

## 分析舒适护理在腰椎间盘突出患者护理中的应用

李 瑞 陈雪娟<sup>通讯作者</sup>

湖北省十堰市人民医院 湖北十堰 442000

**【摘要】目的** 研究分析舒适护理在腰椎间盘突出患者护理中的应用。**方法** 研究对象共选取了200例腰椎间盘突出患者，入组时间在2022年2月到2023年2月，通过随机数字表法对其进行均匀分组，两组分别接受舒适护理和常规护理，对比两组患者的治疗护理效果。**结果** 相较于对照组，研究组患者的护理后疼痛评分、住院时间和护理满意度指标均明显更好。组间对比差异显著 ( $p < 0.05$ )。**结论** 对腰椎间盘突出患者实施舒适护理可以有效改善患者疼痛，避免患者长时间住院，保证患者对护理工作更加满意。

**【关键词】** 舒适护理；腰椎间盘突出；应用**【中图分类号】** R473**【文献标识码】** A**【文章编号】** 2095-9753 (2024) 03-089-02

腰椎间盘突出在骨科十分常见，发病原理在于组成椎间盘的各部分出现了程度不同的退行性改变，一旦遭受外力，就会造成纤维环破裂，髓核突出，刺激甚至压迫神经根，患者表现出腰部的疼痛或下肢麻木。日常的工作和生活会受到严重影响。为了保证患者积极配合治疗，需要在治疗期间做好护理干预<sup>[1]</sup>。本文的研究内容即为舒适护理在腰椎间盘突出患者护理中的应用。结果为：

### 1 资料与方法

#### 1.1 一般资料

在本次研究中，入组的患者人数共计200例，经确诊为腰椎间盘突出，全部患者中的男性患者人数为101例，女性患者人数为99例，对其平均年龄进行计算得出年龄平均值为(58.9±3.7)岁。通过随机数字表法完成分组，以消除组间的差异，保证后续研究获得的数据更有说服力。

#### 1.2 方法

对照组患者接受常规护理，简单为患者开展健康教育，遵医嘱完成各项治疗。研究组患者接受舒适护理，具体为：

##### 1.2.1 环境舒适护理

保证患者所居病室足够干净整洁，每天按时开窗通风，患者使用的床单被罩定期更换，保证室内温湿度适宜。良好的环境有助于保证患者的心情舒适，在一定程度上促进病情恢复。

##### 1.2.2 心理舒适护理

因为疾病在接受治疗期间需要较长的病程，无法在短时间内取得显著的疗效，且后续易复发，对此，患者常会出现焦虑抑郁等负面情绪。这就需要护理人员结合患者的文化程度做好患者的心理护理，使用患者可以理解的语言与患者展开沟通，为患者介绍疾病发生发展和治疗相关知识。让患者理解治疗需要较长时间，引导患者做好心理准备，能积极配合完成治疗<sup>[2]</sup>。

##### 1.2.3 卫生舒适护理

每次进食后使用温开水或淡盐水漱口，清洁口腔。教会患者正确叩齿，每次保证100下，每天至少2次。叩完后舌头舔舐至少3圈牙周。可以健康牙齿，预防咀嚼肌老化。

##### 1.2.4 疼痛舒适护理

患者常难免会因为患病出现腰部或腿部的疼痛，护理人员需要及时告知患者疼痛的发生原因，避免患者过分焦虑。疼痛较轻时可以通过局部湿热敷进行改善，较重时需遵医嘱使用镇痛药物。以免剧烈的疼痛引起身心变化，加重原有病

情<sup>[3]</sup>。

##### 1.2.5 饮食舒适护理

饮食要求严格清淡易消化，富含营养。多吃富含纤维素的食物，以免卧床期间便秘。出现便秘的患者，可以喝蜂蜜水等进行改善。便秘期间禁止用力排便，以免增加腹压加重病情。

##### 1.2.6 睡眠舒适护理

严格卧硬板床，下床活动时佩戴好腰围，3个月内禁止弯腰或提重物。后续根据病情恢复程度做腰背肌的锻炼。卧床期间，仰卧时将软垫至于双下肢，全身放松，避免椎间盘压力过大，预防疾病复发。

