

快速康复护理在经皮椎间孔镜治疗腰椎间盘突出症中的应用

衡建华 任雪萍 徐小凤

射洪市中医院 629200

〔摘要〕目的 总结出经皮椎间孔镜治疗腰椎间盘突出症临床科学合理的护理模式。方法 随机从我院 2019 年 1 月—2020 年 3 月期间经皮椎间孔镜治疗的腰椎间盘突出症病案中抽取 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,观察组接受快速康复护理干预,观察两组患者术后情况。结果 观察组术后恢复情况(术后下床时间、总住院天数)优于对照组($P < 0.05$)。结论 对于腰椎间盘突出症快速康复护理干预可加快患者康复速度,值得我们学习与借鉴。

〔关键词〕经皮椎间孔镜法;腰椎间盘突出症;快速康复护理

〔中图分类号〕R473.6 〔文献标识码〕A 〔文章编号〕2095-7165(2021)03-111-02

腰椎间盘突出症是一种临床中非常常见的疾病,是导致下肢疼痛和腰痛的最主要因素,患者多表现为偶尔有下肢放射性疼痛、腰腿部有局部轻微痛感,部分患者还多表现为从腿痛开始,腰痛并无明显症状,严重情况下甚至会表现为下肢或者臀部麻木,无法长时间行走,甚至还可能对肌力造成影响,从而致使患者的弯腰、翻身、行走等行动因此受到限制。对于该疾病的治疗,经皮椎间孔镜法较为常见,具有微创、创伤小、舒适、术后恢复快等优势^[1]。快速康复护理以康复医学为基础,强调围术期的全面性、系统性,加快患者术后康复。对此,本研究选取特定对象,重点探寻快速康复护理干预效果,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症患者 64 例,均接受经皮椎间孔镜治疗方法。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,护士广泛开展健康宣教、注意事项及常规护理流程,并及时解答患者所提出的各种问题。观察组则接受快速康复护理干预,具体为:

1.2.1 术前干预

挑选资质高、经验丰富的护理人员组建快速康复护理小组,对患者基本情况进行全面了解,考虑到患者因腰腿长时间疼痛不已,不良情绪较为严重。对此,护士用心安慰,耐心地接受经皮椎间孔镜治疗及成功病案,并提醒相关注意事项,强化患者治疗信心,提高临床依从性。同时,指导患者进行侧卧位、俯卧位的训练,至少坚持十分钟。

1.2.2 术中干预

对患者体位、输液温度进行密切观察,及时调整,避免出现不良事件。对于无需裸露的部位,应盖上保温毯,预防患者受凉感冒。手术过程中,严格执行医生及麻醉师的指示,积极配合。

1.2.3 术后干预

等到患者完全清醒后,护士对患者实际情况进行评价,

再指导其开展恰当的的创伤恢复运动。针对疼痛难忍者,在接受镇痛处理时,积极沟通与交流,分散其注意力。适时鼓励患者开展康复锻炼,并教会直腿抬高、股四头肌等长收缩锻炼方法,等到患者病情有所缓解后,循序渐进地接受腰背肌训练;使用拱腰五点支撑法向上悬空背部、腰臀部,直到最高点时坚持三秒钟后慢慢地放下,重复训练,强化脊椎功能^[2]。指导患者科学佩戴腰围,并协助患者进行站立、慢走训练。卧床时,定时翻身,并教会患者有效排痰的方法,有效预防压疮、肺部感染症状的出现,教会下肢踝泵运动,避免下肢出现深静脉血栓^[3]。另外,嘱咐患者多喝水,尽量食用温热、易消化、清淡的食物,规律作息。

1.3 观察指标

对两组患者术后恢复情况进行统计分析,如实记录。

1.4 统计学分析

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,术后情况表示单位应用的是($\bar{x} \pm s$),代表检验值的单位为 t, $P < 0.05$ 代表比较对象的最终结果没有显著差异。

