

中医康复护理对腰椎间盘突出症患者 康复效果及满意度的改善分析

叶新梅, 赵春芳

新疆生产建设兵团第十三师火箭医院, 新疆 哈密 839000

摘要: 目的 分析中医康复护理对腰椎间盘突出症患者康复效果及满意度的改善。方法 将我院2019年至2022三年间收治的92例腰椎间盘突出症患者作为研究对象, 随机分两组, 观察组接受中医康复护理, 对照组接受常规护理, 对比两组护理效果。结果 观察组患者恢复情况优于对照组, 且满意度高。结论 中医康复护理对腰椎间盘突出症患者康复效果显著, 提升护理质量, 值得关注。

关键词: 中医康复护理; 腰椎间盘突出症; 满意度

Improvement Analysis of Rehabilitation Effect and Satisfaction of patients with Lumbar Disc Herniation by TCM Rehabilitation Nursing

Ye Xinmei, Zhao Chunfang

Rocket Hospital of the 13th Division of Xinjiang Production and Construction Corps, Xinjiang, Hami 839000

Abstract: Objective To analyze the improvement of Chinese medicine rehabilitation nursing on the rehabilitation effect and satisfaction of patients with lumbar intervertebral disc herniation. Methods 92 patients with lumbar intervertebral disc herniation admitted to our hospital during the three-year period from 2019 to 2022 were taken as the research subjects, randomly divided into two groups. The observation group received traditional Chinese medicine rehabilitation nursing, and the control group received conventional nursing, comparing the nursing effects of the two groups. Results The recovery of patients in the observation group was better than that of the control group, and the degree of satisfaction was high. Conclusion Chinese medicine rehabilitation nursing on lumbar disc herniation patients has remarkable recovery effect, improve the quality of care, and is worthy of attention.

Key words: Chinese medicine rehabilitation nursing; lumbar intervertebral disc herniation; satisfaction

引言

腰椎间盘突出症是指椎间盘发生退行性变性或受外力作用, 导致椎间盘向后或向侧后突出, 并压迫或刺激椎间隙内或周围的神经根或神经丛, 引起相应的神经症状的一种疾病。椎间盘是由中央的明胶样物质、周边的纤维环和上下面板组成, 具有缓冲和支撑作用。当椎间盘发生退行性变性时, 纤维环弹性减弱, 易受压迫挤压, 导致椎间盘向外突出, 压迫周围的神经根或神经丛, 引起相应的神经症状。腰椎间盘突出症的病因包括内因和外因。内因主要是椎间盘本身的变性、老化、萎缩等, 而外因则包括脊柱的异常反复运动、错误的姿势、劳动过度、长时间保持单一姿势等。而中医康复护理的基本理论是基于中医理论的康复理论和方法, 主要包括阴阳、五行、气血、经络等理论。中医认为, 腰椎间盘突出症是由于肝肾不足、脾虚湿重、痰浊内蕴等方面的原因所致, 导致气血瘀阻、经络不通, 从而引起腰部疼痛、酸胀等症状。因此, 中医康复护理的基本理论是通过调整人体阴阳平衡、恢复五行平衡、调理气血、畅通经络等方面来达到康复的目的。本研究将以中医康复护理为主要手段, 综合运用其他治疗手段, 对腰椎间盘突出症患者的康复效果和满意度进行研究, 以期能够为临床护理提供新的思路和方法。

一、一般资料与方法

(一) 一般资料

将我院2019年至2022三年间收治的92例腰椎间盘突出症患者作为研究对象, 随机分两组, 其中女性43例, 男性49例, 年龄

在35岁至65岁之间, 平均(49.37 ± 2.59)岁, 对比两组一般资料无明显差异, 可比。

(二) 方法

1. 对照组患者接受常规康复护理干预, 包括评估患者整体情况, 制定康复计划, 每日定时查房等常规工作。

2.观察组患者接受中医康复护理干预,详情如下:(1)心理护理;情绪的稳定和良好可以促进病患的康复,反之情绪的不稳定和恶劣会对治疗产生负面的影响。治疗过程中病患经常感到焦虑、害怕、疑惑或者沮丧,这些情绪的存在容易引发并加剧病患的病情。因此,心理护理在病患的复原过程中是至关重要的。密切关注患者的情绪变化是心理护理的首要任务。护理人员可以通过与病患的沟通和观察病患的行为,来判断病患是否存在情绪方面的问题。如果发现异常,护理人员应该及时进行单独会谈,并记录病情变化,与医生和其他护理人员沟通,进行相应的干预。同时,护理人员应该尊重患者的看法和感受,为病患提供情感支持,增强病患的自信心和自尊心。护理人员需要以不同的方式和语气与病患进行交流,让患者感受到护士的关注和呵护,并帮助病患减少焦虑和不安情绪。

