

疼痛专项护理对老年腰椎间盘突出症疼痛患者舒适度和生活质量的影响

闫芍药, 冯瑞红, 李庆

西安交通大学第一附属医院 陕西西安

【摘要】目的 分析老年腰椎间盘突出症疼痛患者临床工作开展中予以疼痛专项护理, 对于舒适度、生活质量的影响。**方法** 抽选入院展开老年腰椎间盘突出症疼痛治疗的老年患者, 实验展开时间 2022 年 7 月-2023 年 4 月, 收录 84 例样本, 因护理实施的差异性划分组别, 其中 42 例实施常规护理划分为参照组, 剩余 42 例实施疼痛专项护理划分为观察组, 比对心理状态、日常生活质量、疼痛程度、腰椎活动度、舒适度、满意度等指标状况。**结果** 护理实施前, 测定心理状态指标值、疼痛值、腰椎活动度值无差异性 ($P>0.05$), 护理实施后, 均有改善且观察组值改善更为显著 ($P<0.05$)。纳入者生活质量各项指标以观察组值有更高表现 ($P<0.05$)。满意度值评测以观察组值 97.62% 更高 ($P<0.05$)。**结论** 老年腰椎间盘突出症疼痛患者临床工作开展中予以疼痛专项护理效果显著, 对于舒适度、生活质量均有积极影响, 同时可促进患者的心理状态、机体疼痛改善, 患者对其有较高的满意度, 具有临床广泛运用价值。

【关键词】 老年腰椎间盘突出症疼痛; 疼痛专项护理; 心理状态; 生活质量; 舒适度

【收稿日期】 2023 年 8 月 5 日

【出刊日期】 2023 年 9 月 20 日

【DOI】 10.12208/j.jacn.20231284

Effect of pain specific nursing on comfort degree and quality of life in elderly patients with lumbar disc herniation

Shaoyao Yan, Ruihong Feng, Qing Li

The First Affiliated Hospital of Xi 'an Jiaotong University, Xi 'an, Shaanxi

【Abstract】Objective To analyze the effect of pain nursing on comfort and quality of life in elderly patients with lumbar disc herniation. **Methods** 84 cases of elderly patients with lumbar intervertebral disc protrusion were selected and divided into two groups according to the difference of nursing practice. The experiment time was from 2022.07 to 2023.4, among them, 42 cases were divided into the control group and 42 cases were divided into the observation group, the psychological status, quality of daily life, pain, lumbar range of motion, comfort, satisfaction and other indicators were compared. **Results** before nursing, there was no significant difference in the values of psychological status, pain and lumbar range of motion ($P & GT; 0.05$). After nursing, all of them were improved, and the improvement in the observation group was more significant ($P & LT; 0.05$). The quality of life indexes of the participants were higher in the Observation Group ($P & LT; 0.05$). The satisfaction was higher in the Observation Group (97.62%) than in the control group ($P & Lt; 0.05$). **Conclusion** The special nursing for the elderly patients with lumbar intervertebral disc protrusion pain in clinical work has a significant effect on comfort and quality of life, at the same time can promote the patient's psychological state, body pain improvement, patients have a higher degree of satisfaction with its clinical value of extensive use.

【Keywords】 Elderly lumbar disc herniation pain; Pain specific care; Psychological status; Quality of life; Comfort

腰椎间盘突出症作为临床常见的骨科疾病, 是由于腰椎间盘的退行性改变、遗传、受寒所导致患者腰椎出现病变, 此疾病发展至较严重时, 患者出现剧烈疼痛, 且症状反复发作, 病程时间周期相对较长^[1]。腰椎间盘突出症是现阶段治疗多以手术开展, 但腰椎手术所需时间较长, 其治疗开展中可能会对血液循环产

生影响, 使其出现不良状况, 因此辅以优质化的护理措施价值显著。常规护理易忽视患者心理、精神等干预, 同时针对疼痛疏导缺乏针对性, 而疼痛专项护理可从诸多方面评估其疼痛状况, 制定科学化的干预措施, 有效缓解患者的机体疼痛感, 促进其健康恢复^[2-3]。此次纳入 84 例腰椎间盘突出症导致疼痛的老年患者,

予以其不同护理干预措施, 分析临床的运用效果及价值, 现汇总展示如下:

