

## 健康教育在脊柱骨折护理中的效果研究

王艳莉

贵州医科大学附属医院急诊骨科 贵州贵阳

**【摘要】目的** 研究分析对脊柱骨折患者实施健康教育护理的临床效果。**方法** 正式开展研究前,将在骨科内随机抽取 32 例已经被确诊为脊柱骨折的患者参与实验,在其临床护理中应用健康教育护理,命名为观察组,为保障研究的顺利实施,将采取对照实验,并需在同期内再次抽取 32 例脊柱骨折患者作为对照组,护理措施选择常规护理,并分析比较不同护理措施下的护理效果。**结果** 对两组患者的健康知识掌握情况进行了统计分析,从调查统计数据显示可见观察组患者的健康知识掌握率显著高于对照组, ( $P < 0.05$ ); 其次,评估比较了两组患者的 VAS 和 ODI 评分,观察组分别为 ( $2.4 \pm 0.6$ ) 分、( $7.4 \pm 1.1$ ) 分,对照组分别为 ( $4.6 \pm 1.1$ ) 分、( $10.6 \pm 1.9$ ) 分,比较后确认观察组更优, ( $P < 0.05$ ); 并且在生活质量方面对照组各方面均比较逊色, ( $P < 0.05$ )。**结论** 在脊柱骨折患者护理中加强对健康教育措施的应用有助于提高护理质量,纠正患者错误认知,更能够促进恢复。

**【关键词】** 脊柱骨折; 健康教育; 健康知识; 疼痛; 生活质量

**【收稿日期】** 2022 年 11 月 25 日 **【出刊日期】** 2023 年 1 月 13 日 **【DOI】** 10.12208/j.jacn.20230049

### Research on the effect of health education in the nursing of spinal fractures

Yanju Wang

Department of Emergency Orthopedics, Affiliated Hospital of Guizhou Medical University, Guiyang, Guizhou

**【Abstract】 Objective** To study and analyze the clinical effect of health education and nursing on patients with spinal fractures. **Methods:** Before the official start of the study, 32 patients who had been diagnosed with spinal fractures were randomly selected from the Department of Orthopedics to participate in the experiment, and health education and nursing were applied in their clinical care, named as the observation group. In order to ensure the smooth implementation of the study, a In the control experiment, 32 patients with spinal fractures should be selected as the control group again during the same period, and the nursing measures should be conventional nursing, and the nursing effects under different nursing measures should be analyzed and compared. **Results:** Statistical analysis was carried out on the mastery of health knowledge of the two groups of patients. The survey data showed that the mastery of health knowledge of the patients in the observation group was significantly higher than that in the control group ( $P < 0.05$ ). Secondly, the two groups of patients were evaluated and compared. The VAS and ODI scores of the observation group were ( $2.4 \pm 0.6$ ) points and ( $7.4 \pm 1.1$ ) points, respectively, and the control group were ( $4.6 \pm 1.1$ ) points and ( $10.6 \pm 1.9$ ) points, respectively. After comparison, it was confirmed that the observation group was better. ( $P < 0.05$ ); and the control group was inferior in all aspects of quality of life ( $P < 0.05$ ). **Conclusion:** Strengthening the application of health education measures in the nursing of patients with spinal fractures can help improve the quality of nursing, correct patients' misunderstandings, and promote recovery.

**【Keywords】** spinal fracture; health education; health knowledge; pain; quality of life

引言: 脊柱是人体骨骼的重要组成部分, 近年来人口老龄化形势严峻, 老年人越来越多, 而且老年人相比年龄人更容易出现脊柱骨折问题。目前骨科临床

上对脊柱骨折多采取手术治疗, 但是许多患者在脊柱骨折影响下会伴有明显不良情绪, 如恐惧、焦虑等, 并且脊柱骨折患者术后恢复时间长, 更容易加剧患者

\*通讯作者: 宋晓艳

的不良情绪<sup>[1]</sup>。究其根本,影响患者情绪状态的主要原因是对其相关健康知识的认知不足,基于此在临床护理中应重视对患者采取针对性的护理干预,并将健康教育主要护理内容。

