

个性化护理对腰椎间盘突出症患者生活质量的影响

刘 湘 钟小会

成都市郫都区人民医院脊柱外科 611370

〔摘 要〕目的 分析腰椎间盘突出症患者采取个性化护理对生活质量的影响。方法 选择我院接诊的腰椎间盘突出症患者作为研究对象，对照组以常规护理干预，观察组以个性化护理干预，对比两组患者生活质量及并发症发生率。结果 观察组患者的生活质量评分比对照组高，并发症发生率比对照组低， $p<0.05$ 。结论 腰椎间盘突出症患者采取个性化护理可提升患者的生活质量，使患者的并发症发生率降低，该护理模式具有临床应用价值。

〔关键词〕个性化护理；腰椎间盘突出；生活质量；并发症

〔中图分类号〕R473.6 〔文献标识码〕A 〔文章编号〕2095-7165（2023）03-137-02

腰椎间盘突出是临床上发病率高的骨科疾病，发生疾病的原因是间盘发生退行性改变，出现髓核损伤及断裂的情况。间盘突出也属于一种职业病，很多患者从事长期久坐的工作，或者患者的劳动强度过大，此类职业的患者最容易发病，也有部分老年人，随着腰椎功能退化而发生疾病^[1]。间盘突出症患者生活质量严重降低，部分患者无法从事过往的活动，生活压力及经济压力增大。间盘突出症多采取保守治疗，在治疗过程中护理人员要做好患者的护理工作。个性化护理是根据患者病情提供护理措施的一种手段，在护理过程中关注细节管理，以改善患者的生活质量为目标。本研究将我院纳入的间盘突出症患者作为观察对象，分析个性化护理的临床价值。

1 资料与方法

1.1 一般资料

选择我院 2022 年 1 月-2022 年 12 月接诊的间盘突出症患者作为研究对象，以随机数字法为患者分组，对照组、观察组患者各有 30 例，其中，男性 38 例、女 22 例，年龄在 34-72 岁，平均年龄 (49.32 ± 4.32) 岁。两组患者一般资料相比， $p>0.05$ 。

1.2 方法

对照组：在医院的常规护理程序下，护理人员记录患者的疼痛情况及其他体征反应，若患者疼痛较为强烈，护理人员将患者的情况告知医生，医生为患者使用镇痛类药物治疗，减轻患者腰椎疼痛反应，常规为患者使用理疗等方法，逐渐缓解患者的腰椎疼痛感。

观察组：制定个性化护理方案。①间盘突出是临床病情复杂的疾病，护理人员要针对患者病情讲解临床疾病治疗知识，使患者明确间盘突出可通过自我管理的方式抑制病情进展，护理人员也要缓解患者病情反复发作出现的负面情绪，提升患者在护理工作中的依从性。②间盘突出症患者发病与自身并未得到良好的锻炼相关，护理人员需向患者说明锻炼的重要性，在训练过程中，患者需适当抬高双腿，增强患者的腰背受力能力。若患者的肢体功能较差，在护理期间应注意提升患者搬运能力，确保患者的脊柱处于同一条直线，加强患者的血压、心率及出血量等监控，保持切口干净整洁，及时预防感染。患者在病变期，也要尽量调节姿态，等待患者病情稳定后，鼓励患者抬高肢体活动，预防患者出现血栓，并注意调整翻身姿态，合理调节翻身流利度，以免过度活动

而损伤神经功能。③患者在治疗期间疼痛问题严重，若疼痛反应持续性加重也容易发生肢体感觉异常，护理人员需评估患者的疼痛反应，观察患者是否出现感染症状，在治疗期间评估患者的疼痛范围及疼痛性质，采取适合的止痛措施，包括冥想、观看电视节目、听音乐等减轻疼痛感^[2]。等待患者疼痛减轻后，护理人员指导康复训练，包括踝泵训练、屈膝屈髋训练，间隔 3d 训练 1 次，每次训练时间为 20min，通过此类训练方法改善患者的运动功能。④患者受间盘突出困扰的时间长，患者的心理状态较差，在临床护理过程中，护理人员需积极为患者展开心理疏导，通过回忆过往美好生活、正念疗法及音乐疗法等让患者在治疗疾病过程中感到放松，若患者始终处于心情沉重的状态，治疗效果不佳，也无法改善患者的生活质量。

1.3 观察指标

①生活质量：以 SF-36 生活质量量表进行调查，其中含有四个项目，包括生理功能、躯体疼痛、心理功能、精神健康，每个项目为 100 分，分值高为生活质量良好。②并发症：包括用药过敏、局部疼痛、下肢麻木。

1.4 统计学处理

以统计学软件 spss22.0 对数据进行处理，计量资料方差值以 $\bar{x} \pm s$ 表示，t 值检验，计数资料以率 % 表示， χ^2 检验， $p<0.05$ 为差异有统计学意义。

2 结果

2.1 两组患者的生活质量评分

观察组患者的生活质量评分显著高于对照组， $p<0.05$ ，见表 1。

2.2 两组患者的并发症发生率对比

观察组并发症发生率比对照组低， $p<0.05$ ，见表 2。

表 2 两组患者的并发症发生率对比（n，%）

分组	n	用药过敏	局部疼痛	下肢麻木	发生率
观察组	30	1 (3.33)	1 (3.33)	0 (0.00)	2 (6.67)
对照组	30	3 (10.00)	4 (13.33)	3 (10.00)	10 (33.33)
χ^2					5.878
P					0.022

3 讨论

腰椎间盘突出症的病程周期长，临床常见表现是腰痛、行动不便等，对群众的生活及工作产生巨大的影响。有研究

（下转第 140 页）

创伤疼痛护理是根据患者的实际疼痛制定相关护理措施,并结合疼痛量表采取对应的护理干预,定期统计疼痛评分,了解护理计划的落实程度,并调整护理计划内容,保证护理的有效性,提升患者的依从性与护理满意度,改善患者疼痛^[2-3]。同时,在积极落实护理方案中患者可了解更多的护理内容,积极自护,提升其骨折愈合率与生活自理能力。

参考文献

[1] 乔璐璐,高瑛.创伤疼痛护理对胫骨远端骨折患者骨

折愈合及护理满意度的影响[J].临床医学研究与实践,2021,7(04):158-160.