1 资料与方法

1.1 一般资料

研究起止: 2022年7月-2023年4月, 参考样本构成: 入院展开腰椎间盘突出症导致疼痛治疗的老年患者, 数量: 计84名, 分组方法: 护理差异性, 组名: 参照组、观察组。参照组资料详情如下: 性别构成中男患者22例, 占比为52.38% (22/42), 女患者20例, 占比为47.62% (20/42), 年龄分布处于62-83岁, 求取均值为(72.51±3.16)岁; 观察组资料详情如下: 性别构成中男患者23例, 占比为54.76% (23/42), 女患者19例, 占比为45.24% (19/42), 年龄分布处于61-84岁, 求取均值为(71.53±3.21)岁。上述基础组间信息值对比相似, 符合研究要求, $P>0.05$ 。

1.2 方法

参照组: 常规护理, 结合患者病情状况实施相应的指导护理, 如体位更换、情绪调节、饮食指导。

观察组: 疼痛专项护理, 内容: (1) 体位护理。患者展开治疗前需协助其调整体位, 治疗后为避免患者腰椎发生上下或者左右移位, 需进行腰椎生理弧度保护, 并指导患者调整体位, 可通过腰后放置薄枕或者水垫并控制高度, 使其腰椎向前轻度突出, 放松其肌肉, 同时结合患者具体状况, 定时更换体位, 避免机体疼痛感加剧。(2) 心理疏导。患者入院接受治疗时, 相关工作人员需对患者开展腰椎疼痛有关因素及预防措施讲解, 使患者对自身症状有正确认知, 消除其内心存在诸多顾虑。除此之外, 与患者展开交流及沟通, 需引导患者阐述内心想法并予以其认可, 使患者心理情绪得到理解, 从而有效疏解, 帮助患者进行身心状态调整, 确保临床诊疗开展的依从性及配合度。

(3) 疼痛宣教。针对患者机体状况及认知状况开展健康宣教, 促进护患关系发展, 其目的在于患者得到腰椎疼痛正确知识, 帮助其树立治疗开展自信心。健康宣教开展中, 需结合患者心理特点, 以最佳方式开展交流, 比如交流开展中可讲解腰椎导致疼痛发生病理性原因以及治疗开展措施、护理实施内容等, 使患者充分了解相关知识, 有效增强自我防护意识。(4) 疼痛干预。结合患者机体疼痛状况及时实施相应干预。若患者处于急性期疼痛, 可利用硬床板调整为平卧位, 避免移动, 解除椎体的压力, 有效减轻神经椎管压力, 可通过气囊、体位垫放于椎体位置, 将其脊柱伸直, 并指导患者针对腰部肌肉做以放松, 缓解机体疼痛感,

确保患者生理舒适度提升。若患者处于恢复期, 需控制其日常活动量, 防止过度运动而加剧疼痛, 可结合恢复状况展开相应运动指导, 进一步缓解患者疼痛感。

(5) 认知疗法。可结合患者喜好选择相应音乐, 以此缓解患者的抑郁、焦虑等诸多情绪, 从而提高机体对疼痛感的承受能力。促使患者注意力集中, 并进行全身肌肉放松, 有效减轻疼痛强度, 提高其耐痛能力, 因规律性放松可有效缓解疼痛导致的疲倦及肌肉紧张, 提高患者机体舒适度。

1.3 观察指标

(1) 心理状态: 于护理实施前后, 借助抑郁自评量表(SDS)、焦虑自评量表(SAS)^[4]对患者的心理状态展开评测, 各量表测定项目各计有20个, 总评测值为0-80分, 前者高于53分说明其抑郁状况较为严重; 后者高于50分证明其焦虑状况较严重。

(2) 生活质量: 于护理实施后, 以SF-36量表对纳入患者展开生活质量评测, 项目纳入与生理、心理相关, 指标为: 躯体疼痛、精神健康、情感职能、社会功能、活力功能、生理职能、生理功能、总体健康, 各项值测定为0-100分, 值大小与患者生活质量状况成正比。

(3) 疼痛、腰椎功能评分: 护理实施前后以视觉模拟疼痛评分(VAS)^[5]对患者的疼痛状况展开评测, 总值测定为0-10分, 值越高其疼痛状况越剧烈。护理实施前后借助腰椎功能评定表(JOA)^[6]对患者的腰椎状况展开评测, 总测定分值为0-29分, 值越高证明其腰椎功能越佳。

