

快速康复护理对骨质疏松性腰椎压缩性骨折术后恢复情况的影响

曹丹

昆山市第三人民医院 江苏苏州

【摘要】目的 观察快速康复护理对骨质疏松性腰椎压缩性骨折术后恢复情况的影响。**方法** 将2020年8月-2021年10月期间接收的50例骨质疏松性腰椎压缩性骨折患者纳入研究,均采取手术治疗,根据护理方法的不同分为实验组与对照组,每组25例。对照组在围术期进行普通护理,实验组在围术期进行快速康复护理,比较两组护理前与护理4周后的腰椎功能评分、日常生活能力评分。**结果** 护理前,两组患者的腰椎功能评分、日常生活能力评分均无统计学差异($P>0.05$);护理4周后,两组患者的腰椎功能评分、日常生活能力评分均提高($P<0.05$),其中实验组高于对照组,组间有统计学差异($P<0.05$)。**结论** 快速康复护理对骨质疏松性腰椎压缩性骨折术后恢复有积极影响,有助于改善腰椎功能与日常生活能力,使身体快速恢复健康。

【关键词】 快速康复护理;骨质疏松;腰椎压缩性骨折;术后恢复;日常生活能力

Effect of rapid rehabilitation nursing on postoperative recovery of osteoporotic lumbar compression fracture

Dan Cao

The Third People's Hospital of Kunshan City, Suzhou 215300, China

【Abstract】Objective To observe the effect of rapid rehabilitation nursing on the recovery of osteoporotic lumbar compression fracture after operation. **Methods** 50 cases of osteoporotic lumbar vertebral compression fracture received from August 2020 to October 2021 were included in the study, all of them were treated with surgery, and were divided into experimental group and control group according to different nursing methods, with 25 cases in each group. The control group received general nursing during the perioperative period, and the experimental group received rapid rehabilitation nursing during the perioperative period. The scores of lumbar function and daily living ability before and after 4 weeks of nursing were compared between the two groups. **Results** Before nursing, there was no significant difference in the scores of lumbar function and daily living ability between the two groups ($P>0.05$); After 4 weeks of nursing, the scores of lumbar function and daily living ability of patients in the two groups were improved ($P<0.05$). **Conclusion** Rapid rehabilitation nursing has a positive effect on the recovery of osteoporotic lumbar compression fracture after operation, which is helpful to improve the lumbar function and daily living ability, and make the body recover quickly.

【Key words】 Rapid rehabilitation nursing; Osteoporosis; Lumbar compression fracture; Postoperative recovery; Ability of daily living

骨质疏松性腰椎压缩性骨折指骨质疏松患者在受到不同程度外伤或是无明显外伤情况下,腰椎部位出现疼痛感^[1]。临床治疗多采用骨水泥灌注微创手术,尽管相比于传统手术切口小,但在年龄影响下,术后恢复过程依然缓慢。快速康复外科理念强

调通过循证医学证实有效的围术期优化措施促进术后康复,有研究发现,快速康复护理用于骨质疏松性椎体压缩性骨折可减轻疼痛感,缩短住院时间,确保预后效果^[2]。对此,观察快速康复护理对骨质疏松性腰椎压缩性骨折术后恢复情况的影响。

1 对象和方法

1.1 对象

将2020年8月-2021年10月期间接收的50例骨质疏松性腰椎压缩性骨折患者纳入研究,均采用手术治疗,根据护理方法的不同分为实验组与对照组,每组25例。对照组男性14例,女性11例,年龄63-86岁,均值(73.45±1.29)岁;实验组男性13例,女性12例,年龄63-88岁,均值(73.49±1.33)岁。比较两组骨质疏松性腰椎压缩性骨折患者的一般信息,无统计学差异($P>0.05$)。

纳入标准:①参照《骨质疏松性椎体压缩性骨折诊疗与管理专家共识》^[3],确诊为骨质疏松性腰椎压缩性骨折;②自愿签署知情同意书;③获得医学伦理委员会批准;④符合手术适应证。

排除标准:①保守治疗的骨质疏松性腰椎压缩性骨折患者;②合并凝血功能障碍;③患有恶性肿瘤;④存在严重的精神疾病;⑤累及其它重要器官严重创伤;⑥不愿配合研究者。

1.2 方法

1.2.1 对照组

对照组在围术期进行普通护理,术前进行基础健康教育,告知手术基本流程,辅助患者进行各项检查。术中,与医生良好配合,密切观察各项生命指标,及时发现异常异常情况,确保手术安全性。术后,严密监测生命体征,观察病情走向,在医生指导下开展饮食、用药管理,当能够下床活动后,指导进行相关康复运动。出院前提醒定期到院拍片复查,观察骨折处愈合情况。

