

中药外敷治疗风寒湿型颈椎病的护理体会

岳杏丽

云南省腾冲市中医医院骨伤科 679100

〔摘要〕目的 探讨中药外敷在治疗风寒湿型颈椎病患者应用中的护理体会。方法 对符合诊断标准的 80 例颈椎病患者进行中药外敷治疗并施以相应护理。结果 经过有效的治疗及护理,本组 80 例患者中 74 例效果明显,6 例效果不明显。结论 中药外敷对缓解风寒湿型颈椎病具有温经散寒、活血化瘀、通络止痛之功效。治疗过程中通过系统的护理对患者进行观察、评估和分析,不仅提高了护理质量同时护理措施也得到了进一步完善。

〔关键词〕中药外敷;颈椎病,风寒湿型;护理

〔中图分类号〕R248 **〔文献标识码〕**A **〔文章编号〕**2095-7165(2020)03-172-02

全球 60 多亿人口中,颈椎病患者高达 9 亿,据不完全统计,我国发病率约 3.8%~17.6%,约 5000~15000 万人患有此病,每年用于颈椎病治疗的费用高达 5 亿多人民币。颈椎病是颈椎间盘退行性变、颈椎肥厚增生及颈部损伤等引起颈椎骨质增生或椎间盘脱出韧带增厚,刺激或压迫颈脊髓颈部神经血管而产生一系列症状的临床综合征。主要表现为颈肩部,并且疼痛会放射到上肢或头颈部,严重者双下肢痉挛行走困难,甚至四肢麻痹出现瘫痪,严重影响人们的生活和工作^[1]。颈椎病中医分型较多,临床上以风寒湿症较多见,患者出现肩颈痛、晕眩和畏寒,并伴有四肢关节麻木疼痛的症状。针对此病程长易反复,本院外科骨伤组采用中药外敷治疗效果良好、成本低、安全性高,临床有效率明显高于纯西药治疗,有利于患者康复和减轻家庭经济负担,同时还节约了医疗资源。

1 一般资料

随机选择我科自 2018 年 1 月—6 月收治颈椎病患者 80 例(风寒湿症)。男性 36 例,年龄 35~75 岁,平均 59.4 岁;女性 44 例,年龄 30~70 岁,平均 50.9 岁。80 例患者经中药外敷治疗再辅以针灸等物理疗法,5 天为一疗程,护理观察两个疗程后,痊愈 74 例,无效 6 例。总有效率 92.5%,满意率 90% 以上。

2 方法

2.1 中药外敷

2.1.1 药物组成

应用我院 1 号外敷散,组成:伸筋草 30g、五加皮 30g、透骨草 30g、千年健 30g、海桐皮 20g、八角枫 20g、威灵仙 15g、桂枝 20g、三棱 15g、防风 30g、桑寄生 18g、肉桂 6g、茯苓 12g。

2.1.2 操作方法

将上述药物研粉以沸水调成糊状,平摊在 15x20cm 的绵纸上,再以绵纸反折覆盖封口做成中药包。在患者颈部肩部涂擦药酒,将准备好的中药包平敷于颈肩疼痛部位,用棉垫覆盖,再以防水胶带黏贴固定。中药外敷可作用 4~6 小时,取下后用温水轻柔清洁皮肤。每日一次,5 天为一个疗程。

2.1.3 中药外敷护理

(1)治疗前查看患者敷药部位的皮肤情况,如局部皮肤有破溃感染则禁忌敷药。(2)告知患者敷药的方法目的及注意事项,询问患者药物过敏史,询问对温度的耐受程度,并告知患者如敷药过程中发生皮肤红肿痒痛等过敏现象应立即取下,

温水清洗局部皮肤,并告知医生处理。(3)敷药时注意保暖保护患者隐私,避免药渍浸染患者衣物。

2.2 情志护理

由于颈椎病病程长痛苦大,疾病发作时常会出现不同程度的颈肩部疼痛、上肢发麻疼痛、眩晕、耳鸣,重者活动障碍甚至不能起床。病人易产生紧张、烦躁、焦虑等心理变化。针对病人的不良心理情绪,护士应及时疏导,主动介绍病情、治疗方案及康复锻炼知识。治疗前向患者详细介绍中药外敷治疗的效果及注意事项,使患者在整个治疗过程中都感受到医务人员的关爱与支持。尽量减轻或消除引起病人痛苦的各种不良情绪和行为,以及由此产生的躯体症状。增强患者战胜疾病的意志和信心,使病人能在最佳状态下接受治疗和护理,达到早期康复的目的。

