

## 对颈椎病患者常见疼痛症状的护理干预措施及临床效果分析

段慧珉

云南省红河州泸西县人民医院 云南红河

**【摘要】目的** 分析在颈椎病患者常见疼痛症状护理效果及疗效。**方法** 选取本院 90 例颈椎病患者，按照随机分组方式将其分为各组 45 例的对照组（常规护理）与观察组（常规护理基础上加用针对性疼痛护理），对比两组护理效果。**结果** 护理后，两组在颈椎活动度、心理状态、疼痛程度、生活质量、护理满意度及护理效果等方面对比，观察组优于对照组（ $P<0.05$ ）。**结论** 临床中对颈椎病患者常见疼痛症状护理中应用针对性疼痛护理，能够有效改善患者颈椎活动度与心理状态，并且疼痛感明显减轻，进一步提高其生活质量，同时得到患者认可，应用效果显著。

**【关键词】** 中医护理；颈椎病；护理效果；生活质量；护理满意度；颈椎活动度；心理状态

**【收稿日期】** 2024 年 6 月 11 日 **【出刊日期】** 2024 年 7 月 26 日 **【DOI】** 10.12208/j.jmmn.20240359

### Nursing intervention measures and clinical effect analysis of common pain symptoms in patients with cervical spondylosis

Huimin Duan

Luxi County People's Hospital, Honghezhou, Yunnan

**【Abstract】Objective** To analyze the nursing effect and efficacy of common pain symptoms in patients with cervical spondylosis. **Methods** A total of 90 patients with cervical spondylosis in our hospital were randomly divided into control group (routine nursing) and observation group (with targeted pain nursing on the basis of routine nursing) with 45 cases in each group, and the nursing effects of the two groups were compared. **Results** After nursing, the observation group was better than the control group in terms of cervical range of motion, psychological state, pain level, quality of life, nursing satisfaction and nursing effect between the two groups ( $P<0.05$ ). **Conclusion** The application of targeted pain nursing in the nursing of common pain symptoms of patients with cervical spondylosis can effectively improve the range of motion and psychological state of the cervical spine of patients, and the pain sensation is significantly reduced, which further improves the quality of life.

**【Keywords】** Traditional Chinese medicine nursing; Cervical spondylosis; Care effect; Quality of life; Nursing satisfaction; Range of motion of the cervical spine; State of mind

颈椎病是指椎间盘出现退行性病理改变的一种疾病，在临床中比较常见<sup>[1]</sup>。重者可出现骨质增生情况，严重刺激患者颈椎部血管、脊髓、神经等，使其上肢、颈、肩等部位出现异常感。再加上近年来电子产品的飞速发展，致使大多数人变为低头族，使颈椎过度劳累，从而导致颈椎病发病率逐年上升，并且逐渐趋于年轻化<sup>[2]</sup>。一旦患病，常表现为下肢乏力、颈背痛，部分患者还伴有一系列并发症，如视力障碍、吞咽障碍等，不但给患者的身体带来一定痛苦，也明显增加心理负担，严重降低患者生活质量<sup>[3]</sup>。当前，临床中对于颈椎病通

常采用药物治疗，但因该疾病治疗周期较长且复发率较高。因此，为有效控制病情与缓解临床症状，在治疗同时应辅以科学有效护理干预对提高临床疗效，减轻疼痛与改善预后具有重要作用<sup>[4]</sup>。故此，本文将颈椎病患者作为参考样本，在颈椎病患者常见疼痛护理中应用针对性疼痛护理的干预效果与疗效，内容如下。

#### 1 资料与方法

##### 1.1 一般资料

选取 2021 年 8 月~2022 年 10 月我院收治颈椎病患者，随机分为两组，对照组 45 例，男女占比 23:22，

年龄 42~76 岁, 平均年龄 (57.37±1.04) 岁; 观察组 45 例, 男女占比 22: 23, 年龄 43~75 岁, 平均年龄 (57.43±1.12) 岁。两组的一般资料差异不明显 ( $P > 0.05$ )。

### 1.2 方法

对照组: 常规护理。入院后, 积极主动与患者沟通, 为其进行健康宣教, 以提升其对颈椎病相关健康的了解, 并指导其日常生活中注意合理饮食, 适当进行运动锻炼等。

观察组: 对照组基础上融入针对性疼痛护理, 如下:

1) 心理护理。由于颈椎病患者大多都存在一定程度的不适感或疼痛, 导致其极易出现焦虑、抑郁等不良情绪, 从而使其相关依从性较差, 进而影响病情恢复。因此, 应注意观察患者面部表情或情绪变化, 并及时给予正确心理疏导, 同时耐心且详细为其普及关于该疾病发病原因、治疗方法、注意事项等健康知识, 以提高其认知。此外, 强化与患者沟通力度, 通过分享成功案例使其树立治疗自信心, 给予更多鼓励与关心, 建立彼此间信任, 使其能够积极乐观面对疾病, 从而促进病情康复。