1.2.2 实验组

实验组在围术期进行快速康复护理,主要内容如下:①加强沟通交流;在整个护理期间,护理人员全程与患者及其家属保持良好沟通交流,及时了解护理需求,尽最大努力提供相应服务,如术前主动向对方介绍自己和医院环境,让其尽快熟悉,讲解骨质疏松性腰椎压缩性骨折的相关知识,强调手术治疗优势,减轻内心紧张、恐惧。术后,将手术结果在恰当时机进行告知,并对家属说明术后恢复需要注意的各种问题,每日查房时耐心询问患者当日是否存在不良反应、疼痛是否加剧或减轻等,以便制定下一步护理计划。②营养护理;针对骨质疏松性腰椎压缩性骨折手术患者,在快速康复外科理念下,改变传统术前长期禁食措施,指导患者在手术前一天晚上适当饮用12.5%碳水化合物饮品,并在术前少量饮用,以减轻术前口渴、饥饿感觉。术后,鼓励早期口服进食,饮食以高蛋白为主,指导

家属多准备鱼、牛奶、虾等食物,同时补充维生素D,缓解骨质疏松,加快骨折愈合。③术后镇痛;对于骨质疏松性腰椎压缩性骨折,疼痛多来源于两方面,需合理采取镇痛措施,尽量减轻疼痛,提高诊疗舒适度。快速康复护理强调术后疼痛遵循个性化原则,即对轻中度疼痛者,通过转移注意力、听音乐等方式缓解,对重度疼痛者,按照医嘱应用镇痛泵。④早期下床活动;引导早期下床活动,分阶段进行康复锻炼,第一阶段时间为术后第三天至术后两周内,辅助患者实施中等强度康复运动,训练腰背部肌肉,取仰卧位,用头、双肘和双足支撑身体,腰部尽量向上挺,注意该阶段正处于身体快速恢复期,运动过程中不能过于用力。第二阶段时间为术后一个月,以平衡训练为主,提高脊柱柔韧性以及灵活性,训练期间家属或护理人员全程陪护,防止训练力度超过身体承受范围,适当休息,同时重视呼吸功能训练,维持正常的肺功能。

1.3 观察指标

比较两组护理前与护理4周后的腰椎功能评分、日常生活能力评分,腰椎功能评分借助日本骨科协会评估治疗分数(JOA)^[4]评价,最高分为29分,最低分为0分,评分越高表明腰椎功能障碍越不明显;日常生活能力评分借助Barthel指数评定量表^[5]评价,共计100分,评分越高表明日常生活能力越好。

1.4 统计学分析

利用统计学软件SPSS23.0进行分析,计量资料用($\bar{x}\pm s$)表示,t验证,计数资料用(%)表示, χ^2 验证,结果 $P<0.05$ 为有统计学意义。

2 结果

2.1 两组护理前与护理4周后的腰椎功能评分比较

护理前,实验组($n=25$)腰椎功能评分为(14.35±0.76)分,对照组($n=25$)腰椎功能评分为(14.27±0.84)分, $t=0.353$, $P=0.726$,无统计学差异($P>0.05$)。护理4周后,实验组($n=25$)腰椎功能评分为(24.16±0.31)分,对照组($n=25$)腰椎功能评分为(18.58±0.27)分, $t=59.759$ 、24.424, $P=0.001$,组内有统计学差异($P<0.05$),实验组高于对照组, $t=67.867$, $P=0.001$,组间有统计学差异($P<0.05$)。

2.2 两组护理前与护理4周后的日常生活能力评分比较

护理前,实验组($n=25$)日常生活能力评分为(65.28±1.74)分,对照组($n=25$)日常生活能力

评分为(65.34±1.78)分, $t=0.121$, $P=0.905$, 无统计学差异($P>0.05$)。护理4周后, 实验组($n=25$)日常生活能力评分为(87.42±1.55)分, 对比组($n=25$)日常生活能力评分为(74.96±0.47)分, $t=47.506$ 、 26.127 , $P=0.001$, 组内有统计学差异($P<0.05$), 实验组高于对比组, $t=38.464$, $P=0.001$, 组间有统计学差异($P<0.05$)。

