

阶梯式康复护理干预在微创腰椎间盘突出患者中的应用

于 婷 杨 阳

射洪市中医院 629200

【摘要】目的 总结出腰椎间盘突出微创治疗患者临床科学合理的护理模式。**方法** 随机从我院 2019 年 9 月—2020 年 11 月期间腰椎间盘突出手术病案中抽取 64 例,以选入组别的顺序单数为对照组、偶数为观察组,其中对照组常规护理干预方式,观察组接受阶梯式康复护理干预,观察两组患者术后情况。**结果** 观察组临床治疗总有效率高于对照组 ($P < 0.05$)。**结论** 在围手术期间,护士基于患者病情实施阶梯式康复护理干预,可加快腰椎功能的恢复,值得临床广泛推广运用。

【关键词】 腰椎间盘突出;微创;阶梯式康复护理

【中图分类号】 R473.6

【文献标识码】 A

【文章编号】 1671-4083 (2021) 01-149-02

腰椎间盘突出症的高发人群集中在 20 岁到 50 岁这一阶段,以放射性下肢疼痛和腰痛为临床主要症状,让患者的生活质量大受影响,现阶段临床上往往采用微创手术来治疗一些保守治疗效果不佳的腰椎间盘突出症,其主要特点创伤小、术后恢复快,能够使患者的症状得到有效缓解,加快恢复各项功能。但此类患者在术后常会有一些并发症出现,如神经根粘连、水肿等,不仅影响患者手术长期疗效和功能恢复,也使之生活质量降低,所以很有必要将康复护理应用于微创腰椎间盘突出症手术围术期中。而常规康复护理因为有诸多弊端存在,如护理内容笼统、缺乏个体化和针对性等,所以也未取得较为理想的护理效果。对此,本研究提出阶梯式康复护理干预方式,并选取特定对象验证其有效性,现总结如下:

1 资料与方法

1.1 一般资料

本研究共纳入腰椎间盘突出微创手术患者 64 例,以选入组别的顺序单数为对照组、偶数为观察组,其中对照组女性 20 例,男性 12 例,年龄为 (51.04 ± 3.11) 岁;观察组中,女性 22 例,男性 10 例,年龄为 (53.21 ± 4.53) 岁。对两组患者的基本资料(性别比例、平均年龄)进行 t 检验对比分析,结果不具有统计学意义, $P > 0.05$ 。

1.2 方法

对照组接受常规护理,加强疾病知识宣教,并指导患者进行各种检查活动,重视术前各项准备工作。

观察组则实施阶梯式康复护理干预,具体操作为:①术前:基于患者文化水平,采取恰当的语言与方式开展健康教育,重点讲解致病因素、诊治目的及方法;指导患者开展术前健康训练,为后期康复训练奠定基础;②手术当天:当患者清醒后便可鼓励其开展活动,训练项目主要是主被动抬腿(10~30 次/d,预防神经根粘连)、足踝泵训练(抑制深静脉血栓)、股四头肌练习(400 次/d,身体可承受为主)等^[1]。

③术后 1d:开展正确穿戴腰围的活动,并指导其进行下床活动,实施体位(坐位、站位)指导,对疼痛进行准确评价。④术后 2d~1 周:这一段时间中,应增加行走及站立时间。出院评估康复训练掌握情况,并开展出院前健康教育,如正确穿衣姿势、取拿物品等。加强防寒与保暖,特别是腰背部,增加饮食、生活及行为习惯等方面的教育;⑤术后 2 周—4 周:精心制定康复训练手册,指导家属加强监督,并设置专业咨询平台,及时解答出院后患者所遇到的疑难点。术后 2 周对腰椎功能进行评估,并设计合理的健身体操,加快腰椎功能的恢复。⑥术后 1 个月—3 个月:复诊时,准确评估腰椎主活动区域及下肢柔韧度。同时,基于评估结构对康复训练体操进行调整与优化,加强腰椎平稳的训练,零负重开展仰卧位屈髋肌力练习、俯卧位伸髋腰背部肌力练习等,确保腰椎始终处于中立位状态。

1.3 疗效判断标准

(1)痊愈:腰腿痛症状明显消失,能够自行完成 2km 及以下的行走,直腿抬高可达到 70° 以上,能够恢复到正常的工作中^[2]。(2)显效:症状有非常显著的改善,各种腰腿痛症状较之治疗前均有显著缓解,且腰部活动度也有明显的改善。(3)有效:症状有所好转,腰腿痛症状有所改善,且腰部活动度也有所好转。(4)无效:患者的各项临床症状均无明显变化,或者出现了进一步恶化。

