

神经根型颈椎病患者护理中应用循证护理干预的方法与效果

郑艺淑 吴幼凤 张月葵^{通讯作者}

福建医科大学附属漳州市医院 363000

〔摘要〕目的 探究循证护理在神经根型颈椎病患者护理中的应用效果。方法 选取我院 2021 年 10 月至 2022 年 9 月期间收治的神经根型颈椎病患者 100 例作为研究对象,随机分为对照组与观察组各 50 例,分别行常规护理与循证护理,对比两组患者的护理效果。结果 观察组疼痛缓解时间显著更短,并且疼痛评分、SAS 评分、SDS 评分显著更低,数据差异有统计学意义 ($P < 0.05$); 观察组各维度生活质量评分以及对护理工作的满意度均显著更高,数据差异有统计学意义 ($P < 0.05$)。结论 循证护理可助力患者尽早缓解疼痛和大幅度降低疼痛度,同时也可以有效消除患者的负性情绪,促使其获得更好地生活状态,以及显著提升患者对护理工作的满意度,值得推广应用。

〔关键词〕神经根型颈椎病;循证护理;生活质量;应用效果

〔中图分类号〕R473 〔文献标识码〕A 〔文章编号〕2095-7165 (2023) 01-011-03

The method and effect of evidence-based nursing intervention in the nursing of patients with cervical spondylotic radiculopathy

Zheng Yishu Wu Youfeng Zhang Yuekui (corresponding author) Zhangzhou Hospital Affiliated to Fujian Medical University 363000

〔Abstract〕Objective To explore the effect of evidence-based nursing in the nursing of patients with cervical spondylotic radiculopathy. Methods 100 patients with cervical spondylotic radiculopathy admitted in our hospital from October 2021 to September 2022 were selected as the research objects, and randomly divided into the control group and the observation group with 50 patients in each group. Routine nursing and evidence-based nursing were performed respectively, and the nursing effects of the two groups were compared. Results In the observation group, the pain relief time was significantly shorter, and the pain score, SAS score, SDS score were significantly lower, the data difference was statistically significant ($P < 0.05$); The scores of quality of life in all dimensions and satisfaction with nursing work in the observation group were significantly higher, and the data difference was statistically significant ($P < 0.05$). Conclusion Evidence based nursing can help patients to relieve pain as soon as possible and greatly reduce the degree of pain, but also can effectively eliminate the negative emotions of patients, promote their better living conditions, and significantly improve the satisfaction of patients with nursing work, which is worthy of promotion and application.

〔Key words〕Cervical spondylosis of nerve root type; Evidence based nursing; Quality of life; Application effect

神经根型颈椎病是基于神经根受压而引起的颈椎病,该疾病可导致患者颈肩部出现疼痛,以及导致患者上肢出现放射性疼痛和麻木、乏力等症状,从而将在较大程度上危害患者身心健康与生活质量^[1]。与此同时,该疾病的主要发病群体为中年人,但近年以来,该疾病逐渐呈现出年轻化的发病趋势。多数患者通过保守治疗可获得症状缓解,只有少部分严重患者需要通过手术的方式加以治疗。而患者无论是进行保守治疗还是手术治疗,均需在治疗过程中对其辅以优质护理干预,以帮助其缓解疼痛,改善症状,进而获得更为显著的治疗效果。循证护理是一项以证据为基础的护理干预措施,具有较高的针对性。本文针对循证护理在该疾病患者中的应用效果进行了深入研究,现报告如下。

1 资料与方法

1.1 一般资料

研究纳入我院 2021 年 10 月至 2022 年 9 月期间收治的神经根型颈椎病患者 100 例,按照随机数字表法分为对照组与观察组,每组 50 例,详细资料如下。对照组:男 26 例,女 24 例,年龄 25-60 岁,平均 (42.5 ± 0.5) 岁;观察组:男 27 例,女 23 例,年龄 24-59 岁,平均 (41.5 ± 0.5) 岁。两组一般资料差异不显著,无统计学意义 ($P > 0.05$),具有可比性。