(2)给予牵引治疗;牵引治疗是通过改变患者的体位,利用重力牵引力或机械装置产生的牵引力,从而改善局部组织循环和代谢,缓解疼痛,改善患者的功能状态。医护人员需要根据患者的病情和身体状况,选择合适的牵引器材,如重力牵引器、机械牵引器等。按照患者所能接受的程度,调整牵引重量,每次牵引时间不超过30分钟。在牵引治疗过程中,医护人员需要不断观察患者的症状和体征变化,随时调整牵引力大小和牵引时间,同时,需要保持患者的情绪稳定,安抚患者情绪,避免过度紧张和焦虑。此外,护理人员需教导患者严格按照牵引治疗操作规范实施,保证治疗效果。

(3)给予针灸治疗;以刺激人体穴位为主要措施,调整机体的阴阳平衡,调节经络气血,从而达到预防和治疗疾病的目的。在针灸治疗中,穴位的选择十分关键。因此,在针灸治疗中,医护人员需要根据患者的病情和体质,进行针灸穴位的选择和组合,以达到最好的治疗效果。在针灸治疗中,消毒十分重要。由于针灸是一种创伤性的治疗方式,必须在施针前对患者需要施针的位置进行消毒处理,以避免感染等不良后果。同时,合理选择针刺方式,注意消毒和避免出血等处理,以达到最好的治疗效果。

(4)给予中药熏蒸治疗;通过将中药熏蒸在人体上,让中药

的挥发成分穿透皮肤、经络进入人体内部,起到缓解疼痛、调理气血、舒筋活络的作用。医护人员应该根据患者的实际身体情况综合选用具有活血化瘀、行气止痛、温通经络的中药进行熏蒸。

(5)给予推拿治疗;在操作前,应先做好患者的观察、询问、诊断等工作,判断患者的病情、身体状况和对康复护理的适应性。同时,要为患者做好安全的准备工作,如消毒、清洁治疗区域,避免感染等。通过按摩、揉捏等手法在腰部患处施加适当的力量,以舒缓肌肉、舒筋活络、调理气血的作用。在推拿过程中,应使用适当的力度和节奏进行按摩,避免使用过度力量导致患者疼痛或损伤。按摩手法应从轻到重、由表及里,以达到渐进康复的效果。

(6)日常生活护理;长时间的坐着或站着会造成身体的不适,如腰部僵硬和疼痛,因此,护理人员需要引导患者定时进行活动,适当休息。不正确的姿势会增加脊柱的负担,因此,患者需要学习正确的姿势,如保持直立的姿势、双腿张开并松弛、双膝微曲,以减轻脊柱的负担。在腰痛急性发作期,患者需要注意休息。护理人员可以建议选择患者硬板床进行休息,因为硬板床可以更好地支撑脊柱。在转身时,需要保持身体动作协调,避免扭伤腰部,因此需要保持平稳。在疼痛缓解后,可以适当佩戴腰围进行保护,但使用时间不宜过长。

(三)观察指标

(1)采用SF-36量表评估患者护理后生理、心理状况。

(2)采用视觉模拟评分量表(VAS)和JOA评分评估患者疼痛情况和恢复情况。

(四)统计学方法

采用SPSS20.0软件进行数据分析与处理,采用 $(\bar{X} \pm s)$ 表示计量资料,t检验;使用[n(%)]表示计数资料, χ^2 检验, $p < 0.05$ 。

二、结果

(一)两组SF-36评分比较

观察组患者各方面恢复情况优于对照组, $p < 0.05$ 。详见表1。

表1 两组SF-36评分比较 $[\bar{X} \pm s, \text{分}]$

组别	例数	生理功能	情感功能	社会功能	生活活力	角色功能	精神健康
观察组	46	92.21 ± 7.83	92.28 ± 7.24	90.67 ± 7.73	91.55 ± 7.55	92.43 ± 7.61	91.58 ± 7.44
对照组	46	82.55 ± 6.54	81.96 ± 6.72	81.34 ± 6.59	82.08 ± 6.33	82.37 ± 6.46	81.73 ± 6.63
t	-	6.422	7.086	6.296	6.519	6.835	6.704
p	-	<0.01	<0.01	<0.01	<0.01	<0.01	<0.01