1.4 统计学方法

此次研究调查最终所得的数据处理选用的是 SPSS22.0 统计学软件,临床疗效的表示单位应用的是 $[\text{例}]\%$,代表检验值的单位为 χ^2 , $P < 0.05$ 代表比较对象的最终结果没有显著差异。

2 结果

据统计,观察组临床总有效率明显高于对照组 ($P < 0.05$),见表 1。

表 1: 两组患者临床治疗效果比较 (n, %)

组别	例数	痊愈	显效	有效	无效	总有效率 (%)
对照组	32	8 (25.00)	10 (31.25)	10 (31.25)	4 (12.50)	87.50
观察组	32	12 (37.50)	14 (43.75)	5 (15.63)	1 (3.13)	96.88
χ^2						5.214
P						< 0.05

3 讨论

临床上对腰椎间盘突出症患者进行治疗一般以微创手术为主,即通过摘除突出椎间盘,将脊神经根压迫的症状有效缓解。虽然微创手术能够使患者的临床症状得到有效缓解,但在恢复腰椎功能和结构方面却未有较好效果,且术中也极易队神经、肌肉造成损伤,因此缺乏理想的腰椎功能障碍改

善的效果。本研究结果表明,观察组临床治疗总有效率高于对照组 ($P < 0.05$),可见在微创腰椎间盘突出症患者术后功能中阶梯式康复护理干预应用价值巨大。术后锻炼腰腿部功能,让患者腰背部及腹部肌肉的力量大大增加,防止神经根粘连的情况出现,使治疗效果得到保证。在术后 4-12 周的时候

(下转第 151 页)

护理满意度(87.50%),组间数据差异显著($P < 0.05$)。如表 2:

3 讨论

脑卒中疾病是由于脑部血管突然破裂或者堵塞所导致,是一种多发生于中老年人中,随着我国老年人群的不断增加,导致此病的发病率不断上升^[5]。脑卒中疾病患者脑部出血现象会对脑部神经造成严重的损伤,进而使患者出现多种功能障碍,并且对患者的生命安全造成严重的威胁^[6]。

临床上在对患者治疗期间,患者缺乏对疾病的认知,使治疗和护理工作难以开展,影响疾病的治疗效果,因此需要给予患者合理的健康教育。本次研究对患者实施多形式健康教育,能够使护理人员根据患者的病情和需求,为患者制定合理的健康教育方案,并根据实际情况及时调整健康教育方案,有效提高健康教育效果。

研究得出,观察组患者对健康知识的掌握率为 94.64%,高于对照组患者的健康知识掌握率(78.57%),组间数据差异显著($P < 0.05$);观察组患者的护理满意度为 98.21%,高于对照组患者的护理满意度(87.50%),组间数据差异显著($P < 0.05$)。

综上所述,脑卒中患者接受多形式健康教育,能够提高患者的对脑卒中的健康知识认知度,使患者对护理工作有较

高的满意度,临床效果良好。

参考文献

- [1] 刘敏珍, 罗利俊. 健康教育干预对武汉市社区居民脑卒中相关知识知晓率影响的调查[J]. 神经损伤与功能重建, 2018, 13(11):48-50.
- [2] 尤智英, 吴云鸿, 陈玉宇. 老年脑卒中患者引入思维导图式健康教育对其认知改善与满意度的影响[J]. 国际护理学杂志, 2019, 38(12):1763-1766.
- [3] 丁梅, 陈玲玲, 赵红, 等. 可视化健康教育在首发脑卒中病人认知及自我管理行为中的应用[J]. 蚌埠医学院学报, 2018, 43(08):119-121.
- [4] 李瑶瑶, 鞠陶然, 脱森, 等. 提高中年脑卒中患者自我管理行为的模型检验: 基于健康信念模式与计划行为理论的整合[J]. 中国实用护理杂志, 2019, 35(23):1784-1789.
- [5] 吴美丽, 张娟, 陆丽, 等. 知信行健康教育模式在预防脑卒中吞咽困难患者吸入性肺炎中的作用[J]. 护理实践与研究, 2018, 15(7):53-56.
- [6] 宋霞, 杨飞, 韦亚洁, et al. 基于脑卒中筛查的高危人群对脑卒中认知及慢性疾病管理依从性的研究[J]. 药物流行病学杂志, 2018, 027(004):270-276.