纳入标准:①经临床诊断确诊为神经根型颈椎病;②接受保守方式治疗;③临床资料齐全,且签署知情同意书。

排除标准:①精神方面存在问题,不能有效进行沟通交流者;②接受手术治疗者;③合并有重要脏器疾病者^[2]。

1.2 方法

对照组行常规护理,包括对患者进行健康宣教、体位护理与生活护理等。

观察组在常规护理的基础上应用循证护理:(1)成立循证小组:小组由护士长担任组长,同时由 5 名具有丰富护理经验的护士组成。对小组成员进行强化培训,即强化护理人员对循证理念与循证流程的了解,同时强化护理人员的护理操作技能与工作态度。而在强化培训之后需要对护理人员进行考核,包括理论知识考核与实践操作考核,只有通过考核的护理人员才能够参与循证护理实施。(2)循证问题提出:循证小组结合临床护理经验,以头脑风暴的形式总结探讨神经根型颈椎病患者护理工作中所存有的问题或可能发生的问题,如患者依从性较低,患者体位摆放不正确等。(3)循证方案制定:循证小组成员通过文献资料查找,针对相关循证问题解决来制定针对性的护理方案。在此之后,还需要充分契合患者实际情况以集体探讨的形式来改善与优化初步方案,并最终确定更具针对性与个性化的护理方案。(4)循证方案落实:①健康宣教:采用通俗易懂的语言,再配合上生动形象的图片与视频展示,来为患者详细介绍神经根型颈椎病的相关知识^[3]。包括导致该疾病发生的相关因素,该疾病在发生之后

会有哪些症状表现与危害, 需要以怎样的方式来对该疾病进行有效治疗, 以及患者在接受治疗的过程中需要注意哪些事项等。如此, 全面提升患者对该疾病的认知度, 并就此促使其保持较高的治疗依从性与配合度。②锻炼指导: 指导患者以正确的方式进行颈椎功能锻炼, 即指导患者前后左右摇晃、旋转颈部, 尽可能保持较大幅度, 以及尽可能的对颈椎进行拉伸; 同时指导患者将双手十指交叉, 贴于颈部, 以左右往返的方式来摩擦颈部, 以及以头部向后顶的方式来拉伸颈部^[4]。③体位指导: 指导患者在睡觉的时候需要科学选择枕头, 即枕头需要具有良好的透气性、质地柔软、高度在 10-12cm, 以及中间部位需要略微凹陷。同时指导患者日常生活中保持正确的坐姿与卧姿, 即坐姿端正, 尽可能的减少低头时间, 以及卧姿以自然平躺和侧卧为适宜。除此之外, 还需要格外叮嘱患者注意颈部保暖, 不可直接以冷风刺激, 以及每天睡觉之前需要使用热毛巾对颈部进行热敷 10min, 以促进颈部血液循环。④饮食指导: 结合患者实际情况为患者制定针对性饮食方案, 如指导患者日常饮食主要以清淡为主, 且食物需要易于消化和富含钙、锌等微量元素, 可以选择食用鱼肉、豆制品、蛋、蘑菇、胡萝卜等食物, 同时注意多喝水和吃水果, 避免辛辣与高盐、高脂饮食^[5]。

1.3 观察指标

①疼痛情况: 包括疼痛感缓解时间与疼痛度, 其中疼痛度参考视觉模拟量表(Visual Analogue Scale, VAS)进行评估, 0 分代表无疼痛, 疼痛越重分数越高, 满分为 10 分。②负性情绪: 以 SAS 量表和 SDS 量表评估, 得分越低越好。③生活质量: 采用生活质量量表(Quality of Life, QOL)进行评估,

表 2 两组患者护理干预前后负性情绪评分比较 [($\bar{x} \pm s$) 分]

