

疼痛护理干预联合健康教育对泌尿系结石患者疼痛程度，睡眠质量及心理状态的影响分析

莫应雪

河池市人民医院 广西河池 547000

【摘要】目的 探究疼痛护理联合健康教育对泌尿系结石患者的影响。**方法** 择2021年6月至2021年12月期间，我院100例泌尿系结石患者，将其分组，n=50例，对照组、观察组分别行常规护理、疼痛护理联合健康教育，并进行组间对比。**结果** 观察组心理状况、睡眠质量及自我管理能力和均优于对照组（ $p < 0.05$ ），观察组疼痛程度较对照组低（ $p < 0.05$ ）。**结论** 对泌尿系结石患者采用疼痛护理联合健康教育干预效果显著，对提升患者整体状况并促进其康复效果显著，值得推广。

【关键词】 疼痛护理；健康教育；泌尿系结石；应用效果

【中图分类号】 R473

【文献标识码】 A

【文章编号】 2095-9753 (2024) 03-135-02

泌尿系结石又被称为尿石症或尿路结石，临床上按照结石的位置分为上尿路结石及下尿路结石两种，其中上尿路结石包括肾部及输尿管部位的结石，下尿路结石则为膀胱及尿道等位置的结石^[1]。而导致结石形成的因素包括环境及个体因素两种，主要是由于尿液中成分较多，并在外界因素的影响下浓度增高，逐渐形成结石。该疾病患者在小便时，通常会伴有强烈的疼痛感，这一状况不仅使患者身体承受巨大的痛苦，还会严重影响其心理状况，使其处于负性情绪中，不利于疾病治疗^[2]。为了最大程度缓解患者痛苦，使其心理状况得到改善，本次选取我院100例泌尿系结石患者，探讨疼痛护理联合健康教育对泌尿系结石患者的影响，现分析如下。

1 资料与方法

1.1 一般资料

择2021年6月至2021年12月我院100例泌尿系结石患者，根据数字表法将其随机分组，n=50例，对照组男：女为32:18例，年龄25-50岁，平均（37.59±2.03）岁，观察组男：女为36:14例，年龄26-50岁，平均（38.23±2.16）岁，两组可对比（ $p > 0.05$ ）。

1.2 方法

对照组：行常规护理，协助患者进行相关检查，并结合检查结果对其状况进行评估，并给予患者相应措施干预，对其日常生活及治疗进行合理指导，避免其不良事件的发生。

观察组：行疼痛护理联合健康教育，详见以下：（1）疼痛护理：①初步评估：护理人员需及时使用相关量表对患者疼痛程度进行评估，并教会患者使用疼痛尺，以便更加精准的表达自身疼痛状况。②疼痛干预：将患者疼痛程度分为重度、中度及轻度三个等级，根据患者状况，遵医嘱给予患者相应药物干预，同时应观察患者状况，根据疼痛程度对患者用药进行适当调整。③心理指导：护理人员应理解患者由于疾病原因导致的负性情绪，并告知其疼痛属于正常现象，引导患者正确面对疾病以及相关不良状况。并且需及时安抚患者情绪，并对疼痛程度较重的患者，需耐心陪同患者等待药效发挥，避免患者长期处于焦虑状态中。④日常干预：引导患者养成良好的生活习惯，例如多喝水、饮食清淡等；还可通过感兴

趣的视频或舒缓的音乐，使患者情绪得到放松，指导患者科学的呼吸方式，以缓解患者疼痛感。（2）健康教育：通过与患者沟通，了解患者对该疾病的认知程度，并结合患者文化程度等因素，选择合适的方式对患者进行健康教育。在对患者的健康教育中，以“一对一讲解”为主，并加以健康宣传手册或相关视频进行辅助，加深患者对疾病知识的了解程度。同时需及时询问患者有无疑点，并对其进行详细讲解，避免患者不善沟通而缺乏对疾病的了解。另外，在对患者进行健康教育时，可邀请家属陪同共同学习，有利于家属对患者更好的监督，避免治疗过程中不良事件的发生。