[2] 伏小布.骨科创伤疼痛护理管理模式在胫骨远端骨折的应用价值分析[J].中外医疗,2019,38(32):145-147.

[3] 朱路,崔京京.骨科创伤疼痛护理管理模式在胫骨远端骨折的应用研究[J].世界最新医学信息文摘,2021,17(99):288-289.

表 1 两组患者的护理满意度、骨折愈合率、依从性 (n, %)

组别	例数	非常满意	一般满意	不满意	护理满意度	完全依从	部分依从	骨折愈合率
观察组	25	18 (68.00%)	6 (24.00%)	1 (4.00%)	24 (96.00%)	20 (80.00%)	5 (20.00%)	24 (96.00%)
对照组	25	5 (20.00%)	10 (40.00%)	10 (40.00%)	15 (60.00%)	6 (24.00%)	10 (40.00%)	17 (68.00%)
χ^2					5.364			9.485
p					0.006			0.001

表 2 两组患者的疼痛与生活自理能力 ($\bar{x} \pm s$, 分)

组别	例数	疼痛		生活自理能力	
		干预前	干预后	干预前	干预后
观察组	25	7.69 $\pm$ 1.33	0.36 $\pm$ 0.02	49.63 $\pm$ 2.66	89.26 $\pm$ 5.30
对照组	25	7.70 $\pm$ 0.99	2.63 $\pm$ 0.33	49.36 $\pm$ 2.98	60.30 $\pm$ 5.36
t		0.03	34.331	0.338	19.21
p		0.976	0.001	0.737	0.001

(上接第 137 页)

表示^[3],腰椎间盘突出症患者长期行走及弯腰等障碍,逐渐出现下肢腿麻及跛行问题,对患者的生活自理能力产生巨大的影响。患者发生腰椎间盘突出症后也容易滋生较多的负面情绪,让患者的生活质量不断降低。对此,在腰椎间盘突出症治疗时,为患者采取护理干预措施具有必要性,在临床护理中,常规护理模式将患者病情放在中心,为患者提供针对病情治疗的服务,但护士患者的心理状态,患者在治疗期间心理状态差,不愿配合治疗,将导致患者的治疗依从性降低,也无法改善患者的生活质量。个性化护理作为一种具有个性的护理模式,在临床护理期间为患者提供心理护理及健康教育、

病情管理多种措施,满足患者对护理工作的要求,自结果上看,观察组患者的并发症发生率低,且患者的生活质量提升,该结果说明个性化护理相比常规护理效果好。

参考文献

[1] 柯辉.快速康复护理干预对腰椎间盘突出术后恢复的效果分析[J].黑龙江医学,2021,45(10):1017-1018+1021.

[2] 邹棉芳.疼痛-情绪-康复联合护理模式在微创腰椎间盘突出症患者中的应用[J].实用中西医结合临床,2021,21(09):145-146.

[3] 祁顺娃.腰椎间盘突出症手术患者分级延续护理模式效果观察[J].科学咨询(科技·管理),2021,(05):93-94.

表 1 两组患者的生活质量评分 ($\bar{x} \pm s$, 分)

分组	n	生理功能	躯体疼痛	心理功能	精神健康
观察组	30	86.43 $\pm$ 7.87	89.76 $\pm$ 5.76	88.23 $\pm$ 4.97	87.56 $\pm$ 5.45
对照组	30	78.56 $\pm$ 6.87	77.43 $\pm$ 6.87	76.23 $\pm$ 5.87	78.76 $\pm$ 6.87
t		7.535	8.856	6.335	8.645
p		0.001	0.001	0.001	0.001

(上接第 138 页)

为中心开展护理,能让护理措施更加地细节化、精确化,保证护理工作质量的同时缓解患者的心理压力。亲情化护理是针对患者的生活、隐私、情感、环境等进行护理,其融合了以人为本的护理理念,从不同的方面构建护患关系,让患者放下内心的戒备,从而提高对护理人员的信任感,让其能更好地配合治疗与护理^[5]。将以上两种护理方式相结合,可以减轻患者的身心应激反应,有助于减少不良事件的发生率,对提高患者的康复效果具有重要作用。

综上所述,在重症护理中,采用细节联合亲情化护理方法,其效果显著,值得临床推广。

参考文献

[1] 周洪杰,吴建宇.细节联合亲情化护理对重症护理效果的影响研究[J].中西医结合心血管病电子杂志,2020,8(18):162.

[2] 刘天博.重症患者行细节联合亲情化护理的价值研究[J].中国城乡企业卫生,2020,35(01):82-83.

[3] 程秀云.细节联合亲情化护理对重症护理效果的影响研究[J].心理月刊,2019,14(23):64.

[4] 叶秋容.细节联合亲情化护理在重症护理中的护理疗效观察[J].齐齐哈尔医学院学报,2019,40(22):2897-2899.

[5] 童玲.细节联合亲情化护理方法在重症护理中的效果[J].中国医药科学,2019,9(07):89-92+148.