2 结果

据统计得知,观察组患者术后下床时间均早于对照组,且总住院天数更低($P < 0.05$),详见表 1。

表 1: 两组患者术后情况对比 ($\bar{x} \pm s$)

组别	n	术后下床时间(h)	总住院天数(d)
对照组	32	32.50±0.26	7.27±1.85
观察组	32	28.70±0.39	4.90±1.05
t		6.325	7.254
P		< 0.05	< 0.05

3 讨论

随着医疗技术的发展,快速康复护理作为一种以减少创伤及应激为病理生理学核心原则的术后快速康复理念,对指导临床治疗护理工作意义显著^[4]。该理念下的综合护理可对围术期各种处理措施进行综合优化,以提高患者顺应性,改善临床疗效。这一种护理理念,已经在国外广泛推广运用,主要实施方法为术前心理干预、术中有效观察、术后镇痛、锻炼及饮食等,有效弥补了常规护理的不足之处,影响力较大。对于外科手术患者,特别是经皮椎间孔镜治疗腰椎间盘突出症患者整个围术期接受快速康复护理干预,可有效缩短住院

(下转第 113 页)

护理前两组患者 SAS (焦虑) 与 SDS (抑郁) 无差异 ($P > 0.05$), 护理后两组患者 SAS (焦虑) 与 SDS (抑郁) 评分均有显著改善 ($P < 0.05$), 而且观察组 SAS (焦虑) 与 SDS (抑郁) 评分低于对照组 ($P < 0.05$), 详见见表 1.

2.2 两组患者产后出血量对比

观察组产后出血量低于对照组 ($P < 0.05$), 详见见表 2.

表 2: 对比两组患者产后出血量 ($\bar{x} \pm s, ml$)

组别	n	2h	24h
观察组	25	224.12 ± 31.52	341.58 ± 48.56
对照组	25	375.28 ± 51.29	447.59 ± 64.28
T 值		16.656	8.729
P 值		0.000	0.000

3 讨论

产后出血是一种会对母婴健康造成严重威胁的临床并发症, 究其原因, 来自多方面, 例如子宫收缩乏力, 软产道损伤等因素, 而针对产妇顺产或是剖腹产都会存在产后出血这一现象^[3-4]. 加之, 近些年临床产后出血发生率急剧增高, 不仅易造成产妇恐惧、不安情绪, 还会在分娩前后造成巨大困扰, 因此临床有学者提出, 联合一定护理措施, 降低产后出血量. 常规以往护理较为统一化, 无针对性, 加之医院产妇较多, 不够全面, 因此存在一定局限性. 预见性护理, 是以预防为主的一种护理理念, 首先通过对患者需求的了解, 分别在产前、产时、产后实施护理, 辅助形式在患者分娩前后, 帮助患者缓解情绪, 产程过程中提供全程服务, 产后预防并发症, 以

全方位角度帮助患者降低产后出血量. 同时, 联合健康宣教, 提高产妇保健知识, 提高自我保健能力.

在本次研究数据结果中显示, 护理后两组患者的 SAS 评分、SDS 评分比较护理前均有显著改善差异均有统计学意义 ($P < 0.05$), 同时观察组患者护理后的 SAS 评分、SDS 评分、产后出血量均低 (少于) 于对照组, 差异均有统计学意义 ($P < 0.05$). 由此证实, 在预见性护理与将康宣教联合指导下可有效缓解患者不良情绪, 同时观察组产后出血量低于对照组 ($P < 0.05$), 说明, 预见性护理与将康宣教可有效降低产后出血量.

综上, 将预见性护理结合健康宣教应用于产妇产后出血中, 可有效缓解患者不良情绪, 降低产后出血量. 值得临床推广应用.

[参考文献]

- [1] 刘振英. 预见性护理在降低阴道分娩产后出血中的应用效果 [J]. 河南医学研究, 2019, 08(15):2860-2862.
- [2] 刘洪英. 分析预见性护理干预对阴道分娩产妇产后出血及心理状态的影响 [J]. 世界最新医学信息文摘, 2020, 14(40):19-19.
- [3] 郑君宁. 预见性护理在阴道分娩产后出血护理中的应用分析 [J]. 临床医学研究与实践, 2019, 2(34):189-190.
- [4] 王琼. 产后出血护理实施健康教育的效果观察 [J]. 2020, 04(3):76.