##### 1.2.7 治疗舒适护理

通过腰椎牵引放松腰背部肌肉，促进脱出的椎间盘归位。告知患者相关注意事项，禁止自行调节牵引重量，以免无法取得预期的疗效。推拿后，要求患者卧床休息20min，再起身。针灸可以活血通络，如患者处于饥饿状态或精神过于紧张，暂时不要针灸。使用腰围是为了避免腰椎过度活动，避免椎间盘劳累过度。教会患者如何正确自行佩戴，结合患者的病情严重程度确认每天的佩戴时间<sup>[4]</sup>。

### 1.3 统计学方法

针对本次研究中涉及到的数据信息均采用SPSS22.0统计学软件进行分析和处理。

## 2 结果

2.1 两组患者在护理前后疼痛评分和住院时间上的比较，具体见表1。

表1：两组护理前后疼痛评分比较 ( $\bar{x} \pm s$ )

组别	例数	护理前	护理后	住院时间(d)
研究组	100	6.08±0.65	2.63±0.62	7.32±2.45
对照组	100	6.39±0.62	4.45±0.52	17.62±2.52
t		0.245	8.435	8.537
P		> 0.05	< 0.05	< 0.05

2.2 两组患者在护理满意度上的比较，具体见表2。

表2：两组护理满意度比较 (n, %)

组别	例数	完全满意	部分满意	不满意	满意度
研究组	100	92	4	4	96.0%(96/100)
对照组	100	71	15	14	86.0%(86/100)
$\chi^2$					8.637
P					P<0.05

(下转第91页)

抑制了患者的胃肠功能,大量的气体集聚在肠腔内,患者在术后极易出现肛门不排气以及腹胀不适等一系列临床症状,延长了进食时间,限制了肠内营养物质的摄入,同时患者在术后极易出现便秘、腹泻、呕吐以及恶心等症状,对患者的身心健康造成了极为不良的影响,并且增加了患者的痛苦,一定程度上延长了患者的治疗时间。

本组研究数据表明:在护理满意度方面:观察组的为93.3%、对照组的为63.3%;并且观察组的腹胀腹痛缓解时间、肠鸣音恢复时间、排气时间以及排便时间远短于对照组的,差异显著( $P < 0.05$ )。其原因主要是:快速康复护理主要从知识教育、行为、饮食以及心理方面进行了干预,充分调动了患者治疗的积极性,降低了围手术期患者的应激创伤,促进了胃肠功能的恢复。护士通过对患者介绍手术相关知识,与患者以及家属取得了密切的联系,得到了患者以及家属的支持,促进了病情的恢复<sup>[5]</sup>。术后对患者的行为进行干预,指导患者及早的下床活动,增加了肠蠕动,有效的避免了肠梗阻等并发症的发生,安全可靠。快速康复护理更加重视患者的饮食,针对性的进行饮食干预,提高手术效果的同时,加快了患者病情的康复速度,并且增强了患者免疫力,受到了广大临床医护人员以及患者的青睐和喜爱。

综上所述:肠道手术患者进行快速康复护理,有效的增

强了患者的胃肠功能,赢得了患者以及家属的一致好评,值得广大患者信赖和推广。

#### 参考文献:

- [1] 姜梅.快速康复护理对肠道手术患者胃肠功能恢复的影响[J].中华现代护理杂志,2023,19(6):658-660.
- [2] 高岩.肠道手术患者应用快速康复护理对胃肠功能恢复的干预价值[J].中国伤残医学,2022,24(10):129-130.
- [3] 杨淑青,黄昌琴,周红霞,等.快速康复护理在肠道手术后患者肠功能恢复过程中的影响作用分析[J].齐齐哈尔医学院学报,2023,37(14):1873-1874.
- [4] 袁兰蓉,古明锋.快速康复护理对胃肠道手术患者胃肠功能恢复的效果观察[J].中国社区医师,2023,(11):117-118.
- [5] 严爱芳.探讨快速康复护理对胃肠手术患者胃肠功能恢复的影响[J].心理医生,2022,22(34):199-200.