## 1 资料与方法

### 1.1 资料与方法

在本次研究中纳入了 64 例脊柱骨折患者参与实验,时间 2021 年 6 月至 2022 年 8 月,均符合实验参与条件,可入组参与实验,并且在入组后将患者随机分配为两个小组,即对照组、观察组,每组 32 例。在对照组中的 32 例患者中,包括 16 例男性和 16 例女性,年龄 54~76 岁,平均(65.4±4.4)岁;观察组内男女患者比例 20:12,最小 56 岁,最大 78 岁,平均(67.2±4.9)岁,两组研究对象一般资料差异不大( $P>0.05$ ),本次研究有意义。纳入条件:①经过 MRI、CT 等影像学方法确诊为脊柱骨折;②患者意识清晰,可无障碍交流;③伦理委员会审查通过<sup>[2]</sup>。排除条件:①患者存在传染疾病;②伴有凝血功能障碍或重大器官功能障碍。

### 1.2 方法

#### (1) 对照组

将在对照组中实施常规护理,采取疾病健康教育、病情监测、饮食护理。

#### (2) 观察组

于观察组中护理中加强健康教育:①疾病教育:脊柱骨折是临床常见骨骼创伤情况,多数患者对脊柱骨折的健康知识认知不足,因此会在就医期间非常担忧,这将会给患者的术后恢复带来不利影响,对此在脊柱骨折护理期间应加强与患者的沟通,向患者介绍有关脊柱骨折的健康知识、治疗方法等。并且在疾病健康教育期间还应采取多样化形式的健康教育方法,例如可以采取一对一口头宣教,为患者发放健康手册,或者使用视频、图片等形式进行健康教育,帮助提升患者的认知深度。②疼痛教育:患者在脊柱骨折影响下伴有明显疼痛症状,而且因疼痛症状影响,将会加剧对情绪状态的影响,在日常住院期间会因疼痛而影响睡眠。在健康教育期间,可对患者进行针对性的疼痛教育,如可积极与患者交流,讲解脊柱骨折后出现疼痛的原因,可使用多种疼痛教育方法,例如在病房中播放比较舒缓的音乐,还可多多与患者交流,帮助转移注意力,以此达到暂时缓解疼痛的目的。③心理疏导:脊柱骨折是常见骨骼创伤情况,患者在脊柱骨折后往往会非常担忧是否能够完全康复,还会因脊柱

骨折后的疼痛而加剧不良情绪,基于此护理人员应针对患者实施心理方面的健康教育,如向患者介绍有关脊柱骨折的治疗方法、典型康复案例等;还可加强与家属之间的沟通,告知家属有关心理疏导的重要性和必要性,使其也能够加入到对患者的心理疏导中去。

④卧位指导:因脊柱骨折影响,患者无法按照自身喜好选择体位姿势,护理人员应根据患者情况合理选择体位姿势,并每间隔 2h 更换 1 次卧位姿势,而且还要对长时间受压部位进行适当按摩,以促进局部血液循环,帮助预防压疮、下肢深静脉血栓。⑤饮食教育:除以上几个方面的健康教育外,饮食方面也应注重健康宣教,如可详细了解患者的基本情况,尤其是饮食方面的喜好,以此为患者制定针对性的饮食方案;一般需严格遵循低盐、高蛋白、易消化、多营养原则<sup>[3]</sup>。

### 1.3 观察指标

①统计比较两组患者的健康知识掌握率情况;②使用 ODI(改良 Oswestry 功能障碍指数)评估脊柱功能,分值越低表示患者脊柱功能越优;③选择 VAS(视觉模拟评分法)评估患者的疼痛感,分值越低表示疼痛感越低;④使用 GQOL-74 量表评估两组患者生活质量情况,包括躯体功能、心理功能、社会功能和物质生活几个方面,每一项最高均为 100 分,分值越低表示生活质量越差。

### 1.4 统计学处理

对实验过程中的所有数据信息均进行统计学处理,选择 SPSS22.0 作为统计学处理工具,对计数资料、计量资料进行数据分析,即“±”、“%”,并分别使用“t”、“ $\chi^2$ ”检验,确认存在统计学意义后可表示为( $P<0.05$ ),不存在统计学意义则为( $P>0.05$ )。

## 2 结果

### 2.1 健康知识掌握情况

对两组患者的健康知识掌握情况进行了统计比较,从表 1 结果所示可见观察组明显更优, ( $P<0.05$ )。

### 2.2 疼痛与脊柱功能障碍情况

通过 VAS 和 ODI 评分的统计比较后确认观察组患者疼痛感、脊柱功能障碍情况较轻, ( $P<0.05$ )。

### 2.3 生活质量

经过生活质量方面的评估分析来看,观察组患者各项生活质量评分均高于对照组, ( $P<0.05$ )。

## 3 讨论

脊柱骨折对患者机体功能的影响非常大,且还会对机体神经系统造成一定的损伤,导致患者在脊柱骨折后会伴有非常强烈的疼痛感。

表 1 健康知识掌握情况比较 (%)