(上接第 148 页)

表 2: 两组疾病认知优良、再孕信心充足、完全流产对比(n, %)

组别	例数	疾病认知优良	再孕信心充足	完全流产
循环组	45	40 (88.89)	41 (91.11)	1 (2.22)
对照组	45	31 (68.89)	33 (73.33)	6 (13.33)

注: 与对照组相比, * $P < 0.05$

2.3 护理满意率比较

循环组患者满意为 95.56% (43/45), 对照组为 82.22% (37/45), 组间差异显著 ($P < 0.05$)。

3 讨论

稽留流产属于具有一定特殊性流产类型,指的是胚胎死亡后依旧稽留于宫腔内,而孕产物与出现症状 1-2 个月内未自然排出,导致出现该类流产因素有不良习惯、精神压力、不良环境、母体因素、内分泌异常以及免疫功能障碍等,早期会出现停经和早孕反应,并伴有腹痛,流产时会出现阴道流血现象。出现稽留流产后不仅易导致流产后大量出现,影响患者身体健康,而且会导致其产生严重负面心理情绪,使得患者生活质量水平降低。为此,需要根据患者需求,使用适合方式对患者进行干预。随着医学和护理学发展,PDCA 循环护理模式已经成为临床中被广泛应用模式,并在实际应用中取得了良好效果,提升了对患者整体护理水平,促使流产

后患者身心恢复速度加快。

本次研究结果显示,护理前两组心理情绪指标评分无明显差异 ($P > 0.05$),护理后评分均降低,组间比较循环组评分显著优于对照组 ($P < 0.05$);循环组患者疾病认知优良率(88.89%)、再孕信心充足率(91.11%)、完全流产率(2.22%)明显高于对照组(68.89%, 73.33%, 13.33%),组间差异具有统计学意义 ($P < 0.05$)。循环组患者满意率(95.56%)高于对照组(82.22%),组间差异明显 ($P < 0.05$)。可见,本次研究中,PDCA 循环护理模式对稽留流产患者身心状况改善效果更加理想。

综上所述,将 PDCA 循环护理模式应用于稽留流产患者护理中,相比于常规护理方式,既可缓解患者负面心理,增强再孕信心,又可提升患者对疾病认知程度,主动配合护理,利于避免宫腔内残留,提升患者对护理满意程度。

参考文献

- [1] 朱金鸽, 刘志飞, 秦惠玲, 等. PDCA 循环护理模式在稽留流产患者中的应用[J]. 护理实践与研究, 2018, 15(9):66-67.
- [2] 陈咏梅, 郑任蓉. PDCA 循环护理模式在稽留流产患者中应用体会[J]. 中国城乡企业卫生, 2019, 34(12):131-132.
- [3] 姜莉莉. PDCA 循环护理模式在稽留流产患者中的应用效果分析[J]. 母婴世界, 2019, 25(11):174.

(上接第 149 页)

间内积极锻炼腰背部功能,一方面可使患者的疼痛感得到有效缓解,另一方面也可让其功能障碍显著改善。阶梯式康复护理是立足于患者的实际情况为其制定相应的锻炼计划,并在整个锻炼过程中不断调整、增加内容和时间,循序渐进,让患者慢慢康复,更好的适应^[3]。

总之,通过将阶梯式康复护理干预应用于微创腰椎间盘突出症患者术后,让治疗的效果大大提高,患者的腰椎功能也得到了有效改善,疼痛感减轻,更快康复。

参考文献

- [1] 方婷. 阶梯式康复护理干预措施在腰椎间盘突出微创护理中的应用效果及预后中的应用分析[J]. 养生保健指南, 2019, 000 (024): 151.
- [2] 金德蓉. 阶梯式康复护理干预措施在腰椎间盘突出微创护理中的应用效果及预后中的应用价值体会[J]. 饮食保健, 2020, 007 (001): 205-206.
- [3] 朱凤祥, 朱洪英, 于香兰, 等. 阶梯式康复护理干预在微创腰椎间盘突出症患者术后功能恢复中的应用效果[J]. 中国保健营养, 2019, 029 (019): 153.