

颈椎病疼痛患者中运用疼痛护理的效果分析

黄文雯

青海省红十字医院泌尿疼痛科 810000

【摘要】目的 探讨颈椎病疼痛患者中运用疼痛护理的效果。方法 采集本院 2021 年 9 月至 2022 年 11 月期间接收的 92 例颈椎病疼痛患者，随机分为常规组与改良组各 46 例，常规组运用常规护理，改良组运用疼痛护理，分析各组护理操作后患者疾病恢复情况。结果 改良组在 PSQI、VAS 有关颈椎病恢复评分上，护理后改善程度明显多于常规组 ($p < 0.05$)；改良组护理满意度为 91.30%，常规组为 78.26% ($p < 0.05$)。结论 颈椎病疼痛患者中运用疼痛护理，可以有效的改善其颈椎病的疼痛度，有助于提升患者睡眠质量，减少疾病对患者生活的影响，患者护理满意度也相对更高。

【关键词】颈椎病疼痛；疼痛护理；效果

【中图分类号】R473

【文献标识码】A

【文章编号】1005-4596 (2023) 08-116-02

疼痛护理改善疼痛和睡眠问题，可以提高患者的生活质量，减少对日常生活的影响。通过疼痛护理的综合干预，可以促进颈椎病的康复进程，减少疼痛的持续时间和频率^[1]。通过提供个性化的护理方案和教育指导，患者可以更好地了解 and 参与自己的护理过程，增强对护理的满意度。通过有效的疼痛护理，可以减少患者对医疗资源的需求，降低医疗费用。本文采集 92 例颈椎病疼痛患者，分析运用疼痛护理后的效果，具体如下：

1 资料与方法

1.1 一般资料

采集本院 2021 年 9 月至 2022 年 11 月期间接收的 92 例颈椎病疼痛患者，随机分为常规组与改良组各 46 例。常规组中，男：女=27：19；年龄从 32~74 岁，平均 (47.29 ± 4.81) 岁；病程从 2~10 年，平均 (4.18 ± 1.71) 年；改良组中，男：女=24：22；年龄从 31~76 岁，平均 (45.13 ± 3.98) 岁；病程从 2~10 年，平均 (4.55 ± 1.24) 年；两组患者在基本年龄、性别、病程等信息上没有明显差异，有对比研究意义。

1.2 方法

常规组运用常规护理，改良组运用疼痛护理，具体如下：

(1) 评估疼痛程度：通过疼痛评估工具（如 VAS 评分）了解患者的疼痛程度，以便制定个性化的护理计划。(2) 提供舒适的环境：确保患者的床铺、枕头和座椅等设施符合人体工程学原理，减轻颈椎的压力，提供舒适的睡眠和休息环境。

(3) 体位调：指导患者采取正确的坐姿、站姿和躺姿，避免长时间保持同一姿势，减少颈椎的负担。(4) 运动疗法：指导患者进行适度的颈部运动，如颈椎伸展、旋转和屈曲等，以增强颈椎的稳定性和灵活性。(5) 热敷和冷敷：根据患者的疼痛程度和个人喜好，使用热敷或冷敷物来缓解颈椎疼痛，促进血液循环和肌肉松弛。(6) 按摩和理疗：通过按摩和理疗手法，缓解颈椎周围肌肉的紧张和疼痛，促进局部血液循环和淋巴排毒。(7) 药物治疗：根据医生的建议，给予患者适当的药物治疗，如非甾体抗炎药、镇痛药等，以减轻疼痛和炎症反应。(8) 心理支持：与患者进行心理沟通，了解其疼痛对生活 and 情绪的影响，提供情绪支持和心理疏导，帮助患者应对疼痛。(9) 教育指导：向患者提供关于颈椎病的相关知识，如正确的姿势、锻炼方法、预防措施等，帮助患者主动管理和预防疼痛。(10) 康复训练：根据患者的康复需求，制定个性化的康复训练计划，包括颈部肌肉强化、平衡训练和柔韧性训练等，以恢复颈椎功能和减轻疼痛。(11) 应用疼痛管理技术：如放松训练、呼吸控制、认知行为疗法等，帮助患者调整对疼痛的认知和应对方式，减轻疼痛感受。(12)