3 康复指导

(1)纠正不良的体位:①严格正确的坐姿:当低头伏案玩电脑、学习、看电视等时,脊柱应正直,头部不可过分前倾,不耸肩,不歪头,使颈部保持于均衡稳定而又不易产生疲劳的体位,避免颈椎长时间处于一种固定不变的姿势;②纠正不良的睡姿:选择舒适适合的枕头,睡眠体位应采取侧卧或仰卧;③避免长时间卧位或半卧位看书、看电视;(2)防止外伤:各种意外外伤、运动损伤尽量避免。颈部受伤后,应及时到医院进行检查治疗,以免造成严重后果;(3)体育锻炼:每天抽出一定的时间进行颈肩部肌肉锻炼,以缓解肌肉疲劳,增强肌肉韧度,提高颈肩顺应颈部突然变化的能力。平时多做有益于缓解因低头伏案玩电脑、学习、看电视等造成颈肌疲劳的运动,以保持两侧颈肌紧张力的均衡,对于颈椎病的预防有着积极的作用^[2]。(4)颈部注意保暖,避免受凉。

4 结果

80 例患者经中药外敷治疗再辅以针灸等物理疗法,5 天为一疗程,护理观察两个疗程后,痊愈 74 例,无效 6 例。总有效率 92.5%,满意率 90% 以上。

5 小结

中医认为痛则不通,通则不痛。风寒湿型颈椎病多因夜卧当风或天气变冷等外感风寒湿邪所致。由于风寒湿邪凝滞经络,气血瘀滞不得行而出现一系列身体不适症状。中药外敷法是祖国医学的传统外治方法,以中医疏通经络、行气活血、散寒止痛为治疗原则,使药物有效成分直接渗入病变

(下转第 176 页)

职称晋升、岗位培训等方面制定和完善制度^[2]。卫生院实施的护理岗位管理,将不同层级护理岗位设定了不同的工作职责和权限,并根据护理人员实际的工作能力、工作经验、知识水平和职称,分别任职不同的岗位,改变了论资排辈的传统管理方式。同时,因为护理人员岗位管理结合了护理人员个体的应变能力,其对专业知识的运用,还有护理工作评价,进行监督和管理,能够满足不同的患者护理需要,并满足疾病治疗过程中有效配合医师的需要,可以使得护理质量有了保障,此外,护理分级岗位管理清晰护理职责,增强了护理人员的工作责任感。在培训上针对所需开展的方法也使得护士积极主动地学到有利于开展自己护理工作的知识,并明确自己的晋升规划,而且护理岗位制度主要是以绩效考核为基础的,职称晋升和评优评先都与护理工作的业绩直接相关,这样的管理体制能促进护理工作的水平和质量的提升,进而能够调动护理人员的积极性,使得其主动参与护理管理工作中^[3]。

本研究的结果显示,与行护理人员岗位管理前比较,行护理人员岗位管理后,医生、护理人员、患者对护理工作的

满意度均显著改善(P均<0.05),护理纠纷发生率、护理不良事件发生率显著减少(P均<0.05)。数据说明,岗位层级管理有利于上级对下级的护理工作提供有效的指导,同时能够使得护理人员系统掌握患者病情变化,确保患者在医疗期间得到优质安全护理服务,提高医生、护理人员、患者对护理工作的满意度,降低护理纠纷和护理不良事件发生率,有效保障护理质量和水平。

综上,在临床护理管理中行护理人员岗位管理能缓解护理人员工作压力,和谐医患关系,改善护理质量,有利于稳定医院护理人员队伍,可在护理管理中推广应用。

[参考文献]

- [1] 牛文静. 岗位分级管理模式在医院护理队伍建设中的应用效果[J]. 河南医学研究, 2018(20): 3836-3837.
- [2] 马娟. 护士岗位管理在血透室优质护理服务中的应用分析[J]. 健康之友, 2019(17): 219.
- [3] 赵琳琳, 潘莹, 武萍. 护理人员岗位管理在护理质量和满意度中的效果[J]. 中国医药指南, 2018(15): 258-259.

