

慢性腰肌劳损患者的临床综合优质护理分析

宋丽敏 林 惠 李沐霖

丘北县人民医院 云南丘北 663200

【摘要】目的 讨论慢性腰肌劳损患者采取综合优质护理干预的临床效果。方法 将我院自 2021 年 1 月 -2022 年 3 月期间所收治的 70 名慢性腰肌劳损患者作为本次研究对象，采取随机分组的方式分为对照组和观察组两组，其护理模式分为常规护理干预和综合护理干预的方式，对比两组患者的护理效果。结果 对比两组患者的满意度情况，观察组 (94.29%) 明显高于对照组 (57.71%)，对比两组数据情况统计学意义产生。结论 对慢性腰肌劳损患者运用综合护理干预的方式能更好促进患者快速恢复。

【关键词】慢性腰肌劳损；临床；综合优质护理

【中图分类号】R473

【文献标识码】A

【文章编号】1005-4596 (2023) 07-168-02

前言：

慢性腰肌劳损是由于人体局部出现炎症而演变为一种慢性疾病，就会与人的工作类型和工作环境有很大的关系，而患者需要重视外界因素的变化情况，才能更好的避免疼痛的不断加重。慢性腰肌劳损在临床护理过程中需要护理人员对其展开针对性以及优质的服务，让患者了解损伤的现象以及所带来的危害，并且对护理内容进行完善，为患者提供更优质的护理干预，以此来减少各类并发症的发生，如此一来，能够更好的做好现代医疗卫生事业的规划。本次实验研究综合分析了慢性腰肌劳损患者在临床护理中的实际效果，现将相应报道如下：

1 资料与方法

1.1 一般资料

将我院自 2021 年 1 月 -2022 年 3 月期间所收治的 70 名慢性腰肌劳损患者作为本次研究对象，采取随机分组的方式分为对照组和观察组两组，其护理模式分为常规护理干预和综合护理干预的方式，对比两组患者的护理效果。其中有男性患者 25 例，女性患者为 45 例，年龄区间在 35-70 岁，通过计算之后得到平均年龄为 (46.6±7.2) 岁。对比两组患者的基本资料，其 P 值均在 0.05 以上，无统计学意义，并数据临床对比有所加强。

1.2 方法

对患者运用常规护理干预。观察组的患者则运用综合护理干预具体护理的内容包括康复指导、健康教育以及饮食护理干预。

1.3 观察指标

通过我院自制护理满意度调查，对两组患者的护理情况进行深入的分析，并将调查结果分为不满意、满意以及非常满意，护理满意度与分数呈现正相关性。

1.4 统计学数据计算

采用统计学软件 SPSS25.0 进行统计剖析，对所涉及的数据进行整理和统计，计量资料以 ($\bar{x} \pm s$) 呈现，借助 t 检验，计数资料以 χ^2 检验，P 值小于 0.05 以下为差异具备统计学意义。

2 结果

2.1 对比两组患者的护理满意度

表 1：对比两组患者的护理满意度

组别	例数	非常满意	满意	不满意	满意度
观察组	35	18(51.42%)	15(42.86%)	2(5.71%)	33(94.29%)
对照组	35	16(45.71%)	7(20.00%)	12(34.28%)	23(57.71%)
t 值		0.23	4.24	8.93	8.92
P 值		0.63	0.04	0.00	0.00

对比两组患者的满意度情况，观察组 (94.29%) 明显高于对照组 (57.71%)，对比两组数据情况统计学意义产生。

3 讨论

3.1 健康教育

需要告知患者按照自身的实际情况进行适当的锻炼，特别是对于腰背肌患者，需要开展劳逸结合而不能搬重物。尤其是患者在劳动出汗之后，需要及时擦拭，特别是在夏天，不应在潮湿位置睡觉，与此同时，在日常生活当中，需要对腰部做好护理干预，特别是腰部位置，要做好保暖工作。