应用辅助器具：如颈托、颈枕、颈椎牵引器等，可以提供颈椎的支撑和稳定，减轻疼痛和压力。(13) 饮食调理：指导患者合理饮食，摄入富含维生素、矿物质和抗氧化剂的食物，有助于减轻炎症反应和促进颈椎的修复。(14) 应用物理疗法：如电疗、超声波、磁疗等，可以通过改善血液循环和促进组织修复，减轻颈椎疼痛。(15) 针灸和中医理疗：通过针刺和中药疗法，调整患者的气血平衡和脏腑功能，缓解颈椎疼痛。(16) 应用瑜伽和伸展运动：通过瑜伽和伸展运动，可以增强颈椎周围肌肉的柔韧性和力量，减轻疼痛和改善姿势。(17) 应用心理疗法：如认知行为疗法、放松训练等，帮助患者调整对疼痛的情绪和心理状态，减轻疼痛感受。

1.3 评估观察

分析各组护理操作后患者疾病恢复情况。观察患者 PSQI（匹兹堡睡眠质量指数）、VAS（视觉模拟评分）有关颈椎病恢复评分。同时观察患者护理满意度，很满意与基本满意的比之和为护理满意度。

1.4 统计学分析

数据运用 spss22.0 软件处理，计数资料使用 $n(\%)$ 表示，采用卡方检验，计量资料运用 $(\bar{x} \pm s)$ 表示，采用 t 检验， $P < 0.05$ 具备统计学意义。

2 结果

2.1 各组患者 PSQI、VAS 评分情况

见表 1，改良组在 PSQI、VAS 有关颈椎病恢复评分上，护理后改善程度明显多于常规组 ($p < 0.05$)。

表 1：各组患者 PSQI、VAS 评分结果 ($\bar{x} \pm s$)

分组	PSQI (分)	VAS (分)
改良组	8.42±1.64	2.85±0.97
常规组	11.78±2.43	4.73±1.16

注：两组对比， $p < 0.05$

2.2 患者护理满意度情况

见表 2 所示，改良组护理满意度为 91.30%，常规组为 78.26% ($p < 0.05$)。

表 2：患者护理满意度评估结果 $[n(\%)]$

分组	n	很满意	基本满意	不满意	护理总满意度
改良组	46	31 (67.39)	11 (23.91)	4 (8.70)	91.30%
常规组	46	22 (47.83)	14 (30.43)	10 (21.74)	78.26%

注：两组对比， $p < 0.05$

3 讨论

运用疼痛护理可以发挥改善 PSQI 和 VAS 等相关指标，提升患者护理满意度的作用。其原理主要包括以下几个方面：

(下转第 119 页)

在医疗行业中广泛应用^[4]。特别是婴幼儿无良好的免疫力,进行预防接种能够确保健康。根据相关标准预防接种对于接种人员和单位均存在一定的规定。主要是对传染病征的产生以及流行进行控制预防,在实践过程中能够看出进行疫苗接种后会产生不适反应,主要表现为温度 38.5 摄氏度以下,持续时间 1~2 日^[5]。就目前而言,预防接种主要对儿童进行,从而增加了摄取工作的困难程度。常规护理并未对此种对象特殊性充分意识到,缺少接种后管理,进而提升了不良反应发生率,降低了护理质量管理。无缝隙护理管理对于以往的工作瑕疵进行调整,确定管理制度,清楚流程,具有良好的落实情况。然而在无缝隙护理管理方案进行时需要护理人员具有专业素养。为此,对于无缝隙护理管理制度落实过程中需要创设监督制度,反馈和改善相关问题,进而优化护理管理质量,顺利实施接种工作^[6]。同时在注射过程中选择正确体位,能够将注射位置硬结发生率降低。通常情况下,儿童对于注射具有恐惧情绪,注射过程中会大哭,因此会产生肌肉僵感,从而出现针头脱出,注射位置产生变化。因此社区医院对注射室可进行布置,将儿童喜欢的动画或者漫画张贴在墙上,将玩具摆放,注射过程中可通过讲故事或者哄将其注意力转移,将其戒备心理消除。接种后及时予以电话回访,对儿童注射情况进行了解,并且对家长对于接种知识熟知情况进行了解,而后予以健康指导。

本文通过结果表 1、表 2、表 3 显示,观察组进行无缝

表 3: 对比两组护理管理质量 ($\bar{x} \pm s$, 分)

组别	例数	服务态度	操作技术	文书写作	宣传专业
观察组	45	23.10±1.32	22.36±1.24	23.16±1.33	23.44±0.36
对照组	45	17.63±1.55	18.36±1.36	19.27±1.44	19.17±1.43
t		18.0233	14.5796	13.3121	19.4247
P		0.0000	0.0000	0.0000	0.0000

