

中医护理干预对类风湿关节炎疗效的影响

王滕 杜敏

(河南省中医院(河南中医药大学第二附属医院) 河南郑州 450000)

【摘要】目的 分析中医护理干预对类风湿关节炎疗效的影响。方法 以本院2023年5月-2024年5月收治的类风湿关节炎患者为研究对象,共计选取88例。采用随机方式分组,将这些患者均分至对照组和研究组。治疗期间,分别予以两组患者常规护理和中医护理干预,评估不同护理干预方法对疗效的影响,具体观察护理后患者的中医症状及生活质量变化。另外,调查两组对护理工作的满意程度。结果 护理前,两组中医主症及次症积分均无明显差异($P>0.05$);护理后,积分均有下降,研究组积分均比对照组低($P<0.05$)。护理前,两组生活质量评分无明显差异($P>0.05$);护理后,评分均有提升,研究组评分明显比对照组高($P<0.05$)。研究组对护理工作的满意度较高,对照组与之差异较明显($P<0.05$)。结论 在类风湿关节炎治疗中,配合以中医护理干预能够使患者的症状获得更明显的改善,与此同时,能够显著提升患者的生活质量,患者对这一护理方式的评价较高,因此建议临床广泛推广。

【关键词】中医护理干预;类风湿关节炎;中医症状;生活质量;护理满意度

Effect of TCM nursing intervention on the efficacy of rheumatoid arthritis

Wang Meng Du Min

(Henan Provincial Hospital of Traditional Chinese Medicine

(the second Affiliated Hospital of Henan University of Traditional Chinese Medicine) Zhengzhou, Henan 450000)

[Abstract] Objective To analyze the effect of TCM nursing intervention on the efficacy of rheumatoid arthritis. Methods 88 patients with rheumatoid arthritis admitted from May 2023 to May 2024 were selected. These patients were divided to divide equally between the control and study groups. During the treatment period, routine nursing and TCM nursing intervention were given in two groups of patients to evaluate the impact of different nursing intervention methods on the efficacy, and to observe the TCM symptoms and changes of life quality of patients after nursing. In addition, the satisfaction of the two groups was investigated. Results Before nursing, there was no significant difference in the points of primary and secondary diseases in the two groups ($P>0.05$); after nursing, the study group was lower than that of the control group ($P<0.05$). Before nursing, there was no significant difference between the two groups ($P>0.05$); after nursing, the scores were improved, and the study group was significantly higher than that of the control group ($P<0.05$). The study group had high satisfaction with nursing work, and the difference between the control group was more obvious ($P<0.05$). Conclusion In the treatment of rheumatoid arthritis, combined with traditional Chinese medicine nursing intervention can make patients' symptoms more significantly improved, and at the same time, the quality of life of patients can be significantly improved. Patients have a high evaluation of this nursing method, so it is recommended to be widely promoted in clinical practice.

[Key words] TCM nursing intervention; rheumatoid arthritis; TCM symptoms; quality of life; nursing satisfaction

类风湿关节炎是风湿免疫科常见病,在我国有较高的发病率,关于其发病原因,目前还没有明确一致的结论,根据现有研究,总结遗传、自身免疫、感染等均可能与该病的发生相关。患病后,早期症状表现为关节晨僵、肿胀、疼痛,如果不及时治疗,随着病情不断进展,关节功能会严重受损,关节畸形、部分功能丧失等问题均可出现,给患者的日常生活、活动带来极大的影响^[1]。虽然目前并没有能够彻底治愈该疾病的方法,但早期进行疾病控制及维持治疗能够使病情进展延缓,治疗过程中给予患者一定的护理干预和指导能够帮助提升临床疗效,使疾病症状获得更加快速的改善,促进患者生活质量的提升^[2]。常规护理中,护理人员主要是遵医嘱采取一些治疗性护理措施,所关注的仅仅是患者身体症状的改善,但因为护理措施比较单一,所发挥的作用并不显著。近年来,中医护理在临床中的应用越来越广泛,中医有着多

