

优质护理在腰椎间盘突出症护理中的应用效果

倪 铭

华中科技大学同济医学院附属协和医院西院 湖北武汉

【摘要】目的 研究优质护理在腰椎间盘突出症护理中的应用效果。**方法** 选取我院2021年4月-2022年1月收治的120例腰椎间盘突出症患者，采用平均分配法，将其分为实验组与对照组，每组60例。对照组采用常规护理措施，实验组采用优质护理，对比两组腰椎功能评分（ODI）与生活质量。**结果** 护理3个月、6个月之后实验组ODI分数低于对照组；实验组生活质量评分高于对照组（ $P < 0.05$ ）。**结论** 腰椎间盘突出症患者在护理过程中，应用优质护理效果显著，可有效改善患者腰椎功能，提高其生活质量，值得推广应用。

【关键词】 优质护理；腰椎间盘突出症；腰椎功能；生活质量

Effect of high quality nursing in the nursing of lumbar disc herniation

Ming Ni

West Hospital of Union Medical College Affiliated to Tongji Medical College, Huazhong University of science and technology, Wuhan, China

【Abstract】 Objective To study the effect of high-quality nursing in the nursing of lumbar disc herniation. **Methods** 120 patients with lumbar disc herniation treated in our hospital from April 2021 to January 2022 were divided into experimental group and control group by average distribution method, with 60 cases in each group. Routine nursing measures were used in the control group, and high-quality nursing was used in the experimental group. ODI and quality of life were compared between the two groups. **Results** the ODI scores of the experimental group were lower than those of the control group after 3 and 6 months of nursing care; The score of quality of life in the experimental group was higher than that in the control group ($P < 0.05$). **Conclusion** in the nursing process of patients with lumbar disc herniation, the application of high-quality nursing has a significant effect, which can effectively improve the lumbar function and improve their quality of life. It is worth popularizing.

【Keywords】 Quality nursing; Lumbar disc herniation; Lumbar function; Quality of life

近些年，腰椎间盘突出症的发病率逐渐增高，对患者的正常工作生活有着严重的影响。发病后患者主要以下肢放射性疼痛、脊柱侧弯、腰部疼痛等为主要症状，限制了患者的自由活动^[1]。因此，在临床上也提出了高度的重视，采取针对性的治疗与护理方式，可以帮助患者缓解生理上的疼痛，提高生活质量。在实际护理工作当中，优质护理的应用，能够进一步改善患者腰腿痛症状，促进肢体功能尽快恢复，提高整体治疗效果^[2]。因此，本文中针对优质护理的实施效果展开了进一步研究，现有如下报道。

1 资料与方法

1.1 一般资料

选取我院2021年4月-2022年1月收治的120例腰椎间盘突出症患者，采用平均分配法，将其分为实验组与对照组，每组60例。对照组男性30例，女性30例，平均年龄（ 48.58 ± 3.79 ）岁；实验组男性28例，女性32例，平均年龄（ 48.05 ± 3.68 ）岁。两组一般资料对比（ $P > 0.05$ ）。

1.2 方法

对照组：实施常规护理措施，即为用药指导、病情监测、饮食指导等，向患者详细讲解治疗期间相关注意事项。

实验组：实施优质护理，具体内容包括：

(1) 心理护理: 腰椎间盘突出症患者因为病程比较长, 极易反复发作, 导致患者心理负担逐渐加重。患者对临床治疗也会产生紧张、害怕等不良情绪, 影响到整体治疗效果。因此, 对患者应采取有效的心理疏导方式, 通过通俗易懂的语言向患者讲解治疗效果、操作步骤以及相关注意事项等, 帮助患者稳定情绪, 促使患者能够更好地配合到临床治疗当中。

(2) 卧床休息: 患者在卧床休息期间, 应指导患者尽量选择硬板床, 并在腰部垫上腰枕, 硬板床能够有效缓解腰椎间盘的负重压力, 继而改善腰部肌肉痉挛, 缓解临床症状, 通过腰枕的应用, 能够让腰椎处于生理前凸状态, 利于腰椎间盘组织的复位, 在使用标腰枕时, 最初应选用稍薄一点的腰枕, 随后根据患者的使用情况逐渐增加腰枕的厚度, 当患者平卧时, 感觉腰部有明显的顶压感为最佳厚度, 主动向患者讲解腰枕的作用, 让患者能够配合到治疗当中。

(3) 体位护理: 护理人员应协助患者定时翻身, 并按摩受压部位, 加速局部血液循环, 以免发生压疮, 指导患者在翻身时, 其臀部、腰椎应保持与脊柱平行状态, 继而确保腰椎的稳定性。