2) 药物干预。依据颈椎病各项检查结果, 评估其疾病类型、病情以及疼痛程度等。若患者疼痛感影响到睡眠, 则应遵医嘱给予相应镇痛、镇静药物, 以减轻疼痛, 改善睡眠。

3) 头颅牵引护理。该护理通过牵引颈椎可有效减轻患者疼痛感, 并依据患者承受力循序渐进增加牵引时间与重量。对于病情较重者, 指导其取属实体位并依据其耐受力进行持续牵引, 当颈椎处于平衡时, 椎间孔打开与肌肉放松, 进而使神经根的压迫力得以缓解, 从而改善疼痛感。

4) 颈部治具固定护理。牵引治疗后, 可指导患者佩戴适宜的颈部支具, 能够使颈椎间隙压力得到缓解, 保持椎体间、关节等稳定性。同时, 耐心对患者讲解颈部支具佩戴的意义, 进而提高其配合度, 有利于病情恢复。

5) 物理疗法。可利用红光、红外线、超声波等对

患者颈肩部进行照射, 可有效促进血液循环, 消除或降低患者病灶部位疼痛感与不适感。

6) 生活护理。指导患者在日常生活中应注意休息, 不可过度劳累, 养成良好的生活习惯, 规范走姿和坐姿。晚上休息时应选择合适高度的枕头, 充分使颈部与枕头充分贴合。观察手机、平板等电子产品时应注意休息或适当运动颈肩, 不可长时间观看。同时, 注意观看时实现尽量与屏幕持平。夏季时, 不可将颈椎部位直对空调, 防止其受凉。此外, 应适当进行运动锻炼, 以利于病情恢复。一旦感觉颈椎出现异常应及时就医, 以免加重病情。

### 1.3 观察指标及疗效判定标准

- (1) 观察两组颈椎活动情况;
- (2) 心理状态: 应用焦虑、抑郁量表 (SAS、SDS);
- (3) 疼痛评分: 应用视觉模拟评分法 (VAS);
- (4) 生活质量: SF-36 量表;
- (5) 护理满意度: 应用本院自制满意度调查量表。
- (6) 护理效果: 显效、有效、无效。

### 1.4 统计学处理

采用 SPSS 20.0 处理,  $P < 0.05$  为差异统计学意义。

## 2 结果

### 2.1 两组颈椎活动度

两组对比 ( $P < 0.05$ ), 见表 1。

### 2.2 两组心理状态与疼痛程度

护理后, 两组对比 ( $P < 0.05$ ), 见表 2。

### 2.3 两组生活质量

护理后, 两组对比 ( $P < 0.05$ ), 见表 3。

### 2.4 两组护理满意度

观察组: 非常满意 28/45 (62.22%)、基本满意 16/45 (35.56%)、不满意 1/45 (2.22%)、总满意度 44/45 (97.78%)。

对照组: 非常满意 17/45 (37.78%)、基本满意 20/45 (44.44%)、不满意 8/45 (17.78%)、总满意度 37/45 (82.22%)。

组间对比 ( $\chi^2=7.024$ ,  $P < 0.05$ )。

表 1 比较两组颈椎活动度情况 [ ( $\bar{x} \pm s$ ), ° ]

组别	例数	屈伸	左右旋转	左右侧弯
观察组	45	42.16±3.35	78.28±4.22	44.16±3.22
对照组	45	37.23±3.39	69.28±4.52	39.34±3.37
t		6.765	9.514	6.764
P		<0.05	<0.05	<0.05

表2 比较两组心理状态与疼痛程度[ ( $\bar{x} \pm s$ ), 分]

组别	例数	SAS 评分		SDS 评分		VAS 评分	
		护理前	护理后	护理前	护理后	护理前	护理后
观察组	45	52.44±8.12	40.13±6.96	50.26±6.63	41.26±7.61	0.54±	2.63±
对照组	45	53.13±7.87	46.48±8.12	49.59±7.16	46.15±8.43	0.54±	3.94±
t		0.372	5.862	0.524	5.715	0.325	5.486
P		>0.05	<0.05	>0.05	<0.05	>0.05	<0.05

表3 比较两组生活质量评分[ ( $\bar{x} \pm s$ ), 分]

指标	时间	观察组 (n=40)	对照组 (n=40)	t	P
生理机能	护理前	67.42±6.29	67.38±5.72	0.016	>0.05
	护理后	86.84±5.16	76.43±4.78	5.758	<0.05
生理职能	护理前	68.47±5.25	67.93±6.17	0.237	>0.05
	护理后	89.45±7.23	81.36±5.39	3.448	<0.05
躯体疼痛	护理前	69.42±6.29	70.63±5.75	0.564	>0.05
	护理后	87.64±5.18	79.68±4.66	4.467	<0.05
一般健康状况	护理前	68.63±7.37	69.83±6.75	0.477	>0.05
	护理后	87.58±5.18	78.87±4.95	4.738	<0.05
精力	护理前	69.42±7.27	68.85±6.85	0.234	>0.05
	护理后	88.68±6.23	79.97±5.28	4.159	<0.05
社会功能	护理前	70.43±5.87	69.54±6.19	0.425	>0.05
	护理后	86.88±5.13	78.74±6.73	3.758	<0.05
情感职能	护理前	69.28±5.29	68.87±4.29	0.142	>0.05
	护理后	87.73±5.98	78.56±4.65	4.726	<0.05
精神健康	护理前	68.85±6.29	68.96±4.76	0.065	>0.05
	护理后	89.29±5.75	79.63±5.73	4.636	<0.05