(上接第 116 页)

通过采取疼痛管理措施,如热敷、冷敷、按摩、药物治疗等^[2],可以减轻颈椎疼痛,改善患者的疼痛感受,从而提高 PSQI 和 VAS 指标。颈椎病疼痛常常影响患者的睡眠质量。通过提供舒适的睡眠环境、指导正确的睡眠姿势和使用合适的枕头,以及采取疼痛缓解措施,可以减少患者的睡眠障碍^[3],改善 PSQI 指标。颈椎病疼痛会对患者的情绪和心理状态产生负面影响。通过与患者进行心理沟通、提供情绪支持和心理疏导,可以减轻患者的焦虑和抑郁情绪,提高患者对护理的满意度。通过指导患者进行适当的颈部运动和康复训练,可以增强颈椎的稳定性和灵活性,减轻疼痛感受,改善 VAS 指标。

总而言之,疼痛护理在颈椎病疼痛患者中发挥改善

(上接第 117 页)

落,护士需要正确固定留置针,使用透明敷料或胶布进行固定,并定期检查固定情况。有些患者可能会感到不适或疼痛,特别是在留置针插入或输液过程中。护士需要及时关注患者的反应,提供适当的疼痛缓解措施,如冰敷、局部麻醉等。为防控和处理这些问题,护士可以采取以下措施:遵循相关的操作规范和护理指南,确保无菌操作和留置针的正确使用。定期检查留置针周围的情况,观察是否有感染、血栓形成等异常情况。提供患者教育,告知患者留置针的使用目的、注意事项和可能的不适反应。加强团队协作,与医生和其他护理团队成员密切合作,共同解决留置针相关问题。定期进行

隙护理管理后,不良反应发生率(8.88%)显著低于对照组(26.66%);家长满意度(93.33%)显著优于对照组(77.78%),服务态度、操作技术、文书写作和宣传专业度评分高于对照组,两组数据进行统计比较后差异有统计学意义($P < 0.05$)。

综上所述,进行社区预防接种过程中选择无缝隙护理管理可将不良反应发生率降低,将家长对于服务满意度提升,进而对护理管理质量优化,同时可确保儿童身心健康,临床应用价值显著。

参考文献

- [1] 鲍伟,刘宏新,张莉,王自明.社区预防接种中的无缝隙流程化管理模式应用价值[J].中国社区医师,2021,37(29):180-181.
- [2] 李爱春.精细化护理在社区儿童预防接种中的应用效果[J].继续医学教育,2021,35(07):105-106.
- [3] 王凡.无缝隙护理管理在社区预防接种中的应用[J].中国卫生产业,2020,17(20):18-20.
- [4] 张红.护理干预在社区小儿预防接种工作中的效果[J].当代护士(中旬刊),2020,27(07):97-100.
- [5] 涂帆.社区开展预防接种与儿童保健健康教育的重要性分析[J].中国社区医师,2020,36(13):180-181.
- [6] 孙莎莎.无缝隙护理管理在社区预防接种中的应用[J].中国城乡企业卫生,2020,35(04):145-146.

PSQI、VAS 指标和提升患者护理满意度的作用,通过疼痛缓解、改善睡眠质量、心理支持和康复训练等多方面的干预,带来多重价值。

参考文献

- [1] 叶宏莲,范铭生,许珊.疼痛护理在颈椎病患者护理中的效果及其对睡眠质量的影响分析[J].中国医药指南,2023,21(22):152-155.
- [2] 陈立燕.疼痛护理在颈椎病患者中的应用效果分析[J].中国社区医师,2023,39(09):125-127.
- [3] 李香香,邹素段.中医针对性疼痛护理联合中医定向透药治疗仪在颈椎病患者中的应用[J].中西医结合护理(中英文),2022,8(11):46-49.

留置针的评估和更换,避免长时间留置导致并发症的发生。

总而言之,心内科护理中运用静脉留置针,可以有效的提升患者生活自理能力,提高患者护理满意度,整体情况更好。

参考文献

- [1] 张白鹤.静脉留置针在心内科的临床应用效果及护理措施[J].医学信息,2022,35(z1):179-180,184.
- [2] 薛妮妮.护理干预在心内科患者使用静脉留置针中的应用[J].健康必读,2021(1):161.
- [3] 倪萍,王沛艳.静脉留置针在心内科的临床应用效果及护理措施研究[J].健康必读,2023(1):181-182.