组别	例数	SAS 评分		SDS 评分	
		护理前	护理后	护理前	护理后
对照组	50	52.13 $\pm$ 2.05	41.25 $\pm$ 1.36	54.26 $\pm$ 2.55	42.15 $\pm$ 2.01
观察组	50	51.87 $\pm$ 2.11	30.45 $\pm$ 1.08	54.95 $\pm$ 2.36	30.11 $\pm$ 1.25
t 值	-	0.324	5.865	0.362	6.125
P 值	-	0.247	0.000	0.288	0.000

2.3 两组患者护理干预前后生活质量评分比较

护理干预前, 两组患者各维度生活质量评分差异不大, 无统计学意义 ($P > 0.05$); 护理干预后, 观察组患者的躯体功能评分为(83.52 $\pm$ 3.15)分、心理功能评分为(85.14 $\pm$ 3.55)

满分 100 分, 分数越高表示生活质量越好。④护理满意度: 以科室自行设计制作的问卷调查表调查。

1.4 统计学分析

使用 SPSS 24.0 软件做统计学结果分析。计量资料采用“均数 $\pm$ 标准差” ($\bar{x} \pm s$) 表示, 使用 t 进行检验; 计数资料采用百分率 [n (%)] 表示, 使用 χ^2 进行检验, 当 $P < 0.05$ 时视为差异具有统计学意义。

2 结果

2.1 两组患者疼痛情况比较

对照组患者的疼痛缓解时间为 (1.87 $\pm$ 0.12) h、疼痛评分为 (4.22 $\pm$ 1.03) 分, 观察组患者的疼痛缓解时间为 (1.02 $\pm$ 0.11) h、疼痛评分为 (2.06 $\pm$ 0.85) 分, 观察组均显著低于对照组, 差异有统计学意义 ($P < 0.05$), 详见表 1。

表 1 两组患者疼痛缓解时间和疼痛评分比较 ($\bar{x} \pm s$)

组别	例数	疼痛缓解时间 (h)	疼痛评分 (分)
对照组	50	1.87 $\pm$ 0.12	4.22 $\pm$ 1.03
观察组	50	1.02 $\pm$ 0.11	2.06 $\pm$ 0.85
t 值		6.742	5.291
P 值		0.009	0.023

2.2 两组患者护理干预前后负性情绪评分比较

护理干预前, 两组患者 SAS 评分与 SDS 评分差异不大, 无统计学意义 ($P > 0.05$); 护理干预后, 观察组患者 SAS 评分与 SDS 评分分别为 (30.45 $\pm$ 1.08) 分和 (30.11 $\pm$ 1.25) 分, 均显著低于对照组患者的 (41.25 $\pm$ 1.36) 分和 (42.15 $\pm$ 2.01) 分, 数据差异有统计学意义 ($P < 0.05$), 详见表 2。

表 3 两组患者护理干预前后生活质量评分比较 [($\bar{x} \pm s$) 分]

组别	例数	躯体功能		心理功能		社会功能		物质生活	
		护理前	护理后	护理前	护理后	护理前	护理后	护理前	护理后
对照组	50	60.12 $\pm$ 2.02	70.55 $\pm$ 2.51	61.24 $\pm$ 2.15	73.25 $\pm$ 2.62	60.23 $\pm$ 1.85	72.55 $\pm$ 3.02	60.35 $\pm$ 2.51	71.26 $\pm$ 2.54
观察组	50	60.33 $\pm$ 2.15	83.52 $\pm$ 3.15	61.35 $\pm$ 2.09	85.14 $\pm$ 3.55	60.45 $\pm$ 1.94	82.65 $\pm$ 2.95	60.45 $\pm$ 2.03	86.23 $\pm$ 3.52
t 值		0.215	6.352	0.266	6.124	0.135	5.638	0.221	6.854
P 值		0.362	0.000	0.318	0.000	0.528	0.001	0.357	0.000