(二)两组VAS评分、JOA评分比较

观察组患者疼痛改善状况和恢复情况优于对照组, $p < 0.05$,详见表2。

表2 两组VAS评分、JOA评分比较 $[\bar{X} \pm s, \text{分}]$

组别	例数	VAS评分		JOA评分	
		干预前	干预后	干预前	干预后
观察组	46	6.44 ± 2.55	1.44 ± 0.63	7.81 ± 2.37	23.22 ± 4.03
对照组	46	6.51 ± 2.66	2.13 ± 0.95	7.34 ± 2.62	16.13 ± 3.75
t		0.129	4.105	0.902	8.735
p		>0.05	<0.01	>0.05	<0.01

(三)两组护理满意度比较

观察组患者护理满意度高于对照组, $p < 0.05$ 。详见表3。

表3 两组护理满意度比较[例(%)]

组别	例数	满意	基本满意	不满意	总满意度
观察组	46	39 (84.78)	5 (10.86)	2 (4.34)	44 (95.65)
对照组	46	31 (67.39)	7 (15.21)	8 (17.39)	38 (82.60)
χ^2	-	-	-	-	4.050
p	-	-	-	-	<0.01

三、讨论

腰椎间盘突出症，简称腰椎突出或腰椎间盘突出，是指椎间盘里的黏液样物质突破其纤维环，向后或向侧突出，压迫神经根或脊髓，引起临床症状的一种疾病。腰椎间盘突出症年轻化、多发化趋势明显，是目前临床常见的一种慢性疾病，也是椎间盘退行性变的主要病因之一。腰椎间盘突出症的发生与日常生活和年龄有关。长时间的不良姿势、劳动强度大、肥胖、腰部劳损、脊柱畸形等因素都可能导致腰椎间盘突出症。此外，椎间盘疾病还可能是家族遗传、退行性变等原因引起的。该疾病的主要表现是腰痛和放射痛。腰痛通常是突然发生的，强度很大，可能会持续几周或几个月。放射痛通过臀部和腿部向下扩散到足部，可能会引起麻木、刺痛等症状。严重的腰椎间盘突出症会影响到膀胱和直肠的功能。总之，腰椎间盘突出症是一种常见的脊柱疾病，其治疗难度较大，需要综合运用中医康复护理等多种手段进行治疗。

中医康复护理的基本理论是以中医学原理为基础，结合现代康复医学理论和技术，运用中医学的方法和手段，达到康复治疗 and 护理的目的。中医康复护理注重整体观念，强调人与自然环境的和谐统一，追求人体内外的平衡，以促进机体自愈能力的提高。中医康复护理的另一个基本理论是气血理论。中医认为气血是维持人体正常生理功能的重要物质基础，气负责运行，血负责营养。气血的流通不畅会导致疾病的发生，中医康复护理通过调理气血运行，促进病变部位的康复。同时，中医康复护理还侧重于经络理论。中医认为经络是人体内部气血和信息传递的通道，是人体生理功能的基础。当经络出现阻塞或不畅时，会导致疾病的发生。中医康复护理通过调理经络的畅通，促进身体康复。此外，中医康复护理的基本理论之一是辨证论治。中医认为疾病的发生是多种因素综合作用的结果，不同的人、不同的病症需要采取不同的治疗方法。中医康复护理根据患者的具体情况进行辨证施治，既注重对病因的探求，又注重病理的辩证，以达到康复治疗的目的。

