

腰椎间盘突出症行椎间孔内镜术后康复护理的应用

唐华, 梁阿敏, 平鸽, 王妮, 魏昂

西安市中医医院 陕西西安

【摘要】目的 探究分析腰椎间盘突出症行椎间孔内镜术后康复护理的应用。**方法** 时间: 2022 年 1 月至 2023 年 12 月, 对象: 接受椎间孔内镜术的腰椎间盘突出症患者共 102 例, 分组: 随机分为对照组与观察组。对照组采用常规护理, 观察组采用康复护理, 对比两组的腰椎功能; 临床相关指标以及疼痛程度。**结果** 观察组优于对照组, $P < 0.05$ 。**结论** 康复护理可显著改善患者腰椎功能; 临床相关指标以及疼痛程度, 值得推广与应用。

【关键词】 腰椎间盘突出症; 椎间孔内镜术; 康复护理; 腰椎功能; 临床相关指标; 疼痛程度

【收稿日期】 2024 年 5 月 13 日 **【出刊日期】** 2024 年 6 月 20 日 **【DOI】** 10.12208/j.jnmn.20240279

Application of rehabilitation nursing for lumbar disc herniation by foraminal endoscopic surgery

Hua Tang, Amin Liang, Ge Ping, Ni Wang, Ang Wei

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

【Abstract】 Objective To explore and analyze the application of rehabilitation nursing after lumbar disc herniation with foraminal endoscopic surgery. **Methods** From January 2022 to December 2023, a total of 102 patients with lumbar disc herniation underwent foraminal endoscopy were randomly divided into control group and observation group. The control group received routine nursing, and the observation group received rehabilitation nursing. The lumbar function of the two groups was compared. Clinically relevant indicators and pain level. **Results** The observation group was superior to the control group ($P < 0.05$). **Conclusion** Rehabilitation nursing can significantly improve the function of lumbar spine. Relevant clinical indicators and pain degree are worthy of promotion and application.

【Keywords】 Lumbar disc herniation; Foraminal endoscopy; Rehabilitation nursing; Lumbar spine function; Clinically relevant indicators; Pain level

现阶段我国腰椎间盘突出症病例总数呈现出相对较高的水平, 其主要是由于患者腰椎间盘髓核、纤维环以及软骨版等组织, 在多方面因素共同影响下出现明显的改变, 使得髓核和组织向椎管内出现突出或是脱出的情况。其中腰部疼痛、肌力降低以及肢体麻木均属于腰椎间盘突出症患者的主要临床症状, 对患者的健康以及生活质量造成极大的影响^[1-2]。在实际对腰椎间盘突出症患者进行干预的过程中, 现阶段椎间孔内镜术具有相对较高的应用频率, 此类术式具有手术创伤小、术中出血量低以及术后恢复迅速的优势, 对于改善患者自身病情状态具有重要的意义。但是由于手术属于侵入性操作, 不可避免的会对患者机体造成不同程度的损伤, 加上如果术后未能重视康复干预, 则可使得患者并发症发生率出现明显的提升, 进而影响最终的恢复效果, 因而需要及时开展高效的护理措施, 确保患者

恢复质量的提升, 而康复护理则能够将手术质量与术后康复进行结合, 以促进患者恢复^[3-4]。本文将探究分析腰椎间盘突出症行椎间孔内镜术后康复护理的应用, 详情如下所示。

1 资料与方法

1.1 一般资料

时间: 2022 年 1 月至 2023 年 12 月, 对象: 接受椎间孔内镜术的腰椎间盘突出症患者共 102 例, 分组: 随机分为对照组与观察组。对照组患者共 51 例, 男 29 例, 女 22 例, 年龄为: 48~79 岁, 平均年龄 (56.32 ± 7.16) 岁, 观察组患者共 51 例, 男 31 例, 女 20 例, 年龄为: 48~79 岁, 平均年龄 (55.89 ± 7.70) 岁, 两组一般资料对比, $P > 0.05$ 。

1.2 方法

1.2.1 对照组方法

遵循医嘱以及院内各项相关规章制度, 予以患者病情监测、用药指导以及饮食指导等常规护理措施。

1.2.2 观察组方法

①构建专业的康复护理小组, 应用科室内考核机制, 明确具有扎实理论基础以及实际操作技能的护理人员, 引导其作为小组负责人, 强化培训工作, 确保组内护理人员可明确康复护理的内涵以及落实途径, 确保小组整体护理质量的提升。同步联合康复训练师, 对患者各项病情资料进行全面的整理, 充分掌握患者实际病情状态, 进而制定全面的康复护理方案, 确保相关护理措施的高质量性。