(4) 疼痛护理: 护理人员应主动评估患者的疼

痛程度, 并且加强对疼痛的关注度, 可适当应用注意力转移法、放松疗法等方式, 降低患者的疼痛阈值。

1.3 观察指标

(1) 采用 Oswestry 腰腿功能障碍评分(ODI)系统^[5], 来评估患者腰椎功能, 其中包括行走、站立、睡眠、疼痛程度、提物等, 共 10 个条目, 每项 0-5 分, 总分 50 分, 分数越高, 说明患者症状越严重。

(2) 比较生活质量, 包括生理功能、心理功能、躯体功能、社会功能, 分数越高, 生活质量越高。

1.4 统计学方法

采用 SPSS20.0 软纳入数据信息, t 值检验行 ($\bar{x} \pm s$) 表示; χ^2 值检验通过率 (%) 表示, 判定统计学差异的标准为 $P < 0.05$ 。

2 结果

2.1 比较两组 ODI 评分

护理前, 两组对比无统计学意义 ($P > 0.05$); 实验组护理 3 个月、6 个月后 ODI 评分均低于对照组 ($P < 0.05$), 见表 1。

2.2 比较生活质量

实验组各项生活质量评分均高于对照组 ($P < 0.05$), 见表 2。

表 1 比较 ODI 评分 ($\bar{x} \pm s$, 分)

组别	ODI 评分		
	护理前	护理 3 个月	护理 6 个月
对照组 (n=60)	33.16 ± 4.51	23.85 ± 2.82	14.35 ± 2.42
实验组 (n=60)	33.07 ± 4.34	28.16 ± 3.93	19.16 ± 3.53
T	0.1114	6.9019	8.7054
P	0.9115	0.0000	0.0000

表 2 比较生活质量 ($\bar{x} \pm s$; 分)

组别	例数	生理功能	心理功能	躯体功能	社会功能
对照组	60	41.17 ± 10.51	51.02 ± 11.29	41.53 ± 12.02	44.48 ± 16.23
实验组	60	50.48 ± 9.01	65.01 ± 11.92	48.01 ± 10.38	55.75 ± 13.99
T	-	5.2093	6.6004	3.1605	4.0741
P	-	0.0000	0.0000	0.0020	0.0001

3 讨论

腰椎间盘突出症通常病程比较长, 患者长期受

到疾病的困扰, 极易出现紧张、焦虑、抑郁等不良情绪。临床上对于该病有介入、手术、保守治疗等

多种方式,在对患者实施治疗时,患者应注意卧床休息,但是,长期卧床休息就会进一步加重不良情绪,对康复效果产生不良的影响^[3-4]。

优质护理主要是以常规护理为基础,实施的一种护理干预措施,更具有人性化、全面性等优势。在实施优质护理过程当中,主要采用心理护理、卧床护理、体位护理以及疼痛护理等方式^[5]。心理护理的实施,可以与患者建立有效的沟通,及时评估患者的心理变化,并对其采取针对性的心理疏导方式,进一步缓解患者紧张焦虑情绪,促使患者能够更好地配合治疗,提高治疗依从性;正确的卧床休息、体位护理,有利于患者疾病的治疗^[6]。本文研究结果显示,护理3个月、6个月之后实验组ODI分数低于对照组;实验组生活质量评分高于对照组($P<0.05$)。

综上所述,腰椎间盘突出症患者在护理过程中,应用优质护理效果显著,可有效改善患者腰椎功能,提高其生活质量。

参考文献

- [1] 魏艳霞,杨华.优质护理在腰椎间盘突出症护理中的应用效果[J].中华养生保健,2021,39(7):122-124.
- [2] 吴运玲,廖越,姚期.优质护理在腰椎间盘突出症护理中的应用效果[J].家有孕宝,2020,2(10):243.
- [3] 蒋莲.椎间孔镜下髓核摘除术的腰椎间盘突出症患者进行优质护理的方法和效果分析[J].智慧健康,2020,6(9):180-181.
- [4] 迟淑洁.优质护理在艾灸结合拔罐治疗血瘀气滞型腰椎间盘突出症的效果探讨[J].中国保健营养,2019,29(30):161.
- [5] 解颖.综合优质护理对腰椎间盘突出症患者康复的影响[J].临床医药文献电子杂志,2019,6(9):127,130.
- [6] 胡英.优质护理在椎间孔镜治疗腰椎间盘突出症中的应用效果[J].当代护士(下旬刊),2019,26(8):75-76.

收稿日期: 2022年7月13日

出刊日期: 2022年8月19日

引用本文: 倪铭, 优质护理在腰椎间盘突出症护理中的应用效果[J], 国际医学与数据杂志 2022, 6(3): 109-111

DOI: 10.12208/j.ijmd.20220120

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