

针灸康复护理颈椎病在护理中的应用价值分析

杨敏, 惠婵, 吴玉姣

陕西省中医医院 陕西西安

【摘要】目的 探析在颈椎病护理中采取针灸康复护理的价值。**方法** 选取2020年12月至2021年6月收治的颈椎病患者74例,随机分为观察组和对照组各37例,对照组采取常规护理,观察组实施针灸康复护理,对比效果。**结果** ①症状改善程度:观察组肩颈痛、眩晕等评分均低于对照组($P<0.05$);②治疗效果:观察组有效率高于对照组($P<0.05$);③临床指标:观察组VAS评分、NDI评分均低于对照组($P<0.05$);⑤生活质量:观察组社会领域评分、认知功能评分等评分均高于对照组($P<0.05$)。**结论** 针灸康复护理颈椎病患者可有效改善患者的临床症状,减轻疼痛,提升生活质量。

【关键词】 颈椎病; 生活质量; 针灸; 疼痛; 康复护理

Analysis of the application value of acupuncture rehabilitation nursing for cervical spondylosis in nursing

Min Yang, Chan Hui, Jiao Yu Wu

Shaanxi Provincial Hospital of Traditional Chinese Medicine Xi'an, Shaanxi

【Abstract】Objective To explore the value of acupuncture rehabilitation nursing in cervical spondylosis nursing. **Methods** 74 patients with cervical spondylosis admitted from December 2020 to June 2021 were randomly divided into the observation group and the control group, 37 patients in each group. The control group received routine nursing care, while the observation group received acupuncture rehabilitation nursing care, and the effects were compared. **Results** ① Symptom improvement: The scores of shoulder and neck pain and vertigo in the observation group were lower than those in the control group ($P<0.05$); ② Therapeutic effect: the effective rate of the observation group was higher than that of the control group ($P<0.05$); ③ Clinical indicators: VAS score and NDI score in the observation group were lower than those in the control group ($P<0.05$); ⑤ Quality of life: The scores of social field and cognitive function in the observation group were higher than those in the control group ($P<0.05$). **Conclusion** Acupuncture rehabilitation nursing for patients with cervical spondylosis can effectively improve their clinical symptoms, relieve pain and improve their quality of life.

【Key words】 Cervical spondylosis; Quality of life; Acupuncture and moxibustion; Pain; rehabilitation nursing

在临床中,颈椎病为比较常见的一种疾病,是颈部肌肉长时间的慢性的韧带、肌肉损伤,退行性病变导致颈椎出现了连续的疼痛,且该类疾病在手工劳动者、低头手机族、电脑打字员、司机等人群中发病率较高^[1]。常见的低头族因为长期的保持相同的姿势而引起颈部的血液流通不畅,长时间的压迫引起颈椎骨骼出现变形,出现了歪头的情况,对患者的工作以及生活存在严重影响^[2]。所以一定要及时对颈椎病治疗,治疗完成后也要实施有效的护理干预,将其抗病能力提升,缩短康复时间,进而

对病情产生预防其反复发作的效果。所以,本研究中将74例颈椎病患者作为研究对象,对其中37例采取针灸康复护理,获得良好效果,如下。

1 资料和方法

1.1 临床资料

选取74例颈椎病患者(样本纳入时间:2020年12月至2021年6月)纳入研究,随机分为观察组37例,男19例,女18例,平均年龄(50.16 ± 4.28)岁;对照组37例,男20例,女17例,平均年龄(51.28 ± 4.19)岁,两组资料对比($P>0.05$)。

1.2 方法

对照组: 常规护理, 护理人员对患者病情监测, 积极通气沟通, 介绍疾病知识、针灸知识等, 对于其疑问耐心解答, 将心中疑惑消除, 促使其情绪稳定, 建立疾病治疗信心而积极配合干预, 控制运动强度, 实施训练, 防止训练过渡而加重病情。