中医康复护理作为一种综合性的康复方式，在腰椎间盘突出症患者康复中具有重要的作用。由于该疾病的主要症状之一是剧烈的腰痛和下肢疼痛。而中医康复护理以中医理论为指导，对患者进行针灸、推拿和艾灸等治疗，可以有效地缓解疼痛。针灸作为一种传统的中医治疗方法，通过刺激穴位，调节人体的气血和脏腑功能，从而达到缓解疼痛的作用。推拿则采用手法按摩、揉捏和摆动等手段，可以促进气血循环、缓解肌肉痉挛，从而减轻疼痛。艾灸则是用艾条燃烧对患者的穴位进行加热刺激，可以促进身体的气血运行、消除寒湿等病因，从而缓解疼痛。结合上文的表2也可以发现，中医康复护理对患者的疼痛缓解效果显著，不仅可以减轻患者的痛苦，还可以提高其生活质量。该疾病不仅会导致疼痛，还会影响患者的功能恢复。而中医康复护理以中医理论为基础，采用针灸、拔罐和物理治疗等方法，可以促进患者的功能恢复。针灸、拔罐等方法可以促进疼痛部位的血液循环，缓解肌肉的痉挛和硬化，从而有利于患者的功能恢复。物理治疗则

包括牵引治疗、康复训练等，可以帮助患者恢复肌肉力量、增强关节灵活性，从而促进其功能的恢复。通过综合锻炼患者腰椎功能，能够帮助患者恢复正常的生活和工作能力。此外，由于受到病痛的影响，患者容易产生消极的心理。而中医康复护理注重综合治疗。通过运用中医学的理论和方法，结合现代康复医学技术，中医康复护理能够综合考虑患者的身体、心理和社会环境等因素，制定个体化的康复治疗方。这种综合性的治疗方法能够全面提高患者的康复效果，从而增强患者的满意度。同时，中医康复护理强调治疗过程中的人文关怀。中医康复护理注重与患者的沟通和交流，关注患者的需求和感受，给予患者关怀和支持。医护人员通过亲切的态度、细致的护理和耐心的解答，让患者感到被尊重和被关心，从而增强患者的康复信心和满意度。并且，中医认为每个人的身体状况和病情都有所不同，因此，在康复治疗过程中，中医康复护理依据患者的具体情况进行个体化的治疗。通过精确的辨证施治，针对性地调整治疗方案，中医康复护理能够更好地满足患者的康复需求，提高康复效果和满意度。最后，中医康复护理注重疾病的预防和健康的保持。中医康复护理不仅关注患者的康复治疗，还注重预防疾病的发生和保持身体的健康。通过合理的饮食调理、良好的作息习惯、适度的运动等方法，中医康复护理能够帮助患者提高免疫力和自我康复能力，减少疾病的复发和进展，进一步提升患者的康复满意度。

综上所述，中医康复护理的应用对腰椎间盘突出症患者康复效果显著，通过综合治疗、人文关怀，以及疾病的预防和健康的保持等方面，能够显著提高患者的康复满意度。此外，中医以自然疗法为主的治疗方法，也避免了患者体内对药物依赖性的产生，减少了不良反应的风险，提高了治疗的安全性和可接受性，进一步增强了患者的康复满意度和护理质量。

参考文献:

- [1] 袁军丽, 马民, 崔快. 中药蜡疗结合康复护理对气滞血瘀型腰椎间盘突出症患者腰椎功能的影响 [J]. 中国校医, 2022, 36(06): 439-441+472.
- [2] 冯小翠, 郭建卫. 阶段式康复护理对中医外治腰椎间盘突出症患者腰椎功能和满意度的影响 [J]. 智慧健康, 2022, 8(13): 164-166.
- [3] 袁红. 康复护理对腰椎间盘突出症患者生存质量的影响评价 [J]. 中国卫生标准管理, 2022, 13(06): 163-165.
- [4] 熊丽娟, 汪艳. 中医特色多维康复护理在腰椎间盘突出症患者中的应用效果 [J]. 中国当代医药, 2022, 29(05): 164-168.
- [5] 夏宇, 杨庆红, 李瑞娟等. 中医传统护理结合康复护理对腰椎间盘突出症患者手术患者康复的影响 [J]. 实用中医内科杂志, 2022, 36(02): 120-122.
- [6] 张玉琳, 牛聪慧. 腰椎间盘突出症的中医康复护理效果 [J]. 实用中医内科杂志, 2022, 36(04): 83-85.
- [7] 王艳秋. 中医特色康复护理干预腰椎间盘突出症临床观察 [J]. 光明中医, 2021, 36(22): 3867-3869.
- [8] 梁丽群. 中医针灸结合康复护理缓解腰椎间盘突出症患者疼痛的作用分析 [J]. 吉林医学, 2021, 42(08): 2028-2029.