

•临床监护•

观察护理干预对腰椎间盘突出症的临床效果

朴粉淑

(吉林省延边中医院延吉市中医医院五疗区, 吉林 延边)

摘要: 目的 探究全面康复护理干预对腰椎间盘突出症的临床效果。**方法** 此次研究样本选自本院 2017 年 4 月~2018 年 4 月间收治的病例, 总计 60 例, 随机分为实验组与对照组, 病例数分别为 32 例与 28 例, 对照组采用常规治疗与护理干预, 实验组在此基础上采用全面康复护理。**结果** 实验组经全面康复护理干预, 总有效率为 93.7%, 对照组经常规护理干预, 总有效率为 75.0%, 实验组患者住院天数为 (11.55 ± 3.20) d, 对照组为 (20.45 ± 2.25) d, 实验组患者总体护理效果优于对照组, 住院天数少于对照组, $P < 0.05$, 均具有统计学意义。**结论** 腰椎间盘突出症患者给予全面康复护理, 有效改善了患者躯体功能, 缩短了住院时间, 护理效果显著, 值得采用。

关键词: 护理干预; 腰椎间盘突出症; 临床效果

中图分类号: R681.5³ **文献标识码:** B **DOI:** 10.19613/j.cnki.1671-3141.2018.76.156

本文引用格式: 朴粉淑. 观察护理干预对腰椎间盘突出症的临床效果 [J]. 世界最新医学信息文摘, 2018, 18(76):272.

0 引言

腰椎间盘突出症会严重削弱患者劳动能力, 降低生活质量, 在腰腿痛患者中腰椎间盘突出症约占 85.60% 的比重^[1], 由此, 对腰椎间盘突出症患者尽早实施有效的护理干预, 对促进疾病康复, 减轻患者痛苦有着显著意义。研究选取本院部分病例, 运用全面康复护理取得了满意疗效, 现总结报道如下。

1 资料与方法

1.1 一般资料

将 2017 年 4 月至 2018 年 4 月间本院收治的 60 例腰椎间盘突出症患者纳做研究样本, 均经 CT 或者 MRI 检查确诊, 其中, 22 例腰痛伴左下肢麻痛, 20 例腰痛伴右下肢麻痛, 11 例单纯腰痛或下肢麻痛, 7 例腰痛伴双下肢麻痛。随机分组, 实验组 32 例, 对照组 28 例。实验组中, 男 18 例, 女 14 例, 年龄 32~63 岁, 平均年龄 (47.5 ± 3.2) 岁; 对照组中, 男 16 例, 女 12 例, 年龄 30~67 岁, 平均年龄 (48.5 ± 2.2) 岁。两组患者以上病历资料比较无差异, $P > 0.05$, 具有对比研究价值。

1.2 方法

对照组给予常规治疗与护理, 实验组在此基础上开展全面康复护理。方法为:(1)体位护理, 腰椎间盘突出症患者行动受限, 需长期卧床静养, 如果不采取正确体位长期容易诱发褥疮, 由此, 急性发作期指导患者取侧卧位, 平卧时屈膝、屈髋, 但幅度要小, 达到放松腰背部与腹部肌肉效果即可, 定期变换体位与姿势, 预防并发症; 恢复期取半坐位, 避免侧弯腰椎, 同时以轻柔动作按摩受压部位, 每间隔 3h 翻身一次, 注意保持腰椎功能。(2)心理护理。因腰椎间盘突出症患者要长期饱受病痛折磨, 且卧床时间长, 容易出现焦虑不安、抑郁烦躁等不良情绪, 对提高治疗依从性非常不利, 由此, 需要耐心开导患者, 多与患者静心沟通, 多讲解疾病康复案例, 帮助树立治疗自信心, 同时对患者及家属进行健康宣教, 讲解疾病预防、治疗及康复相关知识, 消除患者疑虑, 提高治疗依从性。(3)康复运动。急性发作期开展关节活动练习, 初期以小幅度动作为主, 并且动作要轻柔, 包括反复屈膝、直腿抬高等, 程度以不引发疼痛为主, 每日开展 3 次; 恢复期患者进行摆动练习, 坐位进行腰部不同方向的摆动训练, 并由护理人员搀扶进行床下活动, 每日 3 次, 忌久坐, 因为久坐起时椎间盘压力会增高, 容易使疾病加重, 如果疼痛减轻, 可指导进行抬肩、抬头练习, 对于恢复良好的患者, 可采取“拱桥式”练习腰部与腹部肌肉, 每日 3 次, 这些动作次数上循序渐进增加, 避免一开始就给予过多任务负担, 逐步培养患者耐力与耐心。