3 讨论

骨质疏松在中老年人群中为常见病症, 不仅引起腰背酸痛, 同时提高椎体压缩性骨折发生风险。针对骨质疏松性腰椎压缩性骨折, X光片检查能够发现脊柱椎体发生塌陷、变形, 甚至出现神经压迫症状^[6-7]。相较于普通外伤骨折, 骨质疏松性腰椎压缩性骨折具有年龄特点, 高发人群为老年人, 是胸廓畸形的主要原因, 甚至降低心肺功能, 且大部分骨折比较稳定, 除手术治疗外, 保守治疗同样有效。但对于临床症状严重者, 微创手术疗法为主要方式, 在此基础上, 术后护理存在重要意义, 与预后有直接联系。

快速康复护理是在快速康复外科理念下发展起来的一种新型护理模式, 将术后快速康复作为主要干预目标, 通过围绕该目标采取一系列护理措施, 让患者能够在较短的时间内各功能得到恢复。骨质疏松性腰椎压缩性骨折患者基本为老年人, 术后快速康复十分关键, 否则可能由于长时间卧床静养造成出现感染、压疮、内环境紊乱等并发症。本次研究结果显示, 实验组护理4周后的腰椎功能评分、日常生活能力评分均高于对比组, 代表快速康复护理效果优于普通护理, 促进腰椎功能恢复, 明显提升日常生活能力, 与王慧雄^[8]的研究结果一致。快速康复外科理念指出, 病人沟通在围术期具有必要性, 原因为情绪与病情进展存在相关性, 减轻恐惧和焦虑感有利于术后快速康复^[9-10]。最后, 采取营养护理、术后镇痛、早期下床活动等措施, 在合理镇痛基础上, 帮助迅速恢复正常饮食, 使机体获得充足能量, 为后续开展康复训练提供前提条件。而康复训练在骨质疏松性腰椎压缩性骨折术后恢复中占有重要地位, 能够促进下肢关节血液循环, 预防关节挛缩、骨骼脱钙等^[11]。

总而言之, 快速康复护理对骨质疏松性腰椎压缩性骨折术后恢复有积极影响, 有助于改善腰椎功能与日常生活能力, 最大程度缓解疼痛, 使身体快速恢复健康。

参考文献

- [1] 孙玲玲. 康复护理对腰椎压缩性骨折患者生活质量的影响研究[J]. 中国医药指南, 2022, 20(09): 58-61, 68.
- [2] 夏艳丽, 郭芳琴. 快速康复护理在老年椎体压缩性骨折中的应用[J]. 中国继续医学教育, 2021, 13(26): 185-188.
- [3] 丁悦, 张嘉, 岳华, 等. 骨质疏松性椎体压缩性骨折诊疗与管理专家共识[J]. 中华骨质疏松和骨矿盐疾病杂志, 2018, 11(05): 425-437.
- [4] 祁丽亚, 朱达惠, 徐晓曦. 不同围手术期护理策略在老年骨质疏松性胸腰椎压缩性骨折经皮椎体成形术患者中的应用效果[J]. 中西医结合护理(中英文), 2021, 7(11): 37-40.
- [5] 张志芳. 舒适护理模式对老年腰椎压缩性骨折患者术后疼痛程度及腰椎活动功能的影响[J]. 山东医学高等专科学校学报, 2022, 44(01): 76-78.
- [6] 陈启才, 卢翠萍. 经皮穿刺椎体成形术联合体位复位治疗老年胸腰椎压缩性骨折患者的临床效果[J]. 福建医药杂志, 2022, 44(01): 49-51.
- [7] 刘荣丽. 舒适护理在老年腰椎压缩性骨折术后疼痛患者中的效果和满意度评价[J]. 中国社区医师, 2021, 37(16): 116-117.
- [8] 王慧雄. 快速康复护理对骨质疏松性腰椎压缩性骨折术后恢复的影响[J]. 中国医药指南, 2021, 19(19): 156-157.
- [9] 闫文翠. 经皮椎体成形术治疗老年性胸腰椎压缩性骨折护理体会[J]. 中国卫生标准管理, 2018, 9(12): 163-165.
- [10] 陶丽华. 骨质疏松椎体压缩性骨折经皮椎体后凸成形术的护理[J]. 中国继续医学教育, 2019, 11(01): 162-164.
- [11] 冯春兰. 以早期功能锻炼为导向的围手术期护理在骨质疏松性胸腰椎压缩性骨折椎体成形术患者中的应用[J]. 中华现代护理杂志, 2021, 27(33): 4568-4571.

收稿日期: 2022年8月1日

出刊日期: 2022年9月2日

引用本文: 曹丹. 快速康复护理对骨质疏松性腰椎压缩性骨折术后恢复情况的影响[J]. 现代护理医学杂志, 2022, 1(5): 12-14

DOI: 10.12208/j.jmnm.202200267

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