1.3 观察指标

（1）心理状况：工具为Zung氏焦虑（SAS）、抑郁情绪评估表（SDS）， α 分别为50分、53分，分值越高，不良情绪越严重。（2）睡眠质量及疼痛程度：睡眠质量：采用匹兹堡睡眠质量指数量表（PSQI），总分范围为0-21分，得分越高，表示睡眠质量越差。疼痛程度：工具为数字评估法，将疼痛从0-10分为不同等级，评分越高，则表示患者越疼痛。

（3）自我管理能力和自我护理能力量表（ESCA），包括自我概念、自我责任感、自我护理技能、健康知识水平4个维度，总分0-172分，评分越高表示患者的自我护理能力越强。

1.4 统计学分析

以SPSS21.0软件分析数据，计量资料（ $\bar{x} \pm s$ ）行t检验，计数资料（%）行 χ^2 检验， $p < 0.05$ 为差异显著。

2 结果

2.1 心理状况

护理前两组基本无差异（ $p > 0.05$ ），护理后观察组心理状况优于对照组（ $p < 0.05$ ），见表1。

2.2 睡眠质量及疼痛程度

护理前两组基本无差异（ $p > 0.05$ ），护理后观察组睡眠质量优于对照组，且疼痛程度较对照组低（ $p < 0.05$ ），见表2。

2.3 自我管理能力和自我护理能力

表3：对比两组自我管理能力和自我护理能力（ $\bar{x} \pm s$ ）

组别	n	护理前	护理后
对照组	50	93.37±8.19	124.63±11.50
观察组	50	92.86±8.36	159.21±12.99
t		0.308	14.094
p		0.759	< 0.001

作者简介：莫应雪（1992.09.27-），性别：女，民族：壮族，籍贯：广西河池市金城江区，学历：本科，职称：护师，科室：泌尿外科，研究方向：泌尿外科护理。

护理前两组基本无差异 ($p > 0.05$)，护理后观察组自我管理能力强于对照组 ($p < 0.05$)，见表 3。

3 讨论

疼痛是泌尿系结石患者较为明显的并发症之一，对患者造成了极大的影响，为了患者痛苦，本研究对观察组患者采用了疼痛护理及健康教育联合干预，起到了较为显著的效果。其中疼痛护理通过评估患者疼痛程度，并给予患者有效措施干预，使其疼痛得到有效控制，同时还有利于患者心理状况的改善^[3]。而健康教育则是通过有组织、有计划的系统性学习，提高患者对疾病的认知程度，使其以正确的观念看待自身状况，从而避免疾病相关不良事件的发生，协助患者养成良好的生活习惯，提高其生活质量，从而促进患者疾病康复^[4]。而本次研究结果进一步证明了该护理措施对泌尿系结石患者的重要意义及可行性。

综上所述，对泌尿系结石患者实施疼痛护理及健康教育

联合应用，可有效提高患者自我管理能力，显著缓解患者疼痛，使其睡眠质量得到保障，同时还有利于改善患者心理状况，对患者治疗及预后均具有积极的影响作用，可广泛应用。

参考文献：

- [1] 解明, 王云炎, 苏敬怡, 等. 多模式下健康宣教对泌尿系结石患者术后机体状况和结石复发率的影响 [J]. 中华腔镜泌尿外科杂志 (电子版), 2020, 14(06):434-438.
- [2] 赵春勤. 疼痛护理联合放松疗法对急诊泌尿系结石患者疼痛程度的改善作用 [J]. 中国保健营养, 2020, 30(24):55.
- [3] 余力, 夏源彬. 探讨疼痛护理干预联合健康教育对泌尿系结石患者疼痛程度、睡眠质量及心理状态的影响 [J]. 康颐, 2021(9):82.
- [4] 张新, 赵肖敏, 曹雪英, 等. 疼痛护理干预联合健康教育对泌尿系结石患者疼痛程度、睡眠质量及心理状态的影响 [J]. 齐鲁护理杂志, 2020, 26(18):8-10.