(4) 舒适度: 依据美国简化舒适度量表(GCQ)展开评测, 量表纳入项有生理、文化、心理、环境, 各项值为0-100分, 值越高其舒适程度越佳。

(5) 满意度: 测定需考虑患者状况、护理内容、实施效果等进行, 结合百分制划分指标为满意、尚满意、不满意, 各项阈值为80—100分、60—79分、0-59分, 满意度计算以(满意例数+尚满意例数)/n*100%。

1.4 统计学分析

数据计算用spss27.0, 计数资料: $n(\%)$, χ^2 检验, 计量资料: $(\bar{x} \pm s)$, t 检验。有差异: $P<0.05$ 。

2 结果

2.1 心理状态

护理前, 各纳入项数值测定无差异, $P>0.05$; 护理后, 再次测定以参照组值高, $P<0.05$, 见表1。

2.2 生活质量

护理展开后, 测定各纳入项, 以参照组值低,

P<0.05, 见表 2。

2.3 VAS、JOA 评分

护理前, 各纳入项数值测定无差异, P>0.05; 护理后, 同项测定以参照组值高, P<0.05, 见表 3。

2.4 舒适度

护理展开后, 测定项以参照组值低, P<0.05, 见表 4。

2.5 满意度

护理展开后, 测定项以参照组值低, P<0.05, 见表 5。

表 1 心理状态比对 ($\bar{x} \pm s$, 分)

组别	n	SAS		SDS	
		护理前	护理后	护理前	护理后
观察组	42	55.41 ± 3.28	34.12 ± 3.35	54.78 ± 3.18	33.12 ± 3.47
参照组	42	55.32 ± 3.21	43.59 ± 3.41	54.59 ± 3.12	41.47 ± 3.39
T	--	0.127	12.839	0.276	11.155
P	--	0.450	0.000	0.392	0.000

表 2 生活质量比对 ($\bar{x} \pm s$, 分)

组别	例数	生理功能	生理职能	躯体疼痛	总体健康
观察组	42	86.59 ± 3.26	87.48 ± 3.41	86.47 ± 3.36	87.57 ± 3.41
参照组	42	77.96 ± 3.17	76.36 ± 3.21	77.78 ± 3.22	76.45 ± 3.39
T	--	12.300	15.388	12.101	14.988
P	--	0.000	0.000	0.000	0.000

续表 2

组别	例数	活力功能	社会功能	情感职能	精神健康
观察组	42	87.41 ± 3.69	86.74 ± 3.54	87.46 ± 3.46	86.39 ± 3.47
参照组	42	76.39 ± 3.32	77.41 ± 3.22	76.84 ± 3.18	77.47 ± 3.21
T	--	14.388	12.635	14.646	12.229
P	--	0.000	0.000	0.000	0.000

表 3 VAS、JOA 评分比对 ($\bar{x} \pm s$, 分)

组别	n	VAS		JOA	
		护理前	护理后	护理前	护理后
观察组	42	8.35 ± 1.11	4.19 ± 1.35	10.41 ± 2.17	20.23 ± 2.01
参照组	42	8.29 ± 1.12	7.69 ± 1.41	10.54 ± 2.13	14.47 ± 2.09
T	--	0.247	11.620	0.277	12.874
P	--	0.403	0.000	0.391	0.000

表 4 舒适度比对 ($\bar{x} \pm s$, 分)

组别	例数	生理	文化	心理	环境
观察组	42	86.69 ± 3.42	87.45 ± 3.27	86.75 ± 3.34	87.33 ± 3.37
参照组	42	76.34 ± 3.19	77.54 ± 3.08	77.36 ± 3.17	76.57 ± 3.29
T	--	14.342	14.297	13.215	14.806
P	--	0.000	0.000	0.000	0.000

表5 满意度比对[n (%)]

组别	n	满意	尚满意	不满意	满意度 n (%)
观察组	42	20	15	7	35(83.33)
参照组	42	21	20	1	41(97.62)
χ^2	--	--	--	--	4.974
p	--	--	--	--	0.026

