

功能锻炼视频宣教促进颈腰椎术后的康复

汪留玉

上海长征医院

【摘要】目的 观察功能锻炼视频宣教促进颈腰椎术后的康复疗效。**方法** 我院2018年1月-2019年1月收治的80例颈腰椎手术患者为本次研究对象,所有按照患者术后是否给予功能锻炼视频宣教将所有患者分为对照组(40例:常规功能锻炼宣教)与实验组(40例:功能锻炼视频宣教),比较两组患者术后恢复情况。**结果** 实验组患者治疗3个月显效率、有效率、总有效率分别为50.00%、42.50%、92.50%,均高于对照组,数据差异明显($P<0.05$)。**结论** 颈腰椎患者术后给予功能锻炼视频宣教可有效提升患者预后。

【关键词】 功能锻炼; 视频宣教; 颈腰椎; 术后; 康复

【中图分类号】 R473.6

【文献标识码】 A

【文章编号】 2095-9753 (2019) 01-172-02

颈腰椎患者术后颈腰椎部位功能恢复耗时长,患者颈腰椎部位功能锻炼可直接影响患者术后颈腰椎部位功能恢复,既往颈腰椎患者术后功能锻炼主要通过医护人员给予患者健康教育,患者术后自行功能锻炼为主,患者自行功能锻炼的过程中可因误解医师信息,未完全掌握颈腰椎术后康复技能,降低功能锻炼效果^[1]。本次研究比较我院2018年1月-2019年1月40例行常规功能锻炼宣教患者与40例行功能锻炼视频宣教患者单位时间患者预后情况,现报道如下:

1 资料与方法

1.1 一般资料

实验组40例患者中男(22例)女(18例)比例为11:9,年龄在21岁至75岁,中位年龄为(33.12±1.12)岁,颈腰椎疾病类型:有20例患者腰椎间盘突出,有12例为椎管狭窄,有8例为颈椎间盘突出。对照组40例患者中男(23例)女(17例)比例为23:17,年龄在23岁至74岁,中位年龄为(33.11±1.11)岁,颈腰椎疾病:有21例患者为腰椎间盘突出,有12例为椎管狭窄,有7例为颈椎间盘突出。两组患者年龄、性别、颈腰椎疾病类型等方面不存在统计学差异, $P>0.05$ 。

1.2 病例选择标准

参与本次研究的患者均因颈腰椎疼痛、活动受限为主要症状入院,结合患者影像学检查结果,所有患者均符合颈腰椎临床诊断标准,在征得患者以及医院伦理会同意的情况下开展本次研究,所有患者均行手术治疗。排除标准:(1)排除神经系统疾病患者。(2)排除术后失访患者。

1.3 方法

1.3.1 对照组患者均行常规功能锻炼宣教

医护人员在了解患者病史、受教育程度、职业的基础上与患者谈话,向患者讲解术后注意事项,向患者讲解术后积

极功能锻炼的重要性,纠正患者术后功能锻炼认知错误,使患者认识到术后积极功能锻炼对恢复颈腰椎功能必要性,严格准许医嘱建议术后行动能锻炼。

1.3.2 实验组患者在对照组基础上行功能锻炼视频宣教

(1)医护人员为患者播放术后患者自行功能锻炼的视频,视频中应于屏幕下方增加文字注解,从而通过播放视频资料使患者初步了解术后早期功能锻炼的意义、大体步骤。(2)医护人员结合视频内容与患者、患者家属进行沟通,采用通俗易懂的语言,结合视频再次复述颈腰椎患者术后功能锻炼,从而保证患者掌握术后功能锻炼要点。(3)鼓励患者初步模仿功能锻炼视频宣教中的内容,观察患者是否了解颈腰椎术后颈腰椎锻炼步骤,是都能完整模拟相关功能锻炼动作,是否能结合自身情况有效安排锻炼时间、锻炼次数以及锻炼强度。

1.4 观察指标

两组患者术后3个月复诊,比较两组患者术后3个月恢复情况,显效:患者颈腰椎未出现功能障碍,局部疼痛、活动受限等症状消失,肌肉未发生萎缩,患者可正常生活、工作、学习。有效:患者颈腰椎未出现功能障碍,局部疼痛、活动受限等症状明显缓解,肌肉未发生萎缩,患者长期站立、坐立局部可出现不适反应。无效:患者颈腰椎出现功能障碍,肌肉发生萎缩,总有效率等于显效率加有效率。

1.5 统计学处理

选择SPSS21.0统计软件包,结果中以(%)表示的相关计量数据,两样本百分数用 χ^2 检验, $P<0.05$ 表示有统计学意义。

2 结果

观察比较两组患者术后3个月预后情况,具体情况(见表1),实验组患者术后3个月复诊恢复显效例数、有效例数均多于对照组。

表1: 两组患者预后情况 [n/%]

组别	n	显效	有效	无效	总有效率
实验组	40	20 (50.00%)	17 (42.50%)	3 (7.50%)	92.50%
对照组	40	17 (42.50%)	15 (37.50%)	8 (20.00%)	80.00%
χ^2 值					5.895
P 值					< 0.05

3 讨论

颈腰椎疾病患者临床治疗需及时复位、有效固定以及术后功能锻炼,近些年相关临床研究认为颈腰椎疾病患者术后

功能锻炼情可直接决定患者生活质量,这主要是由于颈腰椎疾病患者术后局部关节、肌肉未若及时行有效锻炼,可造成

(下转第175页)