表 1: 护理人员岗位管理前后护满意度、护理纠纷、不良事件发生率比较

组别	护理人员满意度(分)	患者满意度(分)	医生满意度(分)	护理纠纷发生率(%)	护理不良事件发生率(%)
护理人员岗位管理前	75.08±10.27	81.23±9.34	73.43±11.25	1.35	0.97
护理人员岗位管理后	95.34±9.65	93.32±9.29	90.14±14.19	0.21	0.02
t/ χ^2	3.654	3.217	3.578	4.614	7.638
P	0.28	0.036	0.029	0.019	0.000

(上接第 172 页)

部位的深部组织,利用热力经皮透入吸收到达病灶充分发挥药效,达到温经散寒、活血化瘀、通络止痛之功效,从而达到治疗疾病的目的。目前,中药外敷疗法已被多家医院应用于临床,要取得较好的临床效果,必须有系统的全程护理配合,护士必须熟练掌握中药外敷护理技术操作和颈椎病护理要点,

便于对患者进行观察、评估和分析,最终达到治疗疾病的目的。

[参考文献]

- [1] 岳耀显. 中药内服外敷加牵引治疗颈椎病疗效分析[J]. 中医中药, 2014, 2(a):182.
- [2] 覃永平. 青少年颈椎病研究现状简述[J]. 中国医药导报, 2011, 8(11): 12-66.

(上接第 173 页)

并努力对患者进行辅导,缓解患者不良情绪,尽量减少不良情绪对治疗效果的干扰。向患者讲述血透相关知识提高患者认知能力。药物护理中告知患者使用降压类药物原因,实时了解患者病情变化,调整药物方案剂量,避免患者乱服乱用的情况。生活护理中从饮食与后期恢复两方面进行护理,制定专业饮食方案,保证患者营养需要。安排后期随访,随时了解患者康复情况。

综上所述,在血透患者护理中开展个性化健康教育具有突出作用,能够有效提升患者的依从性,使患者积极配合医护人员要求,构建良好的医患要求。所以,未来临床中可以

大力使用个性化健康教育。

[参考文献]

- [1] 张亚真, 蔡小萍, 张月葵. 血透患者护理中实施个性化健康教育的效果分析[J]. 医学理论与实践, 2018, 31(22): 3454-3456.
- [2] 巩波. 个性化健康教育模式在糖尿病患者护理中的成效[J]. 中国医学创新, 2018, 15(28): 101-104.
- [3] 张景丽. 个性化健康教育在血透患者护理中的应用[J]. 中华护理杂志, 2018, 5(78): 105+111.
- [4] 谭学军. 个性化健康教育在 2 型糖尿病合并高血压患者护理中的应用评价[J]. 康复医学, 2018, 9(18): 81-82.

(上接第 174 页)

不同的心理状态,为患者实施针对性的心理护理干预,对患者存在的主要心理问题进行把握,并找出相应的原因,及时为患者答疑解惑。

在本研究中,常规组患者采取常规护理,观察组患者采用心理护理干预。观察组患者的抑郁评分明显较低,且观察组患者的生活质量评分明显较高;由此证明,利用心理干预,能够促使直肠癌术后结肠造口患者的护理效果得到明显提升。

综上所述,直肠癌术后结肠造口患者护理中,应用心理

干预,能够缓解患者的抑郁情绪,并提高患者生活质量,具有显著应用意义。

[参考文献]

- [1] 卞龙艳, 陈晓玲. 激励式护理对直肠癌术后永久性结肠造口病人自我护理能力及生活质量的影响[J]. 护理研究, 2017, 31(1):90-92.
- [2] 李淑娇, 杨彬. 集束化干预措施在结肠直肠癌术后结肠造口预防缺血性坏死的研究[J]. 检验医学与临床, 2018, v.15(10):144-147.