### 2.5 两组护理效果

观察组: 显效 24/45 (53.33%)、有效 20/45 (44.44%)、无效 1/45 (2.22%)、总有效率 44/45 (97.78%)。

对照组: 显效 20/45 (44.44%)、有效 18/45 (40.00%)、无效 7/45 (15.56%)、总有效率 38/45 (84.44%)。

组间对比 ( $\chi^2=5.044$ ,  $P<0.05$ )。

### 3 讨论

颈椎病是因颈椎间盘位置出现改变, 使患者颈椎前缘压力增加, 再加上后部牵拉应力, 并对颈椎稳定性造成一定影响, 导致颈椎失衡而出现一系列临床体征、症状的综合征<sup>[6]</sup>。该疾病常见临床症状多发于患者颈部、交感神经、脊髓肌、神经根等, 比如颈部常出现酸痛、僵硬、活动异常; 神经根部表现为感觉丧失、肌肉无力(萎缩)、上肢痛(麻); 而交感神经处则伴有视力障

碍, 如模糊、畏光、闭塞, 心悸、胸闷等现象<sup>[7-8]</sup>。当前, 颈椎病很难治愈, 临床中通常采用药物治疗或物理牵引方式缓解临床症状, 控制病情。因此, 为提升该疾病临床疗效, 在治疗期间可通过科学且具有针对性护理干预给予辅助。但常规护理存在一定局限性, 无法有效满足当代患者实际护理需求, 使其护理效果欠佳<sup>[9-10]</sup>。

通过分析本研究数据结果发现, 与常规护理的对照组相比较, 观察组颈椎活动度、心理状态、疼痛程度、生活质量、护理满意度以及护理效果等<sup>[10]</sup>改善情况较好。可见, 针对性疼痛护理效果较好。分析其原因是针对性疼痛护理中的, 镇痛药物、体位、牵引、颈部固定以及物理疗法等进行干预, 不但可改善患者临床症状, 促进颈椎活动度与稳定颈椎压力, 增强其椎体间、关节间的稳定性, 而且有效缓解肌肉痉挛情况, 促进血液循

环,减轻疼痛。

综上所述,中医护理的实施,可显著改善颈椎病患者常见疼痛,提升颈椎活动度。同时,有效缓解其心理压力,有效提升其护理满意度以及生活质量,应用效果较好,值得推广与普及。

### 参考文献

- [1] 周兴.热敏灸联合 ROY 适应模式护理在改善颈椎病患者疼痛及睡眠质量中的应用效果[J].中国科技期刊数据库 医药,2023(12):0189-0193.
- [2] 黄洁.全程疼痛护理干预对脊髓型颈椎病术后疼痛状况的影响[J].中文科技期刊数据库(文摘版)医药卫生,2023(1):0089-0091.
- [3] 李玉姣,王佩娜,武晶晶.八段锦联合叙事护理的身心干预模式在颈椎病患者中的应用效果[J].当代临床医刊,2023,36(4):102-104.
- [4] 李菊蓉.中医综合护理对颈椎病疼痛患者康复效果及护理满意度的影响观察[J].中文科技期刊数据库(文摘版)医药卫生,2023(6):0154-0157.
- [5] 叶欣欣,邵静,任子扬,林倩,黄思敏,詹陈菊,宋培歌.基于GRADE系统的中医护理临床路径应用于神经根型颈椎病患者效果的系统评价[J].护士进修杂志,2021,36(14):1307-1314.
- [6] 梁凤.疼痛护理在颈椎病患者护理中的应用效果及满意度影响评价[J].中文科技期刊数据库(引文版)医药卫生,2021(3):0158-0159.
- [7] 王芸.虎符铜砭刮痧对颈椎病的中医临床护理作用分析[J].中文科技期刊数据库(引文版)医药卫生,2023(11):0178-0181.
- [8] 邱燕,任建芬.循证护理在治疗神经根型颈椎病患者护理中的应用及其对患者临床症状改善的研究[J].智慧健康,2021(6):92-94.
- [9] 黄玉梅,罗华,邹棉芳.疼痛护理干预联合核心肌力训练在颈椎病患者中的应用[J].航空航天医学杂志,2022,33(9):1150-1152.
- [10] 康小可,刘子熙.针灸推拿法对颈椎病患者实施护理干预的效果研究[J].中文科技期刊数据库(文摘版)医药卫生,2022(5):0210-0212.

**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**