

腰椎间盘突出症中医护理方案价值及方法

钱艳飞 杨亚苹

曲靖市中医医院推拿科 云南曲靖 655000

【摘要】目的 探究腰椎间盘突出症中医护理方案价值及方法。**方法** 选定 2018 年 7 月-2019 年 1 月本院收治的腰椎间盘突出症患者 264 例, 将患者随机编号, 抽签法分组, 对照组 (132 例, 常规护理)、试验组 (132 例, 在对照组基础上给予中医护理), 比较疼痛情况。**结果** 两组护理前 VAS 评分组间比较差异较小, 护理后均较护理前降低, $P < 0.05$, 组间比较试验组更低, < 0.05 。**结论** 针对腰椎间盘突出症患者, 中医护理方案应用可有效缓解患者疼痛情况, 护理果理想, 值得推广。

【关键词】 腰椎间盘突出症; 常规护理; 中医护理; VAS

【中图分类号】 R473.6 **【文献标识码】** A **【文章编号】** 2095-7165 (2019) 07-129-01

腰椎间盘突出症临床较为常见, 以青壮年群体发病居多, 患者伴有明显腰腿疼情况, 严重影响其日常生活, 目前尚无彻底治愈方式, 复发率较高, 患者饱受病痛折磨^[1]。而目前居民健康意识不断增加, 临床护理服务工作提出了较高要求, 但常规护理在腰椎间盘突出症患者中应用效果欠佳, 而中医主张“治病于未然, 施护于整体”, 开展中医护理价值更高。本文选取腰椎间盘突出症患者进行研究, 探究不同护理方式应用效果, 旨在为患者病痛缓解提供科学指导, 做出如下报道:

1 资料与方法

1.1 一般资料

选定 2018 年 7 月-2019 年 1 月本院收治的腰椎间盘突出症患者 264 例, 将患者随机编号, 抽签法分组, 对照组 (132 例)、试验组 (132 例)。对照组男 76 例, 女 56 例, 年龄 29-59 岁, 平均 (44.13±2.87) 岁, 病程 1-10 年, 平均 (6.09±2.11) 年, 突出椎间盘: L₃₋₄48 例, L₄₋₅140 例, L₅-S₁44 例; 试验组男 72 例, 女 60 例, 年龄 28-59 岁, 平均 (43.83±2.66) 岁, 病程 1-11 年, 平均 (6.51±2.07) 年, 突出椎间盘: L₃₋₄52 例, L₄₋₅40 例, L₅-S₁40 例。两组患者一般资料组间差异对结果影响较小, 可比较。

1.2 护理方法

对照组给予常规护理干预, 疏导患者不良情绪, 叮嘱患者进行腰椎牵引, 遵医嘱服药, 同时不要睡过软的床铺, 以硬板床为宜; 试验组给予中医护理干预, 具体措施: (1) 情志护理, 耐心解答患者疑问, 让患者及家属感受到亲切感, 舒畅其情志, 然后进行移情, 引导患者聆听音乐、进行冥想或与家人共同寻找新兴趣, 转移对疾病和疼痛的过度关注, 最后进行顺情, 及时满足患者合理需求, 顺应患者情绪, 让其保持情绪稳定; (2) 中医理疗, 可进行重要敷贴, 可取吴茱萸、白芥子、菟丝子、补骨脂和苏子等药物, 调制成分剂, 同姜汁混合, 调制均匀后制成圆饼, 在痛点或者穴位敷贴, 穴位主要选择环跳、足三里、大肠俞、肾俞、委中和三焦俞等; (3) 膳食干预, 对于湿热痹阻型患者, 要注重清热利湿, 患者多食用赤小豆、薏米、丝瓜、猪肚和玉米须等, 禁忌酒和煎炸类食物; 气滞血瘀型患者要注重活血化瘀, 多食田七、西洋菜和母儿, 禁忌肥甘厚腻食物。而对于肝肾亏虚患者, 多食黑芝麻、枸杞、木耳等, 禁忌寒凉食物。

1.3 观察指标

疼痛情况评估比较, 于护理前 1 周和护理后 2 周进行评估, 使用视觉模拟评分法 (VAS), 0-10 分评分, 根据得分评判疼痛程度,

其中 0 分表示无痛感, 10 分表示疼痛难耐^[2]。

1.4 统计学处理

数据处理使用 SPSS24.0 软件, 计量资料, 表示为 ($\bar{x} \pm s$), t 值检验, 统计学意义指标: $P < 0.05$ 。

2 结果

两组护理前 VAS 评分组间比较差异较小, 护理后均较护理前降低, $P < 0.05$, 组间比较试验组更低, $P < 0.05$, 详见表 1。

表 1: VAS 评分比较 ($\bar{x} \pm s$, 分)

组别	例数	护理前	护理后	t	P
试验组	132	6.21±1.09	3.57±1.17	10.114	0.000
对照组	132	6.34±1.15	4.83±1.02	6.258	0.000
t		0.696	6.732	--	--
P		0.839	0.000	--	--

3 讨论

目前我国伏案工作人员众多, 加之居民生活方式发生明显变化, 青壮年腰椎间盘突出症发病率明显提升, 而此疾病病程长且复发率较高, 尚无确切治愈方式, 患者伴有明显腰腿疼情况, 承受巨大身心压力。而科学有效的护理服务能够缓解患者病情, 促进病情恢复, 其中中医护理干预应用价值较高。

本次研究结果显示: 试验组护理后 VAS 评分明显低于对照组, 具体分析如下: 中医重视疾病干预的整体性和辩证性, 针对腰椎间盘突出症患者, 首先重视情志护理, 结合患者具体情况调节其情绪状态, 转移患者注意力, 并进行移情和顺情, 保证患者处于平稳情绪状态中, 而情绪状态则直接关系到机体功能恢复状态。同时护理人员重视理疗和膳食干预, 通过中药敷贴达到通经止痛效果, 缓解患者疼痛情况, 且膳食干预遵照辩证施护原则, 根据患者证型给予针对性指导, 说明饮食禁忌, 指导患者健康饮食, 在保证患者饮食安全、营养丰富的基础上, 引导患者养成良好的膳食习惯, 更利于疾病控制与恢复。

综上, 针对腰椎间盘突出症患者, 中医护理方案应用可有效缓解患者疼痛情况, 护理效果理想, 值得推广。

【参考文献】

- [1] 季英霞, 胡雅玲, 傅秀珍, 等. 腰椎间盘突出症中医护理方案临床应用分析 [J]. 中医药导报, 2017, 24(01):121-124.
- [2] 陈丽虹, 岳容兆, 张永怡, 等. 刮痧治疗腰椎间盘突出症不同方案疗效差异: 基于血清代谢组学的评价 [J]. 中国组织工程研究, 2018, 22(3):5110-5116.