表 1: 对比两组心理状况 ($\bar{x} \pm s$)

组别	n	SAS		SDS	
		护理前	护理后	护理前	护理后
对照组	50	32.07 ± 3.72	26.61 ± 2.40	35.57 ± 3.24	28.96 ± 2.31
观察组	50	32.34 ± 3.36	19.88 ± 1.33	35.19 ± 3.71	21.55 ± 2.03
t		0.381	17.343	0.546	17.038
p		0.704	< 0.001	0.587	< 0.001

表 2: 对比两组睡眠质量及疼痛程度 ($\bar{x} \pm s$)

组别	n	睡眠质量		疼痛程度	
		护理前	护理后	护理前	护理后
对照组	50	17.73 ± 1.46	13.24 ± 1.15	7.13 ± 0.60	5.92 ± 0.43
观察组	50	18.02 ± 1.39	8.39 ± 0.67	7.22 ± 0.74	3.03 ± 0.28
t		1.017	25.767	0.668	39.825
p		0.312	< 0.001	0.506	< 0.001

(上接第 133 页)

除了药物治疗以外，伤口造口专科护理也有着较高的应用价值。伤口造口专科护理是一项关注疾病患者的伤口愈合与康复过程的专业护理，将其应用在胃肠外科疾病中，能够提供全方位的护理支持，包括伤口清洁、伤口护理以及伤口预防感染等，帮助患者恢复肠道功能，利于胃肠道的愈合与伤口，实现良好的护理效果，减轻患者的疼痛症状，提高其生活质量，同时也能加快伤口的愈合过程，减少并发症的发生等，通过对患者提供心理指导，还能帮助他们积极应对疾病，促进康复^[4]。

本次实验结果显示，观察组各项指标均明显优于对照组，伤口感染和并发症发生情况少于对照组，而护理满意度则高于对照组，差异显著 ($P < 0.05$)。可见，伤口造口专科护理的应用，利于患者的早日康复。

综上所述，在胃肠外科病房中，通过采用伤口造口专科护理，能够获得显著应用效果，值得推广。

参考文献：

- [1] 陈爱琴, 邵雪芳, 郭溪等人. 结肠癌术后复杂伤口造口并发症患者行专科融合护理管理的体会 [J]. 护理与康复, 2023, 22(11):68-70.
- [2] 王君, 吴玥. 标准化延续性护理在伤口造口患者临床护理中的效果与价值 [J]. 中国标准化, 2023, (20):285-288.
- [3] 霍蕊, 陈永侠, 刘全丽等人. 湿性愈合敷料联合伤口评估三角在肠造口皮肤黏膜分离中的应用效果 [J]. 蚌埠医学院学报, 2022, 47(08):1092-1095+1101.
- [4] 张亚西. 伤口造口专科护理在胃肠外科病房中实施效果 [J]. 人人健康, 2022, (14):117-119.

(上接第 134 页)

综上所述，对接受关节镜下重建膝关节后交叉韧带手术的患者进行有效的护理干预以及术后康复指导能够有效缓解患者术后疼痛，改善膝关节功能，提高临床治疗效果，值得推广使用。

参考文献：

- [1] 张红梅, 梁程亮, 凌映月, 肖敏珊, 梁笑玲. 早期康复护理干预对关节镜下前交叉韧带重建术后功能恢复的影响

[J]. 中国医药科学, 2022, 21(07):107-109+115.

- [2] 柏小金, 黄文良, 徐林, 刘福英, 王昭. 关节镜下膝关节前交叉韧带重建术后的早期专科康复治疗效果分析 [J]. 中国疗养医学, 2023, 13(08):826-828.

[3] 郑晓捷, 柳思露. 关节镜下前交叉韧带重建术后快速康复的护理探讨 [J]. 中国现代药物应用, 2024, 17(01):202-203.

- [4] 丘荣. 膝关节多发韧带损伤关节镜下修复与重建术后的康复护理 [J]. 世界最新医学信息文摘, 2022, 05(78):263-265.