

# 腰椎间盘突出症患者护理中运用康复护理后的效果分析

张飞洪

文山市人民医院 663099

〔摘要〕目的 探讨腰椎间盘突出症患者护理中运用康复护理后的效果。方法 收集本院 2021 年 8 月至 2023 年 5 月期间接收的 112 例腰椎间盘突出症患者，依据情况需求分为传统组与康复组各 56 例，传统组运用常规护理，康复组运用康复护理，分析各组处理后患者疼痛评分、腰椎间盘突出功能评分情况。结果 康复组在术后 6 周的 VAS 评分上，康复组明显少于传统组 ( $p < 0.05$ )；康复组在术后 6 周的腰椎间盘突出功能评分上，康复组明显高于传统组 ( $p < 0.05$ )。结论 腰椎间盘突出症患者护理中运用康复护理，可以有效地减少患者疼痛程度，同时有效的提升其腰椎间盘突出功能水平，整体恢复情况更好。

〔关键词〕腰椎间盘突出症；康复护理；效果

〔中图分类号〕R473 〔文献标识码〕A 〔文章编号〕2095-7165 (2024) 01-113-02

在腰椎间盘突出症患者护理中，因为康复护理注重个性化护理计划、综合治疗方法、功能训练、疼痛管理和教育宣教等方面的综合应用，以满足患者的康复需求，提供更精准和全面的护理支持。由此康复护理相比常规护理在腰椎间盘突出症患者的护理中可以更好地减少疼痛感、提升腰椎间盘突出功能和改善整体状况。本文采集 112 例腰椎间盘突出症患者，分析运用康复护理后的效果，具体如下：

## 1 资料与方法

### 1.1 一般资料

收集本院 2021 年 8 月至 2023 年 5 月期间接收的 112 例腰椎间盘突出症患者，依据情况需求分为传统组与康复组各 56 例，传统组中，男：女=34：21；年龄从 21~62 岁，平均  $(45.29 \pm 4.71)$  岁；康复组中，男：女=32：25；年龄从 22~65 岁，平均  $(44.87 \pm 4.43)$  岁；两组患者在基本年龄、性别与病情等信息上没有明显差异，有对比研究意义。

### 1.2 方法

传统组运用常规护理，康复组运用康复护理，具体如下：

(1) 评估和监测：护士需要对患者进行全面的评估，包括疼痛程度、神经功能、肌力和活动能力等方面的评估。同时，护士还需监测患者的病情变化和康复进展。(2) 疼痛管理：护士需要根据患者的疼痛程度和个体差异，制定合理的疼痛管理方案。这可能包括使用药物治疗、物理疗法（如热敷、冷敷、电疗等）和心理支持等。(3) 功能训练：护士需要根据患者的康复需求，制定个性化的功能训练计划。这可能包括肌力训练、平衡训练、柔韧性训练和日常生活技能训练等。(4) 活动指导：护士需要向患者提供正确的姿势和体位指导，以减少腰椎间盘的压力和损伤。同时，护士还需教育患者正确的体力活动和运动方式，以促进康复和预防复发。(5) 心理支持：腰椎间盘突出症患者常常伴有焦虑、抑郁和睡眠障碍等心理问题。护士需要提供情绪支持和心理教育，帮助患者应对心理困扰，提高康复效果。(6) 家庭指导：护士需要向患者的家人提供相关的护理指导，包括正确的护理技巧、康复训练方法和病情观察等。这有助于家人更好地支持患者的康复过程。(7) 防止并发症：护士需要密切监测患者的病情，及时发现并处理可能的并发症，如感染、深静脉血栓形成等。(8) 康复设备的使用：护士需要指导患者正确使用康复设备，如腰托、腰带、支具等，以提供支撑和稳定，减轻腰椎间盘

的压力。(9) 教育和宣教：护士需要向患者提供相关的健康教育和宣教，包括腰椎保护知识、正确的姿势和体位、合理的体力活动和运动方式等，以帮助患者预防复发和促进康复。

(10) 康复计划的制定和调整：护士需要与康复团队合作，制定个性化的康复计划，并根据患者的康复进展和病情变化，及时调整康复计划，以达到最佳的康复效果。(11) 定期复诊和随访：护士需要与患者建立良好的沟通和信任关系，定期进行复诊和随访，了解患者的康复情况和需求，及时解答疑问和提供支持。(12) 社会支持和资源安排：护士可以协助患者寻找社会支持和康复资源，如康复中心、物理治疗师、心理咨询师等，以提供全方位的康复护理。