表2:对比护理满意度

组别	非常满意 (n)	满意 (n)	不满意 (n)	护理满意度 (%)
观察组(n=30)	13	15	2	93.3
对照组(n=30)	8	11	11	63.3
$\chi^2$	-	-	-	7.5942
P	-	-	-	0.0047

(上接第88页)

充分考虑患者病情以及身体状况,予以相应的营养支持<sup>[2]</sup>。

现阶段危重患者临床营养支持多以鼻饲法进行,但不同鼻饲法效果存在较大差异,注射器分次推注作为应用较广泛方法,虽有一定效果,但是患者受病情影响胃肠功能存在障碍,加之机体存在明显的应激反应,注射器分次推注鼻饲应用相对繁琐,容易引起感染并增加患者的不适感。而营养泵持续鼻饲方式,可借助营养泵开展鼻饲操作,能够充分结合患者机体状态,精确营养液使用剂量,以此确保患者机体状态得到及时调整<sup>[3]</sup>。此次分析显示:2组干预后营养状态指标以及并发症存在较大差异,且观察组的数据呈更佳水平( $P < 0.05$ ),可见营养泵持续鼻饲能够及时改善患者的营养状态,利用持续性的营养液泵入,可确保患者获得蛋白质、碳水化合物、脂肪等各类营养成分,同时合理调整营养输注速度和营养成分比例,从而更好地监控患者的摄入情况。

总之,护理重症监护病房危重患者的临床工作中,实施

注射器分次推注鼻饲与营养泵持续鼻饲均有效果,但后者应用优势更为显著。

#### 参考文献:

- [1] 程婷婷.不同鼻饲法在护理重症监护病房危重患者中的应用价值探究[J].医药卫生,2021(11):0168-0169.
- [2] 陈美华,黄雁翎,杨洁.探究不同鼻饲法在护理重症监护病房危重患者中的应用价值[J].中外医疗,2021,40(20):127-130.
- [3] 王继敏,宋丹.探究不同鼻饲法在护理重症监护病房危重患者中的应用价值[J].中国医学文摘(耳鼻咽喉科学),2023,38(2):188-190.

表2:并发症对比[n(%)]

组别	n	恶心呕吐	腹胀腹泻	胃潴留	总发生率(%)
参照组	36	2	2	2	6(16.67)
观察组	36	0	0	1	1(2.78)
$\chi^2$	--	--	--	--	3.956
P	--	--	--	--	0.047

(上接第89页)

### 3 讨论

现代人受工作原因的影响,坐或站立的时间过长,活动时间不足,常会引起腰椎间盘突出发生退行性变,疾病会影响到患者的工作和生活。目前临床上常通过手术治疗该疾病,虽然疗效较为显著,但术后需要较长的时间才能恢复腰椎工作,且有部分患者病情会复发。术后难免会出现压疮、便秘等问题。这些因素会加重患者的痛苦,影响手术治疗效果。为了解决这些问题,需要开展有效的护理干预、舒适护理是结合患者实际病情状态,将患者放在首位,以患者为中心,从各个方面为患者提供护理服务。包括心理护理、疼痛护理和治疗护理等,护理服务不仅关注到了患者的身体状况,也重视心理改变,从而保证可以有效提升患者的生活指数,改善患者的生命质量<sup>[5]</sup>。本次研究结论也证实了这一效果。

综上所述:对腰椎间盘突出患者实施舒适护理可以有效

改善患者疼痛,避免患者长时间住院,保证患者对护理工作更加满意。

#### 参考文献:

- [1] 孙雅婷,水向梅.舒适护理在腰椎间盘突出患者护理中的应用效果观察[J].医学食疗与健康,2022,20(11):99-102.
- [2] 李文霞.舒适护理在腰椎间盘突出患者护理中的临床应用[J].母婴世界,2021(4):204.
- [3] 田黎明.舒适护理在腰椎间盘突出患者护理中的应用效果观察[J].健康必读,2021(1):157.
- [4] 卢巧玲,全校宗,朱慧彬.舒适护理措施在经皮椎间孔镜下腰椎间盘突出症髓核摘除术患者中的应用效果[J].医学食疗与健康,2021,19(23):143-144.
- [5] 郭维维.舒适护理在腰椎间盘突出患者护理中的应用效果分析[J].中国保健营养,2021,31(34):190.