观察组: 针灸康复护理, 包括: ①针灸护理。急性期颈椎病患者需要对穴位皮肤常规消毒, 患者俯卧位, 对三阴交穴、颈夹脊穴、足三里、太溪穴、大椎穴针刺, 根据其具体症状合理增加穴位针刺; 四肢无力者: 曲池穴; 恶心、呕吐, 内关穴; 头晕: 风池穴, 太溪穴、三阴交和足三里主要以补法为主, 其他穴位捻转写法为主, 结合患者的具体情况确定进针深度, 得气后 30min, 1 次/d; ②推拿护理。护理人员在推拿前告诉患者将颈部肌肉放松, 沿着其头颈交接处的后侧、后外侧实施移动推拿, 沿着少阳胆经、足太阳膀胱经移动推拿。尤其是对病变位置、大椎穴、风池穴推拿时应该先对其健侧推拿, 后对患侧推拿, 推拿 10min, 在其颈部肌肉发热或轻微放松后推拿暂停。对其颈肩部、肩部揉弹, 明确压痛、敏感位置, 再实施点弹拨法进行推拿, 1 次/d、60s/次, 在其出现酸胀感即可。慢性期颈椎病患者让其做在牵引椅上, 结合其具体情况而确定牵引模式, 30min, 耐受最佳, 牵引力控制在 200N。牵引过程中密切观察患者的抵抗、颈肌承受情况, 渐渐将牵引力增加, 2 次/d, 10d 一个疗程, 治疗 2 疗程。利用电脑中频治疗仪对患者治疗, 电流方式主要为中频单向, 放在其颈部两侧, 设置电流参数 50mA, 对其耐受情况考虑而调节电流, 2 次/d, 30min/次, 连续治疗 4 周。③日常生活护理。护理人员对患者生活习惯掌握, 告知其不良生活行为, 教会其正确的坐、卧姿, 防止姿势不良而使病情加重。结合其饮食按照而制定饮食计划, 主要为牛奶、豆制品, 适量黑芝麻、胡桃等食物, 确保充足营养。④心理疏导。实施针灸康复前为其介绍有关针灸、疾病知识, 介绍治疗成功案例, 建立疾病治疗信心, 进而积极配合, 针对性的对心情状态较差者实施心理疏导, 使其情绪稳定, 将顾虑消除, 利用阅读、视频等方式将其注意力转移, 保证顺利实施针灸流程。

1.3 观察指标

①症状改善程度: 眩晕、肩颈痛、恶心呕吐、头痛, 分数越高表示症状越严重; ②治疗效果: 症状显著改善, 且基本恢复功能为显效; 症状改善且功能有所改善为有效; 症状和功能未改善为无效; ③临床症状: 疼痛用视觉模拟评分(VAS)评价^[3], 分数越高表示疼痛越严重; 颈椎功能障碍指数用

(NDI)^[4]评价, 分数越低表示康复效果越好; ④生活质量用 SF-36 评价, 分数高表示生活质量越好^[5]。

1.4 统计学处理

SPSS20.0 软件分析数据, 计数资料用 (%) 表示, 行 χ^2 检验, 计量资料用 ($\bar{x} \pm s$) 表示, 行 t 检验, $P < 0.05$ 统计学成立。

2 结果

2.1 两组患者症状改善程度对比

护理前:

观察组: 头痛评分(3.17±0.27)分、恶心呕吐评分(3.76±0.28)分、肩颈痛评分(4.46±0.16)分、眩晕评分(3.13±0.30)分。

对照组: 头痛评分(3.50±0.55)分、恶心呕吐评分(3.15±0.24)分、肩颈痛评分(4.45±0.25)分、眩晕评分(3.86±0.18)分。

组间对比($t=0.221、0.326、0.521, P>0.05$)。

护理后:

观察组: 头痛评分(1.41±0.23)分、恶心呕吐评分(0.41±0.30)分、肩颈痛评分(1.15±0.40)分、眩晕评分(1.86±0.27)分。

对照组: 头痛评分(2.42±0.23)分、恶心呕吐评分(1.78±0.16)分、肩颈痛评分(2.15±0.35)分、眩晕评分(2.34±0.41)分。

组间对比($t=5.213、6.320、5.412, P<0.05$)。

2.2 两组患者治疗效果比较

观察组: 显效 26 例(70.27%)、有效 9 例(24.32%)、无效 2 例(5.41%), 有效率 94.59%(35/37)。

对照组: 显效 16 例(43.24%)、有效 11 例(29.73%)、无效 10 例(27.03%), 有效率 72.97%(27/37)。

组间对比($\chi^2=15.336, P<0.05$)。

2.3 两组患者临床指标比较

护理前:

观察组: VAS 评分(7.39±2.15)分、NDI 评分(9.37±1.83)分。

对照组: VAS 评分(7.23±2.58)分、NDI 评分(9.27±1.76)分。

组间对比($t=0.251、0.362, P>0.05$)。

护理后:

观察组: VAS 评分(2.30±1.28)分、NDI 评分(4.38±1.24)分。

对照组: VAS 评分(3.49±1.45)分、NDI 评分(8.22±1.27)分。

组间对比($t=5.336、6.332, P>0.05$)。

2.4 两组患者生活质量评分比较

观察组: 认知能力评分(94.68±8.23)分、情感限制评分(92.58±8.31)分、社会领域评分(93.50±8.47)分、躯体功能评分(91.29±8.23)分。

对照组: 认知能力评分(88.33±7.25)分、情感限制评分(85.44±7.18)分、社会领域评分(86.33±7.27)分、躯体功能评分(85.37±7.14)分。

组间对比($t=6.521$ 、 5.124 、 8.336 、 6.325 , $P<0.05$)。

3 讨论

颈椎病作为临床中常见疾病, 其存在较高的发病率, 颈椎椎间盘脱出、颈椎劳损等是导致该病出现的重要原因。颈椎病在人们生活方式持续改变下出现了较高的发病率。[1], 临床对于此病的治疗主要为药物治疗, 虽然可以获得一定的效果, 但是长时间的药物治疗会降低患者的治疗依从性[6]。此外, 经过治疗后的患者存在较高的复发率, 严重影响患者的生活质量。所以, 在治疗过程中实施有效的护理干预, 提升患者的生活质量, 促进其颈椎功能提升。

