

腰椎间盘突出症患者中运用护理干预后的效果分析

张艳梅

甘肃省白银市第二人民医院 730900

【摘要】目的 探究腰椎间盘突出症患者中运用护理干预后的效果。**方法** 选择 2017 年 2 月至 2020 年 2 月我院治疗腰椎间盘突出症的 114 例患者作为研究对象，随机平均分为研究组和对照组，每组 57 例。对照组患者在术后采用常规护理干预，研究组患者采用针对于腰椎间盘突出症的护理干预。对比两组患者的护理效果、疼痛感和功能障碍情况。**结果** 研究组患者护理总有效率高于对照组 ($P < 0.05$)；护理后研究组患者 VAS 评分降低幅度和 JOA 评分上升幅度均明显高于对照组 ($P < 0.05$)。**结论** 腰椎间盘突出症患者经过有针对性的护理干预后，症状得到有效缓解，疗效有所提高，值得临床推广。

【关键词】 腰椎间盘突出；护理效果；功能障碍

【中图分类号】 R473.6 **【文献标识码】** A **【文章编号】** 2095-7165 (2020) 06-132-01

随着我国人口老龄化问题的逐渐加重，老年人口所占比例增高致使多种老年常见病发病率上升。腰椎间盘突出就是其中较为具有代表性的一种。腰椎间盘突出发病原因复杂，通常与外力破坏腰椎的纤维环压迫腰椎神经有关。该病可以选择保守治疗或手术治疗，症状较为严重通常会选择手术治疗^[1]。在围手术期，腰椎间盘突出患者的护理同样需要得到重视。为探究腰椎间盘突出症患者中运用护理干预后的效果，本研究以腰椎间盘突出症手术后患者为研究对象，进行分组对照实验，现将结果报道如下。

1 资料与方法

1.1 临床资料

选择 2017 年 2 月至 2020 年 2 月我院治疗腰椎间盘突出症的 114 例患者作为研究对象，随机平均分为研究组和对照组，每组 57 例。其中对照组男 31 例、女 26 例，年龄 38 岁-67 岁，平均年龄 (51.5 ± 4.3) 岁；观察组男 29 例、女 28 例，年龄 39 岁-66 岁，平均年龄 (48.9 ± 4.1) 岁。

1.2 方法

对照组采用基础性的常规护理，包括帮助患者调整作息、养成良好的生活习惯和进行腰椎健康知识科普等。

研究组采用针对腰椎间盘突出症的护理干预。(1) 全方面评估患者状况，针对患者病情制定相应护理方案；(2) 评估患者心理状态，并进行有针对性的心理疏导，帮助患者改善情绪，积极面对治疗和护理；(3) 为患者安排硬板床进行休息，并根据患者的病情，协助其采取能缓解腰椎压力以及疼痛的体位；(4) 辅助患者进行康复治疗，康复中患者可以以鱼跃式锻炼为主，每天 40 次左右，之后逐渐增加锻炼次数，后期可以练习下地行走；(5) 制定合理的饮食计划，以清淡易消化为主，注重补充蛋白质和维生素，同时注重补充钙质，避免骨量流失。

1.3 观察指标

(1) 比较两组患者护理效果。标准：治愈（症状体征完全消失，直腿抬高试验抬高 $\geq 80^\circ$ ）；显效（症状、体征部分消失，直腿抬高试验抬高介于 70° 和 80° 之间）；有效（症状、体征有一定程度改善）；无效（症状体征无改善甚至加重）。(2) 比较两组患者护理前后疼痛程度和功能障碍程度。采用视觉模拟评分法 (VAS) 由患者自评疼痛程度，分数由 0 到 10 分，分数越高，疼痛度越高；使用日本骨科协会评估治疗分数 (JOA) 评价人体功能性障碍，包括主观状态、临床特征、日常活动受限以及膀胱功能，总评分最高为 29 分，最低 0 分。分数越低表明功能障碍越明显^[2]。

1.4 统计分析

采用 SPSS18.0 软件处理，计数资料行 χ^2 检验，采用 $n(\%)$ 表示，计量资料行 t 检验，采用 $(\bar{x} \pm s)$ 表示， $P < 0.05$ 差异有统计学意义。

2 结果

2.1 两组患者临床护理效果比较

研究组患者护理后显效比例高于对照组，且护理总有效率高于

对照组 ($P < 0.05$)，见表 1。

表 1: 两组患者临床护理效果比较 [n (%)]

组别	例数	治愈	显效	有效	无效	总有效率
研究组	57	18 (31.58)	24 (42.11)	14 (24.56)	1 (1.75)	56(98.24)
对照组	57	12 (21.05)	21 (36.84)	16 (28.07)	8 (14.04)	49(85.96)
χ^2	-	-	-	-	-	5.432
P	-	-	-	-	-	0.012

2.2 两组患者 VAS 评分和 JOA 评分比较

两组患者护理前 VAS 评分和 JOA 评分无明显差异 ($P > 0.05$)，护理后两组患者评分均有改善，其中研究组患者 VAS 评分降低幅度和 JOA 评分上升幅度均明显高于对照组 ($P < 0.05$)。见表 2。

表 2: 两组患者生活质量分数比较 (分, $\bar{x} \pm s$)

组别	例数	VAS		JOA	
		干预前	干预后	干预前	干预后
研究组	57	8.23 \pm 1.89	1.42 \pm 0.24	13.16 \pm 3.61	25.22 \pm 5.19
对照组	57	8.18 \pm 1.78	4.51 \pm 0.91	12.87 \pm 2.93	19.12 \pm 3.92
t	/	0.218	5.512	0.556	5.383
P	/	0.889	0.011	0.729	0.015

3 讨论

腰椎间盘突出症是一种常见病，常年危害着人类健康。该病发病原因较为复杂，包括骨骼退化、外伤损害、不良生活习惯等。腰椎间盘突出主要症状表现有腰痛、行动受限等，不但会造成患者身体上的痛苦，也会给患者带来严重的心理压力^[3]。临床上对于腰椎间盘突出症的诊断治疗已经十分成熟，CT 确诊后，根据患者病情可选择保守治疗或手术治疗。围手术期护理对于患者的恢复至关重要^[4]。本研究结果，研究组患者护理后显效比例高于对照组，且护理总有效率高与对照组 ($P < 0.05$)；护理后研究组患者 VAS 评分降低幅度和 JOA 评分上升幅度均明显高于对照组 ($P < 0.05$)。因此，有效的护理干预能帮助患者缓解症状，提高护理效果。

综上所述，护理干预对腰椎间盘突出症患者应用效果显著，值得临床推广。

【参考文献】

- [1] 黄现平. 快速康复护理干预对腰椎间盘突出症患者生活质量的影响分析[J]. 山西医药杂志, 2018, v.47(10):113-115.
- [2] 赵苏丹, 郭运岭, 张拓. 护理干预措施对膝关节炎合并腰椎间盘突出症患者的重要性研究[J]. 四川中医, 2018, v.36;No.413(04):208-212.
- [3] 项蕾蕾, 王正梅, 潘美华, 等. 腰椎间盘突出症手术患者分级延续护理模式效果观察[J]. 中国矫形外科杂志, 2018, 026(019):1778-1781.
- [4] Jeong J K, Kim Y I, Kim E, et al. Effectiveness and safety of acupotomy for treating back and/or leg pain in patients with lumbar disc herniation: A study protocol for a multicenter, randomized, controlled, clinical trial[J]. Medicine, 2018, 97(34):e11951.