### 1.3 评估观察

分析各组处理后患者疼痛评分、腰椎间盘突出功能评分情况。疼痛评分主要运用 VAS 评分，评分越低情况越好。腰椎间盘突出功能主要运用 JOA 量表评分，评分越高情况越好。

### 1.4 统计学分析

数据运用 spss22.0 软件处理，计数  $n(\%)$  表示， $\chi^2$  检验，计量 ( $\bar{x} \pm s$ ) 表示，t 检验， $P < 0.05$  为存在统计学意义。

## 2 结果

### 2.1 各组患者 VAS 评分情况

见表 1，康复组在术后 6 周的 VAS 评分上，康复组明显少于传统组 ( $p < 0.05$ )。

表 1 各组患者 VAS 评分结果 ( $\bar{x} \pm s$ , 分)

分组	术后 1 周	术后 3 周	术后 6 周
康复组	$5.28 \pm 0.98$	$4.57 \pm 1.28$	$2.67 \pm 1.49^*$
传统组	$5.34 \pm 1.17$	$4.92 \pm 1.45$	$4.51 \pm 1.75$

注：两组对比，\* $p < 0.05$

### 2.2 各组患者腰椎间盘突出功能评分情况

见表 2，康复组在术后 6 周的腰椎间盘突出功能评分上，康复组明显高于传统组 ( $p < 0.05$ )。

表 2 各组患者腰椎间盘突出功能评分结果 ( $\bar{x} \pm s$ , 分)

分组	术后 1 周	术后 3 周	术后 6 周
康复组	$10.54 \pm 2.47$	$11.43 \pm 4.52$	$17.85 \pm 3.52^*$
传统组	$10.38 \pm 3.56$	$11.58 \pm 4.71$	$13.04 \pm 4.25$

注：两组对比，\* $p < 0.05$

## 3 讨论

(下转第 116 页)

表 1 比较两组患者的护理质量 ( $\bar{x} \pm s$ , 分)

组别	例数	护理操作步骤	护理服务态度	病房环境	健康教育	康复锻炼的效果
观察组	60	88.34±5.27	92.15±4.12	89.55±5.11	91.44±5.43	90.37±4.19
对照组	60	70.49±3.62	74.33±2.18	73.18±4.41	75.22±4.21	78.55±3.34
t	--	21.625	29.613	18.785	18.285	17.086
P	--	0.000	0.000	0.000	0.000	0.000

表 2 比较两组患者的护理满意度 (n%)

组别	例数	十分满意	满意	不满意	护理满意度
观察组	60	57	3	0	60 (100.00)
对照组	60	50	4	6	54 (90.00)
$\chi^2$	--	--	--	--	6.315
P	--	--	--	--	0.011

### 3 讨论

骨科患者常常因骨科创伤而就医，且还伴有剧烈疼痛，同时也面临康复周期较长的挑战。在治疗期间，这些患者常常感到焦虑和烦躁，情绪较为负面。因此，骨科病房的护理服务变得更加复杂，极易出现患者对护理服务不满的情况。为了提高骨科护理质量并增加患者满意度，应更加重视骨科护理服务，并将以人为本的护理理念融入其中<sup>[1]</sup>。

人性化护理在骨科病房中对护理质量和患者满意度有着显著的影响效果。首先，人性化护理可以提高护理质量。人性化护理注重关注患者的需求和感受，提供个性化的护理服务。这种护理方式可以增强患者的参与感和满意度，提高康复效果。例如，通过与患者建立良好的沟通和信任关系，护士可以更好地了解患者的病情和需求，从而提供更贴心的护理服务。此外，人性化护理还注重疼痛管理、预防感染等方面的护理措施，有效提高了护理质量。其次，人性化护理可以提高患

者对护理的满意度。在骨科病房中，患者往往需要长时间的康复治疗，身体和心理上都面临一定的困扰。人性化护理能够关注患者的情感需求，提供温暖和关怀，增强患者的满意度。例如，护士可以定期与患者进行心理交流，鼓励患者积极面对康复过程中的困难和挑战，从而提高患者的心理健康水平。此外，人性化护理还注重提供舒适的治疗环境和个性化的护理计划，满足患者的个体差异和需求，提高患者的满意度<sup>[2]</sup>。