有研究指出[7], 针灸康复护理为一种新型的护理模式, 可使颈椎病患者的预后有效改善, 在实处落实以人为本的理念, 将优质护理服务提供给患者, 将其就医体验有效改善。其存在如下几点优势: (1) 在临床治疗颈椎病中针灸疗法为其中常见方式, 其存在舒筋活血、通经活络的作用, 对特定的穴位进行针灸, 对局部的交感神经抑制, 使患者的局部缺氧、缺血、颈部痉挛现象有效改善, 对颈部产生促进其血液循环的效果, 加快恢复颈椎功能, 使疼痛得到缓解, 加快疾病转归[8]; (2) 康复过程中与心理疏导相配合可以使患者情绪得到稳定, 将顾虑消除, 介绍针灸疗法治病的必要性、护理配合要点以及疾病知识等, 告诉其稳定的情绪对于疾病的康复意义重大, 防止情绪波动而对顺利实施拯救流程产生影响, 情绪较差者需要了解其出现的原因, 安慰、鼓励和支持患者, 使患者的应激反应有效改善, 重新建立疾病治疗的信心, 促使其配合度提升[9]; (3) 日常生活中对患者采取饮食指导, 告诉其增加膳食纤维、微生物、优质蛋白的摄入, 将其自身的抵抗力、免疫力提升, 加快疾病的转归, 告诉患者保部肌肉保持放松状态, 使其颈部肌肉痉挛显著改善, 促使不适症状缓解, 加快恢复颈椎功能, 效果确切且安全可靠[10]。

本研究结果中, 观察组症状改善程度、症状改善情况等指标均优于对照组, 表示针灸康复护理可以将患者不适症状显著改善, 缩短康复所需时间, 实现解除痉挛、通筋活络、疏通气血等作用, 促使局部的血流量增加而将脑部供血不足的问题有效改善, 将炎症水肿程度有效消除, 减轻肌肉紧张感, 提升其肌肉张力, 应用价值较高。

总而言之, 颈椎病患者实施针灸康复护理可以促进其恢复颈椎功能, 提高其生活质量, 得到患者高度认可, 效果良好, 价值较高。

参考文献

- [1] 苏淑云,冯裕董,吴惠团,等. 针灸康复护理对颈椎病患者临床指标、生活质量及康复效果的影响分析[J]. 中国社区医师,2021,37(15):143-144.
- [2] 邝秋群,卢彬,杨佳生,等. 中医辨证施治与颈部保健运动干预对神经根型颈椎病患者治疗效果影响[J]. 国际医药卫生导报,2019,25(17):3001-3004.
- [3] 刘畅. 针灸推拿联合康复理疗对颈椎病人的护理效果分析[J]. 世界最新医学信息文摘(连续型电子期刊),2019,19(A2):377-378.
- [4] 周妙娟. 针灸推拿联合康复理疗对颈椎病人的临床护理效果[J]. 世界最新医学信息文摘(连续型电子期刊),2021,21(19):343-344.
- [5] 李霖淋. 针灸推拿与康复理疗相结合对颈椎病人的护理效果分析[J]. 全科口腔医学杂志(电子版),2019,6(35):99.
- [6] 李莉, 胡流霞, 胡海蝶, et al. 针灸推拿联合康复理疗对颈椎病人的效果观察[J]. 中西医结合护理(中英文),2021,7(8):65-68.
- [7] 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(连续型电子期刊),2019,19(55):259-260.
- [8] 李慧贤. 针灸推拿联合康复理疗对颈椎病人的护理效果及对护理满意度的影响[J]. 中国保健营养,2019,29(4):279.
- [9] 何丽娟,于秀,蒋红英. 邵氏颈部保健操对颈型颈椎病康复护理中的疗效观察[J]. 家庭生活指南,2021,37(15):36-37.
- [10] 李露寒,曹莉芬. 颈椎病患者实施针灸推拿结合康复理疗的护理效果探讨[J]. 世界最新医学信息文摘,2021,21(83):605-606.

收稿日期: 2022年8月13日

出刊日期: 2022年9月2日

引用本文: 杨敏, 惠婵, 吴玉姣. 针灸康复护理颈椎病在护理中的应用价值分析[J]. 现代护理医学杂志, 2022, 1(5):105-107

DOI: 10.12208/j.jmmm.202200298

检索信息: RCCSE 权威核心学术期刊数据库、中国知网(CNKI Scholar)、万方数据(WANFANG DATA)、Google Scholar 等数据库收录期刊

版权声明: ©2022 作者与开放获取期刊研究中心(OAJRC) 所有。本文章按照知识共享署名许可条款发表。

<https://creativecommons.org/licenses/by/4.0/>



OPEN ACCESS