

中药热敷疗法治疗颈肩腰腿痛的护理体会

林 芳

福泉市中医医院 贵州福泉 550599

【摘要】目的 探讨中药热敷疗法治疗和护理对颈肩腰腿痛的效果。**方法** 选取近两年我院救治 30 例颈肩腰腿痛患者为对象, 在治疗和护理前, 评估和记录患者疼痛状态、饮食状况及睡眠质量, 提供中药热敷疗法治疗和护理, 完成治疗后, 再次评估和记录疼痛状态、饮食状况及睡眠质量, 观察 30 例颈肩腰腿痛患者治疗效果。**结果** 治疗后疼痛状态、饮食状况及睡眠质量好于治疗前 ($P < 0.05$)。**结论** 中药热敷疗法治疗和护理对颈肩腰腿痛的效果显著, 值得应用。

【关键词】 中药热敷疗法; 颈肩腰腿痛; 护理体会

【中图分类号】 R473

【文献标识码】 A

【文章编号】 1005-4596 (2023) 04-117-02

颈肩腰腿痛为常见疾病, 形成原因比较复杂, 常见因素有风寒湿因素、软组织损伤及免疫因素等, 发病后, 疼痛为其主要症状, 会在一定程度上影响其生活质量和睡眠质量; 中药热敷疗法为该疾病常用的治疗手段, 在运用中药热敷疗法的同时, 还需要提供相应的护理, 这样利于患者的治疗^[1]。为探讨中药热敷疗法治疗和护理对颈肩腰腿痛的效果, 报道如下。

1 资料与方法

1.1 临床资料

选取近两年我院救治 30 例颈肩腰腿痛患者为对象, 其中, 男性患者 16 例, 占比 53.33%, 女性患者 14 例, 占比 46.67%, 年龄处在 (21-75) 岁, 均值 (47.22±1.15) 岁, 疼痛部位: 腰部疼痛 19 例, 占比 63.33%, 颈部疼痛 7 例, 占比 23.33%, 膝部疼痛 4 例, 占比 13.33%。医院伦理委员会批准本次研究, 签署知情同意书。

1.2 方法

30 例颈肩腰腿痛患者进行中药热敷疗法治疗和护理, 中药热敷疗法, 中药的药物组成为: 牡丹皮 50g、秦艽 50g、檀香 50g、独活 50g、乌药 40g、大青盐 40g、寄生 40g、秦皮 40g、黄连 40g、青风藤 40g、防风 40g、刘寄奴 30g、生川乌 20g、蜈蚣 1 条; 根据药方, 将所有药物抓好后, 研磨成粉, 将准备好的 500g 米醋加入药粉中, 充分混合, 形成膏状, 装入布袋后, 在蒸笼上汽后, 持续蒸一个小时, 用毛巾将药袋包裹好, 放在疼痛部位热敷治疗, 每天热敷两次, 每次时间控制在 50 分钟至 60 分钟。

护理内容^[2]: ①中药热敷疗法治疗前, 医护人员做好所有准备工作, 在取得患者及其家属信任后, 详细讲解该疾病对患者的危害性, 本次治疗流程和可能出现的一些现象, 提前告知, 能在一定程度上减少负面情绪滋生的概率。②掌握患者疼痛部位和需热敷的具体区域, 根据实际情况, 可局部拍打、揉搓及按压; 在热敷时, 药袋温度控制在 38℃至 42℃, 避免温度过高, 烫伤皮肤, 过低又会降低效果。③治疗过程中, 饮食清淡点, 多喝水, 食物需易消化, 油腻及辛辣食物禁止。④疼痛等症状会让患者产生负面情绪, 一旦发现, 及时“一对一”疏导, 减少影响, 根据可能产生的一些不良现象, 及时做好预防工作。

1.3 指标观察

观察分析 30 例颈肩腰腿痛患者治疗前后疼痛状态、饮食状况及睡眠质量。疼痛状态选用满分为 10 分的量表进行评估, 测得分数越高, 疼痛感越强, 测得分数越低, 疼痛感越弱。饮食状况采用自制问卷答题调查量表进行评估, 满分为 100 分,

分数越高, 表示饮食情况越好, 分数越低, 表示饮食情况越差。睡眠质量选用睡眠质量评定量表进行评估, 量表满分 100 分, 分数越高, 睡眠质量越好, 分数越低, 睡眠质量越差^[3]。

1.4 统计分析

将数据输入 SPSS20.0 中, 计量资料用 ($\bar{x} \pm s$) 表示, 行 t 检验, 计数资料用 n/% 表示, 行 χ^2 检验, $P < 0.05$, 存在比较意义。