表 2: 两组患者疾病知识知晓率比较 (n, %)

组别	n	熟悉		了解		不了解	
		例数	百分比	例数	百分比	例数	百分比
观察组	71	46	64.8 (46/71)	22	30.9 (22/71)	3	4.3 (3/71)
对照组	58	18	31.1 (18/58)	31	53.4 (31/58)	9	15.5 (9/58)
χ^2	/		5.085		5.134		5.347
p	/		0.039		0.037		0.025

3 讨论

家庭医生签约服务是近年来兴起的新型医疗服务模式,该模式是家庭医生对签约对象开展全面、有效、连续、及时的医疗保健服务,确保患者能够在家中就能获得专业的健康指导、保健和医疗服务,因此该模式特别适合行动不便、长期患病的老年患者。老年人是慢性病的高发人群,常见的慢性病包括慢性支气管炎、高血压、糖尿病等,此类疾病的特点是病程长、反复发作、无法完全治愈等,为此慢性病患者能否获得全面、有效、连续、及时的医疗服务,对于控制病情进展具有重要意义。本文实验结果显示,观察组患者疾病知识知晓率明显高于对照组,进而表现为观察组患者自我管理能力和病情控制效果亦优于对照组。

综上所述,家庭医生签约服务能有助于提高患者疾病知识知晓率和自我管理行为,从而提高临床治疗效果,在老年慢性病健康管理中有较好的应用价值。

参考文献:

- [1] 王皎,姜明霞,孙利华,等家庭医生与贫困老人签约服务健康管理效果研究[J].中国全科医学,2014,22(13):1547-1550.
- [2] 邓莉,张平华.家庭医生签约服务在老年慢性疾病健康管理中的应用效果评价[J].现代医药卫生,2016,32(15):2400-2401.
- [3] 林培森,杨衍铭,陈冬日.家庭医生式服务在老年人慢性病健康管理中的应用效果评价[J].慢性病学杂志,2017,13(1):2-4.

(上接第 172 页)

肌肉萎缩,局部肌肉功能的降低势必影响颈腰椎近段关节功能^[2]。颈腰椎疾病患者术后需长时间行功能锻炼,在功能锻炼的过程中伴随组织代谢以及骨质组织再生修复,术后局部可出现一定程度的不适感,但颈腰椎近段关节的稳定性可得一定程度提升^[3,4]。颈腰椎疾病患者术后功能锻炼常规宣教主要采取谈话、沟通等方式,难以使患者头脑中形成有效画面,促使患者了解术后自身功能锻炼具体步骤,患者对不了解术后功能锻炼可使患者生硬照搬术后功能锻炼宣教内容,或不重视术后功能康复锻炼^[5]。本次研究显示给予功能锻炼视频宣教的实验组患者术后3个月恢复效果明显优于对照组,由此可见,颈腰椎患者术后行功能康复锻炼可使患者通过动画的形式掌握颈腰椎术后相关知识,最大程度降低颈腰椎疾病患者术后功能锻炼信息传递的准确性。

综上所述,颈腰椎疾病患者功能锻炼视频宣教有较高的

临床推广价值,有利于颈腰椎疾病患者掌握术后功能锻炼相关知识,促进患者术后机体恢复。

参考文献:

- [1] 钱妙芳,陈烨君,钱国英等.功能锻炼视频宣教促进颈腰椎术后的康复[J].浙江医学教育,2016,15(6):13-15,31.
- [2] 周学城,戴晓冬,蔡小丹等.护士主导的微信推广、视频宣教及知识竞答等联合方式在四肢骨折患者术后功能锻炼中的应用[J].中国保健营养,2017,27(31):360.
- [3] 许春娜,李瑞,常雁等.正念减压训练在颈腰椎病飞行员康复中的效果研究[J].中国疗养医学,2017,26(7):701-703.
- [4] 戴宇,程美媛.个性化康复指导对颈腰椎病患者功能康复的影响分析[J].中国保健营养,2017,27(16):317.
- [5] 韩洁,王娟,刘毓英等.体位及康复运动疗法在颈腰椎间盘患者中的应用[J].实用临床医药杂志,2017,21(18):39-42.

(上接第 173 页)

未统一,为保证护理人员工作的规范和系统化,需要建立明确的考核体系,考核时通过科学、专业、量化的评估机制进行评估,定期再次评估,再次培训,形成良性循环。合理使用骨干护理人才,在血液净化技术的发展期间,对护理人员的工作能力,管理能力及社区护理能力均有较高的要求,为使用高速发展的技术需求,需要培养出专业化的人才。相较于非骨干护士、骨干护士在护理服务期间的材料成本,人力成本等方面花费更少,其操作效率,完成质量更高。目前骨干护理人员非常稀缺,研究出一种多系统,多层次的管理模式,合理分配人力资源,保证护理质量更高。

综上所述:对我院骨干护士进行专科培养及新工作模式后,护理质量更高,护理满意度更好,临床应用价值十分显著。

参考文献:

- [1] 刘晓云,张红.血液透析专科护士培养及新工作模式探讨[J].中国社区医师,2017,33(8):167,169.
- [2] 刘晓云,张红.血液透析专科护士培养及新工作模式探讨[J].中国社区医师,2017,33(8):167,169.
- [3] 陈肖敏,童彬,喻晓芬,等.围手术期优质护理管理模式的建立和应用[Z].浙江省人民医院,浙江大学医学院附属邵逸夫医院.2017.