2.4 两组患者对护理工作的满意度比较

观察组患者对护理工作的满意度为 98.00%, 显著高于对照组患者的 80.00%, 差异有统计学意义 ($P < 0.05$), 详见表 4。

表 4 两组患者对护理工作的满意度比较 [例 (%)]

组别	例数	非常满意	一般满意	不满意	满意度
对照组	50	21 (42.00)	19 (38.00)	10 (20.00)	40 (80.00)
观察组	50	32 (64.00)	17 (34.00)	1 (2.00)	49 (98.00)
χ^2 值					6.574
P 值					0.000

3 讨论

神经根型颈椎病是颈椎病四种类型中最为常见的一个, 占比可达 60%。导致其发病的主要原因是颈椎间盘突出、颈椎椎间关节骨质增生或韧带肥厚压迫从颈脊髓发出的神经根^[6]。其常见症状表现是上肢疼痛、麻木以及上肢肌肉力量改变, 如颈椎第五、六椎间盘突出压迫第六颈神经, 可出现前臂桡侧、拇指和食指部位感觉异常, 包括疼痛、麻木等^[7]。为此, 该疾病的发生将在较大程度上危害患者的身心健康与生活质量。保守治疗是目前临床治疗该疾病的主要方式, 包括头颈持续牵引与手法按摩等, 同时部分严重患者需要接受手术治疗。而在治疗过程中, 对患者施以科学的护理干预至关重要。循

证护理作为一项以证据为基础的临床护理干预措施,对信息进行收集、整理、加工、评价与应用,能够充分契合临床问题来针对性施护,从而可有效帮助患者改善症状,提升疗效^[8]。

本研究显示,观察组患者疼痛缓解时间更短,疼痛评分更低,说明循证护理可显著改善患者疼痛症状。同时观察组患者 SAS、SDS 评分更低,各维度生活质量评分更高,说明循证护理可显著改善患者心理状态,并就此帮助患者提升生活质量。以及观察组患者护理满意度更高,说明循证护理可使临床护理质量全面提升,并获得患者较高满意度。

综上所述,将循证护理应用于神经根型颈椎病患者的护理中,可显著提升护理针对性,改善护理质量,缓解患者症状,帮助患者获得理想疗效,值得推广。

[参考文献]

[1] 朱曙丽.对神经根型颈椎病患者给予循证护理干预的临床应用效果[J].世界最新医学信息文摘,2019,19(57):151,154.

[2] 张璟雯,匡丽娟,周莉.循证护理措施应用于治疗神经根型颈椎病患者护理中的效果观察[J].当代临床医刊,2019,32(4):359-360.

[3] 王志云,郭微,王爱巧,等.循证护理在治疗神经根型颈椎病患者护理中的效果评价[J].健康之友,2019(18):16-16.

[4] 严中英.对接受保守治疗的神经根型颈椎病患者进行循证护理的效果评价[J].当代医药论丛,2020,18(2):247-248.

[5] 姜蕊,郑晓芳.循证护理在神经根型颈椎病患者护理中的措施及满意度分析[J].首都食品与医药,2019(9):145-145.

[6] 王芳.循证护理在治疗神经根型颈椎病患者护理中的效果分析[J].中外医疗,2022,41(15):106-109,114.

[7] 顾淑芸.循证护理在治疗神经根型颈椎病患者护理中的效果评价[J].实用临床护理学电子杂志,2020,000(001):P47-47,56.

[8] 吴爵慧,靳向前,冯海燕.循证护理在神经根型颈椎病患者护理中的效果观察及安全性分析[J].中国当代医药,2019,25(20):183-185.