2 结果

2.1 30 例颈肩腰腿痛患者治疗前后疼痛状态、饮食状况及睡眠质量

治疗后疼痛状态、饮食状况及睡眠质量好于治疗前 ($P < 0.05$); 见表 1。

表 1: 30 例颈肩腰腿痛患者治疗前后疼痛状态、饮食状况及睡眠质量 ($\bar{x} \pm s$, 分)

组别	疼痛状态	饮食状况	睡眠质量
治疗后 (n=30)	2.32±0.28	83.45±1.21	90.48±1.06
治疗前 (n=30)	6.42±0.37	65.48±1.62	72.84±1.58
t 值	7.658	6.859	8.245
P 值	< 0.05	< 0.05	< 0.05

3 讨论

颈肩腰腿痛作为常见慢性疾病, 患病早期阶段, 疼痛时轻时重, 不管也会恢复, 往往容易忽视, 在病情加重时, 已不能根治; 从中医学上来讲, 该疾病为痹症, 痹为风寒湿共同作用所致, 在治疗时, 也是往这个方面, 祛风寒湿和止痛; 随着现代医疗发展, 护理服务显得越来越重要, 针对颈肩腰腿痛治疗特点, 为其提供优质护理服务非常重要, 应重视。

中药热敷疗法中药物组成为: 牡丹皮、秦艽、檀香、独活、乌药、大青盐、寄生、秦皮、黄连、青风藤、防风、刘寄奴、生川乌、蜈蚣, 其中, 牡丹皮拥有活血化瘀及清热凉血的效果; 秦艽拥有清湿热、祛风湿及止痹痛的效果; 檀香拥有行气温中及开胃止痛的效果; 独活拥有解表、祛风湿及通痹止痛的效果; 乌药拥有散寒温肾及顺气止痛的效果; 大青盐拥有凉血、润燥、泻热及明目的效果; 寄生拥有祛湿、强筋骨及安胎的效果; 秦皮拥有收涩止痢、清热燥湿及清肝明目的效果; 黄连拥有泻火解毒及清热除湿的效果; 青风藤拥有利小便及祛风湿的效果; 防风拥有除湿止痛、祛风解表及止痉的效果; 刘寄奴拥有消食化积、破血通经及止痛止血的效果; 生川乌拥有散风邪、祛寒湿及温经止痛的效果; 蜈蚣拥有定惊、散结、祛风及攻毒的效果; 上述药物多为活血止痛、舒筋活络、温经散寒及祛风除湿方面效果, 加入米醋后, 能加强消肿止痛及活血行血的作用; 热敷后, 热力进入到患者体内, 开放毛

孔, 扩张毛细血管, 改善其热敷部位的微循环, 最终起到疏通经络、祛风散寒及行气止痛的目的。根据中药热敷疗法治疗流程, 为患者提供相应的护理服务, 主要措施为: 健康宣教、饮食指导、心理辅导等, 从心理和生理方面为患者提供优质的护理服务, 患者长期受到疾病的负面影响, 负面情绪极易出现, 同时, 对治疗措施的不甚了解, 也会存在疑虑, 多方面会让患者的心理状况不佳, 通过心理方面的护理服务和健康宣教服务, 能很好的解决这些问题, 健康宣教的目的就是提升患者对疾病相关知识的认知度, 这包括形成原因、危害、治疗方案及护理措施等; 通过掌握患者心态变化, 一旦出现负面情绪, 找出滋生原因, 提供针对性心理疏导, 及时消除, 再引导患者形成正确观念, 能积极和乐观面对病变, 配合治疗; 在生理方面, 主要针对患者身体康复, 为其提供良好的治疗环境, 科学的饮食计划等, 能促进患者身体快速康复^[4]。

本研究通过对比中药热敷疗法治疗和护理实施前后颈肩腰腿痛患者所表现出来的疼痛状态、饮食状况及睡眠质量, 结果为: 治疗后颈肩腰腿痛患者疼痛状态、饮食状况及睡眠质量明显好于治疗前; 这与周欣^[5]等研究结果一致, 表明中药