样化的护理方法和技术,综合运用这些方法和技术不仅能够达到改善病症的目的,还能实现对身体的整体调理。本次研究即探讨针对类风湿关节炎的中医护理干预措施及其应用效果,明确这一护理方式的临床应用可行性。详细情况如下。

1 资料与方法

1.1 一般资料

选择本院2023年5月-2024年5月收治的类风湿关节炎患者,共计88例被纳入研究。采用随机数字表法分组,设置对照组和研究组两组,按照均分原则,分别将44例患者分入两组中。对照组中,有男性16例,女性28例,年龄45-72岁,平均(60.35 ± 2.41)岁;研究组中,有男性15例,女性29例,年龄46-72岁,平均(60.42 ± 2.36)岁。

经统计分析, 两组上述资料数据差异均无意义 ($P>0.05$), 可行后续对比研究。

1.2 方法

1.2.1 对照组

给予该组患者常规护理, 护理人员遵医嘱为患者提供治疗药物, 并加强对患者症状变化的观察, 及时向医生反馈相关情况; 遵医嘱对患者实施常规宣教, 简单介绍疾病知识、治疗方法及日常注意事项等。

1.2.2 研究组

给予该组患者中医护理, 措施包括: (1) 中药熏蒸护理: 中药熏蒸将中药药效与熏蒸的物理作用相结合, 对于风湿病、关节疼痛等的治疗具有突出功效。对于类风湿关节炎患者, 选择具有温经散寒、舒经活络、活血化瘀功效的药物, 通过熏蒸的方式能够有效促进药效的发挥^[3]。在为患者实施中药熏蒸前, 护理人员需详细向患者解释其作用原理, 让患者有所了解和认识, 从而能够积极配合。熏蒸过程中, 患者的毛孔处于打开状态, 容易遭受风寒侵袭, 所以需要特别做好保暖工作, 将治疗室的温度调节适宜, 熏蒸后及时帮助患者擦干身体, 让患者穿好衣物, 以防着凉感冒^[4]。严格把控好熏蒸的时间, 一般以不超过 40 分钟为宜, 熏蒸时, 相应设备的温度也要调节好, 多询问患者对于温度的感受, 避免温度过高或过低, 过高的温度很容易导致患者皮肤被烫伤, 过低则影响药物的渗透, 达不到良好的治疗效果。另外, 还要留心观察患者在熏蒸过程中的反应, 若观察患者状态不佳, 或者患者自诉有头晕、心慌等不良反应, 要立即停止熏蒸, 对患者的不良反应进行妥善处理。

(2) 中医护理技术: ①穴位按摩。穴位按摩是中医常用护理技术, 通过按摩能够疏通经络, 调节身体气血, 促进局部血液循环, 从而减轻关节疼痛、肿胀症状。对于类风湿关节炎患者, 按摩选穴可有尺泽、大陵、天井、昆仑、解溪、阳陵泉、委中等, 使用拇指指腹对这些穴位进行按揉, 注意把控好力度, 按揉时间以患者感觉有明显酸胀感为宜。②艾灸。艾灸是比较传统的中医护理手段, 对于类风湿关节炎患者, 艾灸能够有效缓解关节疼痛, 改善关节的活动度, 减轻关节肿胀。具体操作时, 选择阿是穴、合谷穴、肩峰穴、足三里等穴位, 将艾条或者艾柱点燃后, 置于上述穴位上方, 保持和皮肤 5-10cm 的距离, 以免灼伤皮肤。③药物罐。选择具有温经散寒、舒经活络、活血化瘀功效的药物做成药包, 用水煮半小时左右, 再将竹罐放入带有药包的水中继续煎煮 10 分钟, 之后使用镊子夹出竹罐, 罐口朝下, 使用干净毛巾迅速擦干其中的水, 并扣在需要治疗的部位上。过程中, 注意观察患者的面色和表情, 以及药物罐周围皮肤的情况, 如果患者感到不适, 应该立即将药物罐拔掉。(3) 情志护理: 中医认为, 情志因素对于疾病有着不可忽视的影响, 类风湿关节炎患者在病症的长期困扰下, 很容易出现各种各样的负性情绪, 表现为焦虑、抑郁、悲观、失落等, 这些情绪如果不能得到很好的调节, 那么疾病的治疗会受到很大影响^[5]。因此, 情志护理对于