3.2 康复指导

对于患者需要做好相应的康复护理和运动，康复运动对于患者的身体恢复有着重要的影响和意义。那么具体的运动内容为：①飞燕点水。先让患者选择俯卧位，并且将上肢伸直并向后伸，让其头背部抬起，又或者可以抬伸上肢上身以及双腿，并且让患者的脊柱位置能够向后方进行拉伸。在这过程当中，需要患者将身体抬起并进行吸气，随后呼气还原身体^[1]。②仰卧抱膝。可以让患者保持仰卧位或者双膝紧贴腹部进行屈伸，也可以适当的让臀部位置通过抬升而离开床垫，在这个过程当中需要控制好时间^[2]。③拱桥。先让患者保持仰卧位，并将双肘进行屈伸，同时，要对其膝部和髋部做好屈伸，并两足五点做好支撑工作，并用力挺腹，使身体呈现着拱桥状，并调整至最高位，时间保持在五秒钟，随后让身体复原^[3]。通过以上的锻炼形式，能够提升患者的腰部力量，并根据患者的实际年龄以及其脊柱的强硬度情况，并让其双手保持在胸部位置，将身体的支撑点控制在头以及双足，做好相应的锻炼^[4]。④旋腰蹬脚。先让患者保持仰卧位，先左下肢到髋膝部位进行屈曲，随后通过双手进行抱膝，并将左脚向右侧进行旋腰，在随后将左侧的位置进行展腿，完成以上一套动作之后再恢复原曲髋膝位，同时，足背要保持屈伸的状态，使得腿部伸直，随后恢复原状，两腿交替进行。⑤左右弓步。先保持直立状，左侧往前跨步，双手进行叉腰，随后进行压腿，使得双下期呈现着弓状，随后，引导患者进行转身并保持右弓步压腿^[5]。

3.3 饮食护理

患者在饮食过程当中要重视营养均衡，所选的食物要偏温性，不该应用生冷水，也可以适当的饮用低度酒，但是要控制饮用量，而对于葡萄类或者黄酒类，需要减少饮用总量。针对老年患者可能会出现肝脏亏损性的情况，就要少量食用牛肉、芝麻、蚕豆以及胡桃肉。由于风寒可能会引发肺炎疾病的患者需要在食谱中添加蚯蚓、海曼、白花蛇以及苍耳子

(下转第 171 页)

生物数量、大小、形状等相关信息,当前细菌直接计数法主要包括固相细胞计数(solidphase cytometry, SPC)法、流式细胞仪检测法(flow cytometry, FCM)细菌直接计数法运用中能够同时鉴定细菌性质与数量,具有较高的检测灵敏度。当前检测运用较为广泛,能够同时检测致病性沙门菌细菌总数、大肠埃希氏菌等。在对特定细胞统计方面具有较强的运用优势,在医疗器械检验中具有较强的运用优势,被应用于对不同细胞的检测。擦净血球计数板,加盖厚玻片。将稀释后的酵母菌悬液,置盖玻片边缘,促进菌液渗入,稍待片刻,保证酵母菌沉降至血球数室之中。计数过程中,若使用1_C格X2_C格,则按对角线位,选取4个中格酵母菌数。若规格为2_C格X1_C格,在4个对角方位外,选取中格80个小方格酵母菌数。在具体运用过程中,对样品进行过滤,结合存留微生物进行荧光标记,通过激光扫描仪达到鉴别目标。细菌直接计数法检测运用过程中能够快速检测生长速度慢的微生物能,检验实践可见,与平板计数法相比,具有较强的运用优势,检测速度较快^[5]。

3 结束语

为了更好地保证医疗器械的质量,应当加强对医疗器械的

微生物学检验,为此要求设置法定检验标准与检验方法,结合实际检验实践可见,当前细菌学检验方法运用较为常见。微生物学检验也逐渐被重视与运用,在临床检验中具有较强的运用价值。

参考文献

- [1] 燕娟,李颖,陈燕等.医疗机构实验室自制体外诊断试剂质量评价体系建立的探讨[J].中国药事,2023,37(07):764-771.
- [2] 冯婷.穿戴式自动体外除颤器可穿戴心电背心的性能指标与检验方法研究[J].医疗装备,2023,36(11):26-30.
- [3] 陈秀萍,唐苓峯.基于中医思维的清单管理对消毒供应室再生医疗器械质量管理的研究[J].中医药管理杂志,2023,31(11):148-150.
- [4] 刘凤林,陈洪忠,柴谦等.医疗器械注册质量管理体系核查中真实性核查方法的探讨[J].中国医疗器械杂志,2023,47(03):309-311.
- [5] 张明君,李小燕,顾金花等.2020年和2021年新疆口岸细菌过滤效率检验结果分析[J].中国卫生检验杂志,2023,33(08):929-931.