1.3 统计学处理

将实验组与对照组相关研究数据输入到 SPSS 22.0 统计学软件中, 其中, 用 $(\bar{x} \pm s)$ 表示计量资料, 用 t 检验两组比较的独立样本; 计数资料用 (%) 表示, 统计结果检验用 χ^2 , 以

$P < 0.05$, 表示具有统计学意义。

2 结果

实验组 32 例患者中, 治愈 18 例 (56.2%), 好转 12 例 (37.5%), 无效 2 例 (6.3%), 总有效率为 20 (93.7%); 对照组 28 例患者中, 治愈 10 例 (35.7%), 好转 11 例 (39.3%), 无效 7 例 (25.0%), 总有效率为 21 例 (75.0%)。实验组治疗总有效率优于对照组, $P < 0.05$, 具有统计学意义。

实验组患者住院天数为 (11.55 ± 3.20) d, 对照组为 (20.45 ± 2.25) d, 实验组住院天数明显低于对照组, $P < 0.05$, 有显著统计学意义。

3 讨论

近年来, 康复护理在临床运用日趋广泛, 经过不断发展与广泛运用, 已经成为一种非常成熟、完善的护理方式, 运用全面康复护理干预对腰椎间盘突出症患者, 在常规治疗与护理基础之上, 扩宽护理领域、深化护理服务^[2], 从肢体到心理开展全面、系统、完善的护理干预, 比起常规护理干预更能够照顾到患者身心感受, 除了进行体位与心理干预以外, 配合科学合理的功能锻炼, 使得肌肉逐步恢复到平衡状态, 将肌肉萎缩、肌力下降等常见病理现象改善, 同时, 舒适的体位与定期的按摩、翻身可减轻疼痛与压迫带来的损伤, 大大减轻了患者痛苦, 减少了并发症, 促进疾病更快恢复^[3]。鉴于久坐、久站就会增加腰椎负担, 为此, 康复训练在开展过程中要密切关注患者坐立、站立的时间, 控制好训练频率与强度, 避免腰部受累或者过度屈曲等, 这样才能在保证腰椎安全的同时, 安全、有效的恢复腰部、腹部、背部等的肌肉力量, 实现肌肉的协调^[4]。同时, 还要在饮食上多注意, 多食用蛋白质丰富、易消化、有滋补功效的食物, 以达到强筋健骨的作用, 减少冰冷、刺激食物的摄入。此次研究结果显示, 实验组采用全面康复护理干预, 临床效果显著优于对照组, 住院时间短于对照组, 表现了这种护理方式科学、有效。

综上所述, 对腰椎间盘突出症患者给予全面康复护理, 逐步缓解了疾病症状, 减轻了腰椎压力, 增强了腰椎稳定性, 缩短了住院时间, 护理效果显著, 值得采用。

参考文献

- [1] 魏巧萍. 腰椎间盘突出症患者采用中医护理干预后的临床效果观察 [J]. 世界最新医学信息文摘, 2016, 16(01):251-252.
- [2] 董凤英, 田春梅, 董军格, 等. 整体护理干预对腰椎间盘突出症的临床疗效观察 [J]. 河北医科大学学报, 2012, 33(03):320-322.
- [3] 贾玉华. 护理干预对腰椎间盘突出患者术后功能康复的影响 [J]. 中国民族民间医药, 2010, 19(24):177-178.
- [4] 秦霞, 巩尊科. 康复护理干预对手术治疗腰椎间盘突出症效果观察 [J]. 齐齐哈尔医学院学报, 2012(22):2774-2776.