组别	例数	完全掌握	基本掌握	未掌握	健康知识掌握率
观察组	32	19	11	2	93.75%
对照组	32	13	11	8	75%
$\chi^2$ 值					11.414
P 值					0.001

表 2 VAS、ODI 评分比较 (分) ( $\bar{x} \pm s$ )

组别	例数	VAS	ODI
观察组	32	2.4 $\pm$ 0.6	7.4 $\pm$ 1.1
对照组	32	4.6 $\pm$ 1.1	10.6 $\pm$ 1.9
t 值		5.141	7.063
P 值		0.021	0.013

表 3 生活质量评分比较 (分) ( $\bar{x} \pm s$ )

组别	例数	躯体功能	心理功能	社会功能	物质生活
观察组	32	90.3 $\pm$ 3.2	96.4 $\pm$ 3.1	90.3 $\pm$ 3.1	96.5 $\pm$ 3.2
对照组	32	80.4 $\pm$ 3.1	83.2 $\pm$ 3.1	80.4 $\pm$ 4.1	80.4 $\pm$ 3.3
t 值		16.036	15.369	13.588	14.717
P 值		0.001	0.002	0.001	0.001

就脊柱骨折患者的具体情况来看, 在就医治疗期间伴有比较严重的不良情绪, 对脊柱骨折的认知存在误区, 甚至有个别患者已经丧失治疗信心, 基于此必须要加强护理干预, 重视对患者的健康教育。

经脊柱骨折的实际临床护理情况来看, 常规护理模式具有局限性, 已经不再能够被有效应用于脊柱骨折的具体护理中, 因此应选择更为科学化、合理化的护理模式<sup>[4]</sup>。从本次研究结果可见, 健康教育的实施可以达到良好护理效果, 如结果中表 1 所示可见, 观察组患者在健康教育护理的实施下, 对脊柱骨折的健康知识掌握率高达 93.75%, 显著高于对照组 75%, ( $P < 0.05$ )。健康教育护理实施中, 重视从患者具体情况, 重点围绕认知、心理、疼痛、饮食、卧位姿势等几个方面开展健康教育, 使患者能够认识到多方面的健康内容, 这对提高治疗依从性、促进康复有重要帮助, 如结果中表 2 所示可见, 观察组患者在护理后其 VAS、ODI 评分分别为 (2.4 $\pm$ 0.6) 分、(7.4 $\pm$ 1.1) 分, 相比之下对照组分别为 (4.6 $\pm$ 1.1) 分、(10.6 $\pm$ 1.9) 分, ( $P < 0.05$ )。脊柱骨折对患者机体的损伤非常大, 需要患者有一个稳定的心态静养, 这对改善其预后生活质量非常重要, 从健康教育护理的长远角度看, 患者过激的情绪状态能够得以平复, 使其可以稳定心态、逐步加深对疾病的认知, 因此可以在促进康复的同时

提高预后生活质量水平, 如表 3 所示可见观察组患者各项生活质量评分均更高于对照组, ( $P < 0.05$ )。

脊柱骨折患者护理期间加强对健康教育措施的应用有助于提高健康知识掌握情况, 对减轻疼痛、促进恢复有重要帮助, 适宜继续推广该护理模式<sup>[5]</sup>。

### 参考文献

- [1] 李盼盼. 延续护理改善骨折伴骨质疏松老年患者预后的研究[D]. 武汉轻工大学, 2021.
- [2] 高晓燕. 综合康复护理在脊柱骨折术后护理中的应用探讨[J]. 系统医学, 2021, 6(03): 178-180.
- [3] 张迎丽, 张海香. 探讨健康教育路径在脊柱骨折护理中的临床应用效果[J]. 医学食疗与健康, 2020, 18(20): 191+193.
- [4] 谢艳玲, 刘秀环, 郭秋容, 区欣欣. 中老年人骨质疏松症合并脊柱骨折的护理效果[J]. 中外医学研究, 2020, 18(07): 106-108.
- [5] 黄孝燕, 邵仁仙. 脊椎骨折患者健康教育中的护理体会与研究[J]. 全科口腔医学电子杂志, 2017, 4(18): 2.

版权声明: ©2023 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