(上接第167页)

要做好有关健康教育指导工作,康复护理工作的开展需要患者以及患者家属对护理工作的配合,才能保证工作的顺利进行。健康教育工作的开展在一定程度上是让冠心病患者对疾病知识、治疗方法以及护理注意事项等各方面内容有基本了解,提升治疗依从性。减少阻力性因素对有关护理工作构成的干扰。同时也通过正向的信息告知来达到更强的心理支撑以及激励作用,避免消极信息以及负面情绪对患者构成的影响,提升其治疗康复的信心。

总而言之,冠心病患者中运用早期康复护理干预后,可以有效地提升患者心功能,提高患者生活质量,整体状况更为理想。

参考文献

- [1] 苏晓玲.早期康复护理干预对冠心病心律失常患者心功

能及生活质量的影响[J].中外医学研究,2022,20(5):118-121.

- [2] 李福英.个体化早期康复护理对老年冠心病患者运动耐力及心功能恢复的影响[J].医学食疗与健康,2022,20(16):88-91.
- [3] 刘延丽,钱静,赵晓霞.早期康复护理模式对冠心病介入术后预防深静脉血栓形成及预后的影响[J].血栓与止血学,2022,28(3):484-485.
- [4] 朱春梅.早期心脏康复护理在冠心病患者PCI术后的应用价值探讨[J].心血管病防治知识,2021,11(11):46-48.

表2:各组患者生活质量评分结果($\bar{x} \pm s$,分)

分组	活动能力	心理状态	自理能力	健康水平
观察组	88.29±3.14	87.65±4.29	85.79±3.51	87.02±4.52
对照组	76.98±2.56	78.08±3.65	77.62±2.45	80.87±3.28

注:两组对比, $p < 0.05$

(上接第168页)

等等,一旦出现咳嗽或者转侧疼痛时,可以适量的食用柚子、李子、桃仁以及西瓜等食物,由此达到活血理气的效果。

对于慢性腰肌劳损的患者进行护理的内容较多,护理人员需要从健康管理、运动锻炼、康复治疗以及饮食护理等多个角度出发,为患者提供优质化的综合护理。本研究中观察组(94.29%)明显高于对照组(77.71%),对比两组数据情况统计学意义产生。除此之外,研究组患者出现并发症明显低于对照组,不仅仅会给予和谐的医患提供更有利的条件,同时提升护理质量,真正达到一举多得的目的^[6]。

4 结束语

综上所述,针对慢性腰肌劳损患者采用综合护理干预的方式,能够提升护理效果,有最终的实验数据显示,患者对综合护理的满意度极高,值得在临床上大力推广和运用。

参考文献

- [1] 王萍.慢性腰肌劳损患者的临床综合优质护理体会[J].健康大视野2021年7期,158页,2021.
- [2] 陈芳.艾灸隔物联合封包治疗慢性腰肌劳损的社区护理体会[J].中文科技期刊数据库(全文版)医药卫生,2021(4):1.
- [3] 钟润芬,肖晓玲,尹旭辉,张亚男.火针治疗对慢性腰肌劳损患者腰酸症状的影响[J].中医临床研究,2022,14(12):110-113.
- [4] 钟润芬,肖晓玲,尹旭辉,等.火针治疗对慢性腰肌劳损患者腰酸症状的影响[J].中医临床研究,2022(012):014.
- [5] 赵立胜.温针推拿治疗慢性腰肌劳损临床观察[J].光明中医2021年36卷20期,3496-3498页,2021.DOI:10.3969/j.issn.1003-8914.2021.20.039.
- [6] 赵德宇,王正.棍点理筋正骨手法治疗慢性腰肌劳损临床疗效观察[J].中医药临床杂志,2021.DOI:10.16448/j.cjtc.2021.0544.