3 讨论

腰椎间盘突出症所导致患者出现机体疼痛, 对其日常生活质量产生较大影响, 因此积极采取干预措施, 缓解其机体疼痛感, 将病灶清除有着重要意义, 此类疾病, 作为多发性病症类型, 易反复发作且治疗开展中, 要予以患者高度关注, 避免相关风险隐患, 降低其临床复发概率, 确保患者机体安全及健康^[7]。现阶段人们日常生活习惯的变化、人口老龄化程度的加深, 加之老年群体随年龄增长, 机体各功能均有衰退等, 致使此疾病发生概率有所上升, 其临床主要特点就是剧烈疼痛^[8]。此类患者展开治疗多以手术进行, 为确保临床治疗开展的有效性, 需辅助相应护理措施, 缓解其机体疼痛感, 促进患者自护能力提升, 使其在诊疗开展中有较高的配合度及依从性。

常规干预措施更加注重患者病症变化, 实施内容相对简单, 且护理操作存在被动性, 患者缺乏全方位干预指导, 其身心需求不能充分满足, 特别针对患者疼痛状况缓解缺乏有效性^[9]。而疼痛专项护理干预是针对患者机体疼痛而制定相应护理措施, 其目的为缓解疼痛感的同时, 帮助其生理舒适度提升, 避免患者发生肌肉痉挛, 促使其身心状态得到调整, 确保诊疗开展的安全性、有效性^[10]。此次分析显示: 护理后, 比对心理状态、生活质量、疼痛、腰椎活动度、舒适度、满意度等指标状况均以观察组表现更佳 ($P < 0.05$), 由此提示, 运用疼痛专项护理针对老年腰椎间盘突出症疼痛患者有较显著效果, 可促进患者身心状态的调整, 改善其机体状况, 为诊疗开展予以保证。探究原因: 疼痛专项护理可充分结合患者机体疼痛诸多表现做以护理方案制定, 有效控制其疼痛表现, 缓解机体疼痛感, 防止因疼痛导致诸多负面情绪及心态出现, 同时此护理模式重视患者心理及生理状态, 确保干预实施的针对性及专业性, 缓解生理疼痛感的同时, 疏导其心理状态, 从而提高患者的机体舒适度, 为病症恢复做好基础奠定。

综上, 疼痛专项护理运用于老年腰椎间盘突出症

疼痛患者中, 可充分考虑患者状况, 改善其生活质量、心理状态, 确保腰椎功能的良好恢复, 从而提升其机体舒适度及满意度, 值得采纳。

参考文献

- [1] 田少娟, 喻玲艳, 宋婷, 刘丹. 阶梯式康复护理对腰椎间盘突出症患者腰椎功能及疼痛程度的影响[J]. 医疗设备, 2022, 35(23): 157-159.
- [2] 欧阳小英. VAS 疼痛评分结合临床护理路径在腰椎间盘突出症的应用价值分析[J]. 基层医学论坛, 2022, 26(27): 30-32.
- [3] 沈传慧. 疼痛护理联合肌力定制训练在腰椎间盘突出症患者中的应用效果分析[J]. 现代诊断与治疗, 2021, 32(14): 2330-2331.
- [4] 李青青, 洪金翠, 黄倩倩. 全方位护理干预对腰椎间盘突出症患者负面情绪及疼痛程度的影响[J]. 现代实用医学, 2019, 31(10): 1392-1393.
- [5] 窦全梅. 临床护理路径对腰椎间盘突出症患者生活质量、疼痛程度及护理满意度的影响[J]. 河南医学研究, 2021, 30(10): 1916-1918.
- [6] 周少华, 王丽芳, 钟建华. 综合性护理结合舒适性护理经皮椎间孔镜治疗腰椎间盘突出症患者对疼痛症状和生活质量的影响[J]. 临床合理用药杂志, 2020, 13(23): 141-143.
- [7] 尚亚丽. 综合疼痛护理管理对腰椎间盘突出症患者的干预效果观察[J]. 黑龙江中医药, 2020, 49(03): 319-320.
- [8] 赵艳. 老年腰椎间盘突出症患者围术期的疼痛护理[J]. 医学食疗与健康, 2020, 18(01): 4+6.
- [9] 尚坤, 张姗姗, 李献萍. 疼痛护理管理模式在腰椎间盘突出症患者中的应用[J]. 齐鲁护理杂志, 2019, 25(24): 54-56.
- [10] 成旭琪. 腰椎间盘突出症患者围术期的疼痛护理分析[J]. 中国社区医师, 2019, 35(33): 167-167.

版权声明: ©2023 作者与开放获取期刊研究中心(OAJRC)所有。本文章按照知识共享署名许可条款发表。

<https://creativecommons.org/licenses/by/4.0/>



OPEN ACCESS