(上接第 110 页)

表 2: 两组患者护理疗效对比

组别	例数	有效	好转	无效	总有效率 (%)
对照组	30	7 (23.3)	13 (43.3)	10 (33.3)	20 (66.7)
观察组	30	18 (60.0)	11 (36.7)	1 (3.3)	29 (96.7)
χ^2					9.017
P					0.003

表 3: 两组患者护理满意度对比

组别	例数	很满意	较满意	不满意	总满意度 (%)
对照组	30	5 (16.7)	14 (46.7)	11 (36.7)	19 (63.3)
观察组	30	19 (63.3)	10 (33.3)	1 (3.3)	29 (96.7)
χ^2					10.417
P					0.001

3 讨论

腰椎间盘突出症是腰部最常见疾病, 常见的诱因包括负荷过度、急性损伤、遗传、妊娠、职业等因素^[3]. 治疗分为手术和非手术治疗, 非手术治疗主要以休息、药物治疗, 牵引、理疗等方式治疗, 手术治疗是已确诊患者经过非手术治疗后效果不明显或无效果则考虑进行手术治疗.

常规护理可解决患者急性期症状, 患者后期锻炼恢复以

及预防有很重要的占比, 常规护理在临床健康宣教方面存在弊端, 效果并不明显, 现将中医护理运用到临床中, 在常规护理的基础之上, 给予患者针灸、艾灸、拔火罐、中药封包、熏蒸、中药汤剂等中医治疗, 有效地提高了治疗效果, 治疗的同时指导患者正确做康复训练, 锻炼腰肌及腹肌的力量, 提高患者腰椎功能的恢复程度, 提高患者对护理工作的满意程度, 本研究比较两组患者 JOA、VAS、ODI 评分变化, 观察组明显优于对照组, 差异有统计学意义 ($P < 0.05$), 两组患者治疗疗效变化及护理满意度, 观察组均高于对照组 ($P < 0.05$).

综上所述, 腰椎间盘突出症患者实施中医护理能有效改善促进患者腰椎功能的恢复程度, 同时提高了治疗的效果及对护理工作的满意度.

[参考文献]

- [1] 吴义娟, 李琳琳. 中医护理对腰椎间盘突出症患者功能康复的影响 [J]. 中华养生保健 2021 年 39 卷 2 期, 134-136 页, 2021.
- [2] 马格. 中医护理干预措施对腰椎间盘突出症患者功能康复的影响 [J]. 中国校医, 2020, v.34(04):72-73+86.
- [3] 鄢慧. 中医护理干预对腰椎间盘突出症保守治疗患者康复效果的影响 [J]. 中外女性健康研究, 2020, 000(007):176-177.

(上接第 111 页)

时间, 加快康复. 本研究结果证实也证实了快速康复护理干预的有效性, 值得临床广泛推广运用.

[参考文献]

- [1] 黄雪华. 椎间孔镜治疗腰椎间盘突出症的快速康复护理 [J]. 中国城乡企业卫生, 2019, 034 (003): 209—211.
- [2] 郑孝云. 快速康复护理在经皮椎间孔镜治疗腰椎间盘突出症中的应用效果 [J]. 中外医疗, 2018, 037 (032): 161

—163.

[3] 王雯, 罗瑶. 快速康复护理在经皮椎间孔镜治疗腰椎间盘突出症中的应用 [J]. 实用临床护理学电子杂志, 2017(25): 95—96.

[4] 徐文文, 孔金凤. 快速康复护理对经皮椎间孔镜下腰椎间盘突出切除术疼痛与疗效的影响评价 [J]. 全科口腔医学杂志 (电子版), 2019, 6 (24): 478.