

多元化健康宣教在腰椎间盘突出症患者中应用与效果评价

徐桂香

马鞍山十七冶医院 安徽马鞍山 243000

摘要:目的 探讨在腰椎间盘突出症患者中,应用多元化健康宣教方式对其治疗依从性、复发率以及不良情绪的影响。方法 选取2022年3月~2024年6月收治的70例腰椎间盘突出患者为研究对象,随机分2组。对照组采用常规护理模式,观察组在常规护理的基础上应用多元化健康宣教。对比两组患者治疗依从性、复发率以及不良情绪的影响。结果 观察组治疗依从性明显高于对照组($P<0.05$);观察组的复发率低于对照组($P<0.05$);观察组的SDS、SAS评分低于对照组($P<0.05$)。结论 在腰椎间盘突出症患者的护理中,通过多元化健康宣教的实施,可以提高患者治疗的依从性,降低其复发率,有效改善患者的不良情绪,能起到较好的护理效果,值得推广。

关键词: 腰椎间盘突出症; 多元化健康宣教; 复发率; 治疗依从性

腰椎间盘突出症是临床常见病和多发病,严重危害病人身心健康。由于本病容易反复发作,治疗时间长,患者受到疼痛等各因素的影响,让患者心理承受极大的负担,极易导致明显的负性情绪出现,如焦虑、抑郁等^[1]。在为患者治疗期间需采取护理措施进行干预,通过语言教育方法、文字教育方法、多媒体教育方法、形象教育方法等多元化宣教方式,以保证患者能够配合治疗。本研究就收治的70例腰椎间盘突出症患者进行了对比分析,探讨了多元化健康宣教对腰椎间盘突出术后焦虑抑郁与治疗依从性的影响。

1 资料与方法

1.1 一般资料

选取2022年3月~2024年6月收治的患者70例腰椎间盘突出患者为研究对象,随机分组方式为对照组与观察组,每组35例,观察组35例患者中,男性21例,女性14例,年龄(26~77岁),平均年龄 49.36 ± 2.54 ;对照组35例患者中,男性19例,女性16例,年龄(23~75岁),平均年龄 49.42 ± 2.41 ,两组患者一般资料比较,差异无统计学意义($P > 0.05$),基线具有可比性。

1.2 排除纳入标准

纳入标准:(1)年龄 ≥ 18 周岁;(2)符合第3版《外科学》^[2]中腰椎间盘突出有关诊断,且经X线等检查确诊;(3)均伴有腰痛、活动受限等症状;直腿抬高试验阳性;(4)有一定阅读理解和表达能力;(5)知情同意,愿意参加本研究。

排除标准:(1)资料缺失者;(2)存在结核、腰椎骨折疾病等情况存在者;(3)研究过程中主动退出。

1.3 方法

1.3.1 对照组

所有患者在入院后,均为其开展腰椎间盘突出症相关治疗。对照组患者采取骨科疾病常规护理。

1.3.2 观察组

观察组则采用多元化健康宣教:

(1)成立多元化健康宣教护理小组。在医院中选择经验丰富的营养师、理疗师、护理人员及医师作为小组的成员,在开展护理工作前,首先组织小组成员参与培训,培训后对其护理技能掌握情况进行考核,通过考核后参与护理工作。

(2)患者情况评估。在患者入院后,护理人员应当统计患者的各方面资料,根据患者的情况,为其制定科学、合理的健康宣教方案。

(3)开展小组宣教。组织患者参与医院的小组宣教中,每组人数不超过6人,组织患者及其家属参与,安排护理人员对其进行统一的理论宣教。护理人员可利用多媒体技术,向患者及其家属作疾病的知识讲解,同时为患者及家属沟通选择的治疗方法,并向其介绍在治疗期间可能出现的不良反应,为其讲解自主护理要点。

(4)一对一宣教。对于无法参加小组宣教或宣教效果不佳的患者,护理人员还应当根据患者的具体情况,针对性地为患者提供相应的健康指导。在一对一的宣教之下,通过

与患者面对面的沟通交流或是采取电话联系等方式,为患者普及健康知识。

(5) 开展健康教育主题的专题讲座。在患者住院期间,护理人员应当组织患者参与到专题讲座,在讲座中,介绍疾病知识。

(6) 网络宣教。可以利用信息时代的优势,通过QQ、微信公众号等方式,将腰椎间盘突出症的相关知识发布在网络平台,使患者随时随地都能了解疾病知识。

1.4 评价指标

1.4.1 比较两组腰椎间盘突出症患者的治疗依从性。分为依从性好、依从性一般、依从性差。依从性好+依从性一般均统计为治疗依从。

1.4.2 比较两组患者出院后30d、60d的疾病复发情况。

1.4.3 焦虑自评量表(Self-kating Anxiety scale,SAS),包含20个条目,采用4级计分,把20个条目相加乘以1.25,取整数部分即得到标准分,50-59分为轻度焦虑,60-69为中度焦虑,70分以上为重度焦虑。