热敷疗法治疗和护理的运用价值极高。

综上所述, 中药热敷疗法治疗和护理对颈肩腰腿痛的效果显著, 能减轻疼痛感, 改善睡眠质量, 利于身体康复, 值得优先选用。

参考文献

[1] 袁冬青. 中医针灸综合治疗颈肩腰腿痛的临床治疗效果评价 [J]. 中国实用医药, 2021, 16(29):169-171.
 [2] 陈栋, 钟键, 陈大典, 等. 陈氏挑针疗法在颈肩腰腿痛的临床应用及其机制研究 [J]. 2022, 7(2): 139-142.
 [1] 黄程亮, 张源, 方耿波. 平衡针灸联合康复训练治疗颈肩腰腿痛的临床效果 [J]. 深圳中西医结合杂志, 2021, 31(11):76-77.
 [4] 袁银娟. 情志护理在针灸治疗颈肩腰腿痛患者中的应用分析 [J]. 黑龙江中医药, 2021, 50(2):354-355.
 [5] 周欣, 王永莉, 汪妍. 针灸联合益气舒筋汤治疗颈肩腰腿痛效果及对患者疼痛程度, 活动功能的影响 [J]. 现代中西医结合杂志, 2021, 30(16):1789-1793.

(上接第 114 页)

用拧回腹腔中, 还可防止了新生儿因在吮吸母乳后挤入切口, 因而降低了产后的大出血可能性; 在产后 24h 内进行乳腺刺激促进了乳汁的顺利释放, 而同时进行左右乳腺交互喂养也能保证双侧乳汁的均衡释放, 因而促进了母乳喂养水平^[4]。在研究中, 观察组母乳喂养率明显高于对照组, 母乳喂养效能感评分显著高于对照组 (P<0.05), 表明优质护理能够促进产妇乳汁分泌, 提高剖宫产初产妇母乳喂养效能感。

综上所述, 初产妇产后运用优质护理后母乳喂养的效果显著, 可提高母乳喂养率和母乳喂养效能感水平。

参考文献

[1] 姚春芳, 万丽. 基于改良早期预警评分的护理在剖宫

产产妇中的应用 [J]. 中国医药导报, 2021, 018(5):185-188, 196.

[2] Wu C, Zhou T, Wu L, et al. Analysis of psychological status and effect of psychological intervention in quarantined population during the epidemic of SARS-CoV-2. [J]. Medicine, 2021, 100(19):e25951.

[3] 刘莹莹, 张洁莹, 万辉, 等. 超声在剖宫产切口部妊娠分型与诊治中的研究进展 [J]. 影像科学与光化学, 2023, 41(1):1-5.

[4] 雷秀旺, 耿春香, 朱延华, 等. 硬膜外间隙脉冲输注技术用于剖宫产术后宫缩痛的镇痛效果观察 [J]. 河北医药, 2021, 43(24):3798-3800.

(上接第 115 页)

用有效的护理方法是非常重要的。

本文对患者使用的是个性化护理, 通过对患者进行个人的评估并且制定针对性的护理方案, 能够进一步的提高护理工作的质量, 同时也能够维护患者在临床治疗时的安全, 能够有效的减少患者术后出现并发症的几率, 并且促进患者的恢复, 提高患者的满意度, 在临床上值得推广和使用。

参考文献

[1] 谢华英. 妇科宫腔镜术患者行个性化护理的效果 [J]. 医疗装备, 2021, 31(10):159-160.
 [2] 朱卫平. 预见性护理对宫腔镜术患者围术期并发症的预防作用分析 [J]. 中国现代医生, 2021, 58(31):170-173.
 [3] 马静, 陈书聪. 全面护理在宫腔粘连患者行宫腔镜检查术中的应用效果 [J]. 中国医药科学, 2021, 9(9):94-97.

(上接第 116 页)

一般情况下, 术后患者不再需要使用镇痛药, 可在短时间内恢复正常活动, 避免肺部并发症的发生。同时, 也对医务人员提供高质量的腹腔镜手术室护理提出了更高的要求。传统的手术室护理模式已不适合现代临床外科。因此, 舒适护理是提高手术室护理效果, 提高医院护理质量和手术治疗效果的有效途径^[3]。舒适护理以患者需求为导向, 以全面、个性化的护理模式开展护理工作。在常规护理的基础上, 充分体现以人为本的理念, 从术前、术中、术后三个方面进行针对性护理。进一步降低并发症发生率, 提高护理满意度, 促进后续康复。

4 小结

综上所述, 对于行腹腔镜手术患者在手术室护理中采用舒适护理, 可以有效的提高护理满意度, 降低术后并发症发生, 应用效果良好, 可推广运用。

参考文献

[1] 邓美玲. 腹腔镜手术患者中手术室舒适护理的临床分析 [J]. 健康养生, 2020, 000(003):172.
 [2] 苟小婕. 研究普外科腹腔镜手术中舒适护理的干预效果 [J]. 世界最新医学信息文摘, 2017(54):2.
 [3] 孙海静. 普外科腹腔镜手术运用舒适护理的效果分析 [J]. 世界最新医学信息文摘, 2016(81):1.