

分析为腰椎间盘突出症患者实施康复护理干预的临床效果

李枝枝 齐叶叶 孙慧敏 任立现

解放军联勤保障部队第九〇二医院 安徽蚌埠 233000

摘要：目的：探讨康复护理干预在腰椎间盘突出症患者康复中的临床效果。方法：将我院 2019 年 10 月至 2020 年 7 月期间收治的 104 例腰椎间盘突出症患者按照方法的不同分成干预组和常规组两组进行研究，各 52 例，常规组患者治疗过程中应用常规护理方案，干预组患者治疗过程中在常规护理的基础上应用康复护理方案，对两组患者所用护理方案所取得临床效果作比较。结果：护理结束后，干预组中出现了 1 例并发症（1.9%），常规组中出现了 10 例并发症 19.2%，并发症发生情况比较，统计学处理后得出的结果有差异， $p < 0.05$ ；干预组患者的护理满意度为 96.2%，常规患者的护理满意度为 78.8%，经统计学软件处理后，结果显示有差异， $p < 0.05$ 。结论：腰椎间盘突出症患者治疗过程中实施康复护理干预，能有效预防并发症的发生，改善患者预后，提高患者的生活质量。

关键词：腰椎间盘突出症；康复护理干预；效果

腰椎间盘突出症是指椎间盘各部分发生退行性改变后，受外力作用而出现破裂，髓核组织从破裂之处突出于后方或椎管内，导致相邻脊神经根遭受刺激或压迫而产生的相关病症的疾病，临床主要表现为腰部疼痛、下肢麻木、神经痛等。对于腰椎间盘突出症患者而言，他们需要长时间卧床休息，而长时间的卧床会引发患者机体出现一些不良病症，进而影响到患者的康复，因此，必须对患者进行有效的护理干预。有研究表明^[1-2]，康复护理干预对腰椎间盘突出症患者的健康有着积极的作用，能有效改善患者预后，促进患者的早日康复。对此，本文特选取我院 104 例腰椎间盘突出症患者作了相关研究，现将具体研究内容作如下介绍。

1. 资料与方法

1.1 一般资料

本研究选用的 104 例腰椎间盘突出症患者均出自我院，患者入选时间为 2019 年 10 月至 2020 年 8 月。所有患者均自愿签订知情同意书，均接受手术治疗，然后按照护理方案的不同，将 104 例患者分成干预组和常规组两组。干预组：52 例（男 31 例，女 21 例），年龄区间 38~62 岁，平均（50.25 ± 0.25）岁；常规组：52 例（男 34 例，女 18 例），年龄区间 39~64 岁，平均（52.05 ± 0.45）岁。两组患者经临床诊断，均符合腰椎间盘突出症诊断标准。两组患者在年龄、性别等基础资料比较，统计结果显示差异不大， $p > 0.05$ 。

1.2 方法

常规组患者应用常规护理方案，主要内容有疼痛干预、心理护理、饮食指导、健康宣教等；干预组患者在前者基础上应用康复护理干预，具体内容如下：

1.2.1 体位干预

术后，护士指导患者保持侧卧位与仰卧位，并且保持腰部持续制动，叮嘱患者不要随意变动体位，在感觉不适时，要按床头的按钮呼叫医护人员。另外，要叮嘱患者及家属，同方位的休息不宜超过 2h。

1.2.2 按摩

长时间的卧床容易造成患者肢体僵硬、机体血液不会留，对此，在卧床期间，护士要定期对患者进行腰部、肢体等部位的按摩。双手握空拳，叮嘱患者腰部放松，用拳背极大腰部两侧，约 100 次，控制好敲打力度，掌握好敲打节奏；在肢体按摩时，双手握空拳，在下肢关节部位不停敲打约 200 次，必要时还可以配合摩擦法，促进血液回流。

1.2.3 运动指导

术后 2h，询问患者的感受，向患者讲解康复运动操作要领，争取患者的配合。初期，由于患者不能随意动弹，护士要协助患者作一些简单的运动，如伸屈手、伸屈腿、翻身等；在患者病情好转后，可指导患者进行抬腿运动、蹲起运动；在患者耐受后，可适当增加运动强度，促进患者腰部功能的恢复。在患者能够自己完成相关运动锻炼后，指导患者作一些有氧运动，如慢走、爬楼梯、打太极等，在患者运动过程中，护士要全程陪同，密切关注患者运动过程中的表现，发现异常要立即终止运动，并多患者做相应的干预。

1.2.4 生活指导

叮嘱患者养成健康的生活作息习惯，叮嘱患者多运动，避免久坐，同时，将日常生活中需要注意的事项告知患者，指导患者掌握相应的康复护理知识，提高患者的认知水平。

1.3 判定指标

记录患者护理过程中发生的不良并发症，同时以我院自制的护理满意度调查表对患者进行满意度随访，由患者对本次护理工作满意度评定，分满意和满意两种。

1.4 统计学分析

研究过程中所有产生的数据均由统计学软件 SPSS21.0 处理，统计得出的结果用 t 检验，计量资料用（ $\bar{x} \pm s$ ）表示， $p < 0.05$ 表示有统计学意义。

2. 结果

2.1 两组患者护理过程中的并发症发生情况

干预组中出现了 1 例并发症（1.9%），常规组中出现了 10 例并发症 19.2%，并发症发生情况比较，统计学处理后得出的结果有差异， $p < 0.05$ ，如表 1。

表 1 两组患者护理过程中的并发症发生率比较

组别	例数	并发症（%）
干预组	52	1 (1.9)
常规组	52	10 (19.2)
P		<0.05

2.2 两组患者的护理满意度情况

干预组患者的护理满意度为 96.2%，常规患者的护理满意度为 78.8%，经统计学软件处理后，结果显示有差异， $p < 0.05$ ，如表 2。

表 2 两组患者护理满意度比较

组别	例数	满意（%）
干预组	52	50 (96.2)
常规组	52	41 (78.8)
P		<0.05

3. 讨论

腰椎间盘突出症是临床中一种常见的疾病，一旦出现腰椎间盘突出，患者的腰腿部就会出现疼痛，严重影响到患者的健康生活。本次研究选用的腰椎间盘突出症患者均接受手术治疗，但是手术治疗后，患者需要长时间卧床休息，需要一定的康复期，在这一康复期间，我院对患者实施了康复护理干预，且取得了较为显著的效果。

康复护理主要是针对患者康复阶段进行针对性地康复指导的护理，它非常注重患者在恢复期存在的一切可能影响因素的控制与干预^[3]。对患者在住院期间进行康复教育和康复训练指导，可以有效改善患者腰腿功能，降低不良并发症的发生，改善患者预后^[4]。通过此次研究发现，康复护理干预对腰椎间盘突出症患者的健康起到了促进作用，能有效降低不良病症的发生，提高患者的生活质量。

参考文献

[1] 李琳，双动护理法对腰椎间盘突出症患者的疗效及复发率观察. 湖北省，荆州市中医医院，2016-07-27.
 [2] 邱守芳，延续护理干预对腰椎间盘突出症患者负面情绪以及生活质量影响的调查研究. 山东省，无棣第二人民医院，2015-06-01.
 [3] 熊桂华，循证护理对腰椎间盘突出症（急性期）住院患者失眠的干预影响. 吉林省，长春中医药大学，2014-12-31.
 [4] 何建英，艾灸按摩穴位促进腰椎间盘突出症康复的护理研究. 广西壮族自治区，钦州市中医院，2013-08-19.