两项指标均优于对照组,表明在腰椎间盘突出患者的护理治疗中,综合护理有较为显著的优势与价值,对改善腰椎间盘突出患者的腰椎功能有很好的作用。具体来说,在综合护理治疗过程中,护理人员可以对腰椎间盘突出患者实施心理护理、饮食护理、推拿按摩、康复运动这四个方面的护理干预治疗,均可以指向患者的腰椎功能改善。以康复运动为例,护理人员可以指导患者参与到康复治疗中,通过飞燕式、五点式与三点式支撑法,能够很好的改善腰背肌功能,对提升康复效果意义重大。除此之外,推拿按摩是祖国医学(中医)的辩证护理手段,适用于腰椎间盘突出患者,对改善症状和提升腰椎舒适性有十分大的裨益^[3]。

综上所述,综合护理治疗腰椎间盘突出的效果显著,值得推广应用。

参考文献

- [1]柴学红.量化肌力训练对腰椎间盘突出症患者术后康复的影响[J].中华现代护理杂志,2021,27(18):2488-2491.
- [2]王德娟.围术期综合护理在椎间盘切除术治疗腰椎间盘突出症患者中的应用分析[J].中国药物与临床,2021,21(19):3340-3342.
- [3]钟振美.中医康复护理对腰椎间盘突出症患者康复效果及满意度的影响[J].国际护理学杂志,2020,39(19):3583-3585.