此类患者来说非常必要。护理人员要积极与患者沟通交流, 耐心倾听患者诉说内心感受, 尊重并理解患者所表现出的各种负性情绪, 提供给患者情感上的支持。与此同时, 基于对患者内心感受和想法的了解, 分析患者的需求, 并尽可能满足患者的合理需求, 帮助患者减轻内心的负担。此外, 教给患者一些情绪调节方法, 如深呼吸、渐进性肌肉放松、冥想等, 让患者尝试做一些这样的练习, 能够适当帮助其放松身心。考虑患者对自身疾病预后多有担忧, 护理人员还要采取一些能够有效提升患者治疗信心的方法, 如向患者介绍预后情况比较好的案例, 引导患者学习成功经验。(4) 生活护理: 类风湿关节炎患者因关节炎和疼痛, 日常生活多有不便, 因此, 护理人员需要做好对患者的生活护理。为患者创造一个良好的病房环境, 每天督促相关人员对病房进行清洁、打扫, 保持病房干净、整洁, 选择适宜的时间对病房进行通风换气, 注意不要让风直吹患者, 开窗通风期间, 做好对患者关节的保暖^[6]。同时, 对患者进行日常生活指导, 告知患者一些日常生活中需要注意的事项, 包括避免用冷水洗手洗脚, 以防着凉; 天气寒冷时, 适当增加衣物, 特别做好对关节的保暖; 保持良好的作息习惯, 睡眠时间要充足, 睡觉时也要注意保暖等等。(5) 饮食调理: 中医强调食疗, 认为通过合理饮食能够帮助调理病症及身体整体。对于类风湿关节炎患者, 建议多食用温性食物, 用于帮助驱散体内的寒湿, 缓解关节疼痛。同时避免食用生冷、寒凉的食物, 以免病情进一步加重^[7]。注意蛋白质、维生素和矿物质的摄入充足, 以补充机体营养, 提高机体免疫力。

1.3 观察指标

(1) 中医症状积分。包括主症和次症两类, 主证包括关节疼痛、肿胀、屈伸受限、麻木不仁、腰背酸痛等, 次证包括畏寒、恶风、神疲乏力、面色淡白、口渴等, 在护理前后评估, 分值越高, 为症状越严重。(2) 生活质量评分。使用健康相关生命质量 (HRQOL) 于护理前后各进行一次评估, 满分 100 分, 评分越高, 为生活质量越好。(3) 护理满意度。以自制问卷调查, 请患者做出对护理工作的评价, 分非常满意、比较满意、不满意几种, 满意度为非常满意率和满意率之和。

1.4 统计学分析

研究所得资料类型有两种, 一种为计量资料, 一种为计数资料, 统计分析均使用 SPSS 25.0 软件, 资料数据分别呈现为 ($\bar{x} \pm s$)、($n/\%$) 的形式, 分别行 t 检验、 χ^2 检验, $P<0.05$ 为差异有统计学意义。

2 结果

2.1 两组护理前后中医症状积分比较

护理前, 两组中医主症及次症积分差异均不明显 ($P>0.05$); 护理后, 积分均有下降, 研究组积分均降至比对照组更低的水平 ($P<0.05$)。见表 1。

2.2 两组护理前后生活质量评分比较

护理前, 两组生活质量评分差异不明显 ($P>0.05$); 护理后, 评分均有提升, 研究组提升至比对照组更高的水平 ($P<0.05$)。见表 2。

2.3 两组护理满意度比较

研究组对护理工作的满意度明显高于对照组 ($P<0.05$)。见表 3。

表 1 两组护理前后中医症状积分比较 ($\bar{x} \pm s$, 分)