(上接第 8 页)

可多次进行诊断,在疾病的判断中有着重要意义。但结合实际情况来看,部分患者因为冠状动脉的病变未达到一定范围,狭窄程度较为轻微时,于静息状态下对血流的影响较小,不会引发心肌缺血,在这种情况下,心电图的检测方式便存在一定的弊端,容易导致漏诊等情况发生。由此临床上还需完善冠心病的检查方式,动态心电图作为现代医学发展的产物之一,在冠心病的诊断中有着重要意义,在使用过程中能够对常规心电图的不足进行弥补,对患者进行 24 小时连续监测。实现活动状态下对病人进行监测,避免错过偶发性的水电情况,有助于提升冠心病的检出率。从本次研究结果来看,分别对两组病人实施不同的检查方式后,发现接受动态心电图检测的观察组在心肌缺氧以及心律失常阳性率的检测中均高于对照组。说明动态心电图的检出率明显高于常规心电图,这主

要是因为动态心电图在检查过程中能够实施持续性信息收集,优于常规心电图的某一时间段的检测结果。

由此可以看到在冠心病患者的诊断中,利用动态心电图进行诊断,有助于对其进行全面的监测,可有效提升对心脏活动的观察效率,有助于临床展开相应的治疗干预,尽可能降低漏诊以及误诊概率。

[参考文献]

[1] 刘佩君,钟雪菁,谢玉环,等.超声心动图联合心电图检查在冠心病诊断中的应用[J].深圳中西医结合杂志,2021,31(15):69-70.

[2] 张秋霞.动态心电图与超声心动图在老年冠心病诊断中的效果对比[J].临床医学工程,2021,28(4):421-422.

[3] 金杯.动态心电图联合超声心动图对冠心病心力衰竭程度的评估价值[J].临床合理用药杂志,2019,12(29):165-166.

(上接第 9 页)

见表 2 所示,在患者不良反应率上,观察组 4.35%,对照组 23.91%,对比有统计学意义($p < 0.05$)。

表 2 患者治疗不良反应率评估结果

分组	n	腹泻	低热	皮疹	不良反应率
观察组	46	0	1	1	4.35%
对照组	46	4	4	3	23.91%

注:两组对比, $p < 0.05$

3 讨论

新生儿黄疸护理中,对患儿主要是做生理层面的护理,对家属主要做教育指导与心理护理,提升家属对有关工作的配合度。本研究结果中,因为可以匹配实际患儿与家属情况,优质护理可以更好地促使患儿黄疸疾病更好的康复,减少黄疸治疗带来的不良问题,整体的康复情况更为理想。具体处

理应对上,还需要依靠个人情况做灵活的调整,保持一定的个体化灵活性的处理掌控能力。

总而言之,新生儿黄疸护理中运用优质护理可以有效地加快疾病恢复速度,减少不良反应率,整体状况更为理想。

[参考文献]

[1] 沈晓凤.优质护理服务早期干预在新生儿黄疸中的应用效果[J].妇儿健康导刊,2022,1(8):132-134.

[2] 秦利萍,白利,杨丽君.优质护理干预在新生儿黄疸护理中的应用效果及对患儿恢复速率影响研究[J].智慧健康,2022,8(18):161-164,168.

[3] 林淑仪,莫静金,陆卫娟.优质护理模式在新生儿黄疸治疗中的应用效果[J].国际护理学杂志,2021,40(19):3606-3610.

[4] 赵桂云.优质护理干预在新生儿黄疸护理中的效果[J].健康大视野,2021(9):193.

(上接第 10 页)

[参考文献]

[1] 徐谭.边支球囊保护技术应用于冠状动脉分叉病变介入治疗中的效果观察[J].医学理论与实践,2022,31(08):1141-1142.

[2] 陈宗宁,赵渊,庄莉.TAP 技术与单支架技术治疗冠状动脉分叉病变的中期效果对比[J].现代仪器与医疗,2022,

24(01):32-33.

[3] 杨长宝,郑海军.边支血管主球囊保护技术在冠状动脉分叉病变介入治疗中的应用分析[J].临床放射学杂志,2021,35(05):778-781.

[4] 丁立成,王继群,石磊,等.冠状动脉分叉病变介入治疗策略及技术[J].中国老年学杂志,2022,36(06):1530-1533.