本次研究获取结果显示，相较于对照组，观察组护理质量评分显著高于对照组，差异有统计学意义 ( $P < 0.05$ )；对比分析后，观察组护理满意度明显高于对照组，差异有统计学意义 ( $P < 0.05$ )。就此作出分析，人性化护理具有较高的临床价值。

综上所述，人性化护理对骨科病房的护理质量和患者满意度有着显著的影响效果。在实践中，护士应注重与患者建立良好的沟通和信任关系，关注患者的情感需求，提供个性化的护理服务。

#### [参考文献]

- [1] 王欣, 高延敏. 人性化护理模式在骨外科病房护理管理中的应用探析[J]. 中国农村卫生, 2020, 12(14):15.
- [2] 元莹莹. 人性化护理干预模式在骨外科病房护理中的应用[J]. 中国社区医师, 2019, 35(18):136+139.

(上接第 113 页)

康复护理在腰椎间盘突出症患者的护理中相比常规护理可以更好地减少疼痛感、提升腰椎间盘功能和改善整体状况的原因和原理如下：康复护理注重个体化的护理计划，根据患者的具体情况和康复需求，制定针对性的康复方案<sup>[1]</sup>。这样可以更好地满足患者的康复需求，提供更精准的护理支持。运用多种治疗方法，如物理疗法、运动疗法、药物治疗和心理支持等。这些综合治疗方法可以从不同方面促进康复，减轻疼痛、恢复功能和改善整体状况。注重功能训练，包括肌力训练、平衡训练和柔韧性训练等<sup>[2]</sup>。通过这些训练，可以增强腰椎周围肌肉的力量和稳定性，减轻腰椎间盘的负担，提升腰椎间盘的功能。在疼痛管理方面更加细致和个体化。护士可以根据患者的疼痛程度和个体差异，制定合理的疼痛管理方案，包括药物治疗、物理疗法和心理支持等<sup>[3]</sup>。这样可以更好地减轻患者的疼痛感，提升康复效果。注重向患者提供相关的健康教育和宣教，包括腰椎保护知识、正确的姿

势和体位、合理的体力活动和运动方式等。通过教育和宣教，可以帮助患者更好地理解和掌握康复知识和技巧，主动参与康复过程，提升整体状况。

综上所述，康复护理在腰椎间盘突出症患者的护理中起着重要的作用。通过评估和监测、疼痛管理、功能训练、活动指导、心理支持和家庭指导等多方面的护理内容和方法，可以帮助患者减轻疼痛、恢复功能、提高生活质量。

#### [参考文献]

- [1] 陈丽芳, 张荣荣. 阶梯式康复护理模式对腰椎间盘突出术后患者生活质量的影响观察[J]. 西藏医药, 2023, 44(2):124-125.
- [2] 裴玲玲, 卢明. 艾灸联合康复护理在腰椎间盘突出症中的应用[J]. 实用中医内科杂志, 2023, 37(5):105-107.
- [3] 颜婷, 陈晓旭, 江泓, 等. 针灸、推拿联合康复护理对腰椎间盘突出症患者临床效果的影响[J]. 现代医学与健康研究(电子版), 2023, 7(1):110-113.

(上接第 114 页)

够站在产妇的角度，为她们提供生理心理所需的护理服务，由此提升产妇的产后生活质量，建立良好的护患关系，提高护理水平，提升患者对于护理的满意度。

### 4 结语

综上所述，延伸护理在产后康复里有着较高的应用价值，能够明显提高产妇对于产后护理的满意度，值得在临床进行推广应用。

#### [参考文献]

- [1] 李宏霞. 产后盆底康复护理在女性盆底功能障碍中的应用价值[J]. 人人健康, 2022 (19) : 96-98.
- [2] 郭红超. 产后康复护理在初产妇产后盆底功能恢复中的应用价值分析[J]. 四川解剖学杂志, 2020, 28 (02) : 96-97.
- [3] 马生红. 延伸护理在产后康复护理中的应用分析[J]. 中外女性健康研究, 2021 (16) : 70-71.