②术后 24 h, 在患者麻醉苏醒之后, 联合康复训练师落实对于患者的被动以及主动康复训练, 首先开展被动活动, 落实对于患者上肢以及下肢的被动屈伸活动, 改善其肌肉紧张状态, 结合患者实际情况, 予以其适当的按摩。完成后指导患者开展主动训练, 包括直腿抬升, 踝关节转动以及肱四头肌等长训练等, 结合患者术后实际状态, 予以患者腰围佩戴, 协助其开展早期的下床活动, 主要以站立、短距离行走为主, 过程中应用 VAS 评定对患者疼痛程度进行评定, 同时及时询问患者感受, 观察其状态, 以患者耐受程度以及疼痛程度为基础, 有针对性的设置训练强度以及时间, 出现异常情况及时停止康复训练, 降低不良事件发生率。

③术后 2~7 d, 有护理人员应用足踝被协助患者开展下肢功能训练, 每日 3 次, 每次 10~15 min, 以促进患者下肢血液循环, 降低静脉血栓发生率。同时协助患者开展每日的床旁康复训练, 主要以床旁行走、床旁站立为主, 设置训练时间为 15 min, 结合患者实际恢复状态, 逐步递增, 过程中遵循循序渐进的原则, 避免患者感受到过度劳累。

④术后 5 d, 由护理人员指导患者开展五点支撑法训练, 使得患者腰背肌肉得到充分的训练, 以提升患者术后恢复效果, 并结合患者实际恢复情况, 指导患者强化下床训练的频率与强度, 可在家属或是护理人员的协助下, 于病房内或是走廊进行慢步走训练, 每日 2 次, 每次 20 min。

⑤在开展康复训练前, 强化对于患者的认知干预, 多数情况下患者对于自身疾病未能形成正确的认知, 同时对于术后康复训练的意义认识不足, 受到此类因素的影响, 可使得患者出现拒绝早期开展康复训练的情况, 进而影响其恢复质量。由护理人员采用一对一的方式, 强化对于患者的健康教育, 使其明确康复训练的意义以及必要性, 同时为其讲解遵医行为的重要性, 在

为患者树立正确认知的同时, 提升患者的配合度与依从性。

⑥强化心理护理, 焦虑、恐惧均属于患者术后发生率较高的不良情绪, 受到此类情绪的影响可使得患者术后生理状态受到明显的影响。因而需及时强化与患者的交流, 明确患者的情绪状态, 予以其具有针对性的心理引导, 最大程度的消除患者内心的不良情绪, 为其建立早日康复的信心, 使其能够全面投入后续的康复护理过程之中。

⑦落实出院后的延续性指导, 建立院内专属的微信群, 由护理人员录制上传腰椎间盘突出症术后下肢以及腰背部的康复训练视频, 指导患者出院后继续开展训练, 叮嘱患者适当调整训练强度, 禁止长期开展高强度训练, 同时予以患者延续性康复指导, 引导患者严格控制自身体重, 禁止开展腰椎前屈等活动, 确保患者出院后的恢复效果。

1.3 观察指标

1.3.1 腰椎功能

采用腰椎功能评分量表 (JOA) 以及功能障碍指数 (ODI) 进行评定。

1.3.2 临床相关指标

包括首次下床活动时间、切口愈合时间、住院时间以及日常活动恢复时间。

1.3.3 疼痛程度

采用视觉模拟评分法 (VAS) 进行评定。

1.4 统计学方法

将数据纳入 SPSS22.0 软件中分析, 计量资料比较采用 t 检验, 并以 $(\bar{x} \pm s)$ 表示, $P < 0.05$ 为差异显著, 有统计学意义。

2 结果

2.1 两组腰椎功能

干预前两组对比无明显差异, $P > 0.05$, 干预后观察组优于对照组, $P < 0.05$, 如表 1 所示:

2.2 两组临床相关指标

观察组优于对照组, $P < 0.05$, 如表 2 所示:

3 讨论

对于腰椎间盘突出症患者来说, 腰背部疼痛、肢体麻木、乏力等均属于患者的典型症状, 不仅可对患者的正常生活以及工作造成影响, 同时可严重威胁患者健康状态以及生活质量, 因而高质量的干预模式对于患者自身来说具有深远的意义。现阶段在实际对腰椎间盘突出症患者进行干预的过程中, 经椎间孔内镜术具有相对较高的应用频率, 不仅能够显著改善患者的病

情状态,同时其属于微创手术,具有手术创伤小,术后恢复快以及并发症发生率低的优势。但是由于手术自身具有创伤性,在手术过程中不可避免的会使得患者机体受到不同程度的损伤,因而在术后仍然需要落实高效的护理措施,消除影响患者恢复质量的危险影响,