组别	例数	主症		次症	
		护理前	护理后	护理前	护理后
研究组	44	18.15 ± 1.22	5.88 ± 0.34	36.57 ± 2.24	8.23 ± 1.11
对照组	44	18.21 ± 1.17	9.36 ± 0.23	36.46 ± 2.16	13.42 ± 1.41
t		0.142	71.852	0.145	22.633
P		>0.05	<0.05	>0.05	<0.05

表 2 两组护理前后生活质量评分比较 ($\bar{x} \pm s$, 分)

组别	例数	护理前	护理后
研究组	44	56.35 ± 5.14	90.25 ± 3.14
对照组	44	56.51 ± 5.28	82.33 ± 3.21
t		0.031	9.187
P		>0.05	<0.05

表 3 两组护理满意度比较

组别	例数	非常满意 (n)	比较满意 (n)	不满意 (n)	满意度 (%)
研究组	44	28	15	1	97.73
对照组	44	16	20	8	81.82
χ^2					13.635
P					<0.05

3 讨论

在类风湿关节炎治疗中, 护理干预必不可少, 有效的护理是提升治疗效果、改善疾病预后的关键^[8]。当前, 临床所普遍应用的常规护理措施全面性不足, 在疾病治疗中所发挥的作用有限。考虑此疾病属于难治性疾病的一种, 中医在很多难治性疾病中展现出了独特的优势, 所以本次研究提出对此类患者实施中医护理, 采取中药熏蒸护理、穴位按摩、艾灸、药物罐等中医护理技术、情志护理、生活护理、饮食调理等多项中医护理方法, 经分析发现, 研究组在这些护理干

预措施实施后, 中医症状及生活质量均获得了明显改善, 而接受常规护理的对照组虽然上述情况也有改善, 却不如研究组明显。此外, 研究还对比了两组对护理工作的满意度, 结果为研究组更高。上述结果表明, 中医护理在类风湿关节炎患者中应用效果更显著, 且更受患者认可。

综上所述, 对于类风湿关节炎患者来说, 疾病治疗期间, 做好护理配合至关重要, 中医护理是一种理想的护理方式, 在这一护理方式的配合下, 患者的症状能够获得更有效的改善, 与此同时, 生活质量能够显著提升, 患者对这一护理方式有较高的评价, 临床可予以广泛应用及推广。

参考文献:

[1]张文娜, 郭亮. 中医护理干预对类风湿关节炎患者关节功能恢复及心理状态的影响观察[J]. 中文科技期刊数据库 (文摘版) 医药卫生, 2023 (5): 86-88.

[2]涂汝梅, 刘福坪. 中医护理对类风湿性关节炎患者的应用效果观察[J]. 东方药膳, 2021 (5): 200.

[3]陈红, 刘玉培, 冯小姣. 中医护理在类风湿关节炎中的应用研究[J]. 实用中医内科杂志, 2023 (3): 94-97.

[4]蒋丽莉, 杜丽娟, 唐娟. 中医护理干预对类风湿关节炎患者关节功能恢复及心理状态的影响[J]. 中外女性健康研究, 2022(7): 154-155, 197.

[5]余惠婷. 中医辨证护理在类风湿关节炎患者中的临床干预效果[J]. 基层医学论坛, 2022 (6): 103-105.

[6]杜艳卉. 中医特色护理在类风湿关节炎患者中的应用[J]. 实用临床护理学电子杂志, 2022 (23): 54-57.

[7]雷丽芬. 中医护理干预在类风湿关节炎患者中的应用效果及生活质量影响评价[J]. 保健文汇, 2021 (15): 90-91.

[8]魏雪飞. 分析穴位贴敷联合中医护理在类风湿关节炎患者治疗中的应用价值[J]. 中文科技期刊数据库 (全文版) 医药卫生, 2022 (12): 6-8.