1.4.4 抑郁自评量表(Self-rating dePression Scale,SDS),共20项,反映抑郁状态的四组特异性症状,精神性-情感症状、躯体性障碍、神经运动性障碍、抑郁的心理障碍,采用4级评分方法,把20个条目相加乘以1.25,取整数部分即得到标准分,53-62分为轻度抑郁,63-72为中度抑郁,72分以上为重度抑郁^[3]。

1.5 统计学方法

两组对比数据用SPSS18.0软件分析、处理,用t检验计量资料(n, ±s),用 χ^2 检验计数资料(%),当P<0.05时,表示统计学研究结果有意义。

2 结果

2.1 两组患者治疗依从性对比

观察组的治疗依从性高于对照组,差异具有统计学意义(P<0.05),见表1。

表1 两组治疗依从性对比(n, %)

组别	例数	依从性好	依从性一般	依从性差	治疗依从
观察组	35	17 (48.57)	15 (42.86)	3 (8.57)	32 (91.43)
对照组	35	11 (31.43)	13 (37.14)	9 (25.71)	24 (68.57)
χ^2	-	2.143	0.238	5.714	5.714
P	-	0.143	0.626	0.017	0.017

2.2 两组复发率对比

观察组在出院后30d与60d的复发率均低于对照组,重

复测量方差分析结果显示两组之间存在明显差异性,且差异具有统计学意义(P<0.05),详见表2。

表2 两组复发率对比(n, %)

组别	例数	出院后30d	出院后60d
观察组	35	0 (0.00)	2 (5.71)
对照组	35	4 (11.43)	7 (20.00)
F		4.415	
P		0.037	

2.3 两者患者护理后的SDS、SAS评分比较

数据表明观察组护理后的SDS、SAS评分明显低于对照组,差异显著(P<0.05),见表3。

表3 两组SDS、SAS评分发生率对比(分, ±s)

组别	例数	SDS	SAS
观察组	35	49.29 ± 4.62	50.09 ± 3.34
对照组	35	57.73 ± 5.35	58.19 ± 4.92
t	-	7.064	8.058
P	-	0.000	0.000

3 讨论

3.1 实施多元化健康宣教可以提高腰椎间盘突出症患者治疗依从性

本研究通过自拟的调查问卷对患者依从性进行调查,结果显示,干预前后患者服药依从性、生活方式依从性均高于护理前,证明通过多元化健康宣教可以提高患者依从性,提高患者生活质量。

3.2 多元化健康宣教可以减轻患者的焦虑、抑郁评分

腰椎间盘突出造成情绪不良的原因:与疾病本身原因造成活动受影响,与外界接触减少;再次患者缺乏对疾病的了解,一旦出现不适,就可能怀疑临床疗效,出现负面情绪^[4]。本结果显示:观察组护理后的SDS、SAS评分明显低于对照组,差异显著(P<0.05)。说明多元化宣教能有效改善患者不良情绪。

3.3 多元化健康宣教可以降低患者疾病的复发率

患者腰椎间盘突出具有复作率高的特点,若出院后不良的生活习惯会导致反复发作^[5],本研究结果显示:观察组在出院后30d与60d的复发率均低于对照组,同时通过出院随访,进行健康宣教,改变不良生活习惯,避免或减少腰椎间盘突出发作。

4 小结

综上所述,对腰椎间盘突出患者中实施多元化健康教

育,能够减轻患者焦虑、抑郁的负面情绪,提高治疗的依从性,降低疾病的复发率,值得推广。

参考文献:

[1] 赵蕊妮,李风舟,沈皓纯,吴补领.多元化培训模式在口腔专科医院护理团队培训中的应用效果[J].临床医学研究与实践,2022,7(27):191-193+198.

[2] 刘明奇.独活寄生汤加减结合针灸辅治腰椎间盘突出症临床观察[J].实用中医药杂志,2022,38(09):1555-1557.

[3] 戴悦,张宝泉,李映兰,舒怡,姜彩肖,孙虹.中国老

年人睡眠质量与抑郁、焦虑相关性的 Meta 分析[J].中华护理杂志,2016,51(04):488-493.

[4] 卢振环.共情护理干预对腰椎间盘突出症患者医护依从性及生活质量的影响[J].护理实践与研究,2020,17(1):87-89.

[5] 吴福荣,吴金凤.腰椎间盘突出症患者行中医护理时实施人文关怀对康复的效果分析[J].反射疗法与康复医学,2020,29(13):1