确保患者最终的恢复质量^[5]。如在袁红^[6]等人的研究中指出,通过予以接受经皮椎间孔镜治疗的腰椎间盘突出症患者围手术期高质量护理措施,可确保患者最终恢复质量的改善。

表1 两组腰椎功能 ($\bar{x} \pm s$)

组别	例数	JOA 评分		ODI 评分	
		干预前	干预后	干预前	干预后
对照组	51	(12.94±3.50) 分	(20.46±2.16) 分	(37.69±7.61) 分	(19.44±3.53) 分
观察组	51	(13.03±3.46) 分	(26.12±3.22) 分	(36.82±7.75) 分	(13.20±2.70) 分
<i>t</i>	-	0.151	7.456	0.213	7.126
<i>P</i>	-	0.925	0.001	0.872	0.001

表2 两组临床相关指标 ($\bar{x} \pm s$)

组别	例数	下床活动时间	切口愈合时间	住院时间	日常活动恢复时间
对照组	51	(23.79±5.10) h	(5.61±1.71) h	(8.11±1.92) d	(26.79±6.42) d
观察组	51	(16.90±3.02) h	(3.98±0.82) h	(5.50±0.97) d	(20.23±5.31) d
<i>t</i>	-	9.025	4.258	5.226	7.558
<i>P</i>	-	0.001	0.001	0.001	0.001

以往在实际对此类患者进行干预的过程中,多采用常规护理模式开展工作,虽然能够取得一定的效果,但是仍存在明显的局限,包括护理内容单一、缺乏足够的针对性以及全面性,进而影响患者恢复质量。而康复护理则能够遵循以患者为中心的原则,紧扣患者实际护理需求,予以其具有针对性的护理措施,通过分析患者术后恢复不同阶段的特点,制定出全面的护理干预方案,确保最终护理质量的改善。例如在谷宇欣^[7]等人的研究中显示,通过予以人工髋关节置换术患者阶段性康复护理,可显著改善患者疼痛程度,确保护理效果的提升。本次研究应用了康复护理模式对患者进行干预,发现患者在腰椎功能、恢复状态以及疼痛程度方面均具有明显的优势,与李月^[8]等人的研究基本一致。在很大程度上说明了康复护理可显著提升患者恢复质量,分析其原因认为:此次研究首先构建了专业的康复护理小组,充分掌握患者术后状态,并以此为基础,制定出全面的护理方案,保障了相关护理措施的高质量性。在康复护理过程中,将整个过程进行不同阶段的划分,在术后不同阶段予以患者更为适宜的康复训练措施,

确保其腰椎功能的改善。同时配合健康教育、心理引导,使得患者依从性以及心理状态得到改善,进一步提升了恢复的质量,最后落实延续性的康复训练指导,使得患者在家庭环境中仍然能够得到专业的指导,保障其术后恢复质量。

综上所述,康复护理可显著改善患者腰椎功能;临床相关指标以及疼痛程度,值得推广与应用。

参考文献

- [1] 刘海琴,任威,朱欣娟.核心肌群训练联合康复护理对促进腰椎间盘突出患者术后康复的作用[J].微量元素与健康研究,2024,41(02):87-88.
- [2] 林丽芳.老年腰椎间盘突出症患者应用中医定向透药治疗仪结合康复训练的效果分析[J].中国医疗器械信息,2024,30(04):142-145.
- [3] 童海霞.康复干预在腰椎间盘突出症患者护理中的应用效果及对 JOA 评分的影响[J].婚育与健康,2024,30(03):133-135.
- [4] 施晶晶,叶沁雨,黄燕鹏等.核心肌群训练联合综合护理

- 对腰椎间盘突出症患者术后功能恢复及生活质量的影响[J].国际护理学杂志,2024,43(01):139-144.
- [5] 徐燕青,董丽娟,李丽萍.综合康复护理策略结合心理健康教育在腰椎间盘突出症患者中的应用[J].齐鲁护理杂志,2023,29(24):47-49.
- [6] 袁红.经皮椎间孔镜治疗腰椎间盘突出症病人的围术期护理[J].全科护理,2016,14(4):363-364.
- [7] 谷宇欣.阶段性康复护理干预对人工髋关节置换术患者术后疼痛及康复效果的影响[J].实用中西医结合临床,2023,23(8):111-114.
- [8] 李月,胡大维,唐迪,等.5E 康复护理模式在腰椎间盘突出症术后恐动症患者中的应用研究[J].中国疗养医学,2023,32(1):41-44.

版权声明: ©2024 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