

体外冲击波碎石术后体位排石精准运动健康指导结合中医护理的应用

罗欣

江西省安义县人民医院 江西南昌

【摘要】目的 探究在体外冲击波碎石术后患者中应用体位排石精准运动健康指导结合中医护理的干预效果。**方法** 抽取2022年7月至2024年4月期间我院收治的行体外冲击波碎石术患者82例为研究对象，基于随机信封法分为对照组和实验组两组，对照组接受中医护理干预，总计41例；实验组接受体位排石精准运动健康指导结合中医护理干预，总计41例。对比指标：生活质量评分、结石排出情况与复发率。**结果** 干预后实验组各项生活质量评分更高 ($P < 0.05$)；与对照组 (78.05%) 相比，实验组结石排出成功率 (95.12%) 更高 ($P < 0.05$)；实验组结石复发率 (0.00%) 明显低于对照组 (12.20%) ($P < 0.05$)。**结论** 在体外冲击波碎石术后患者中运用体位排石精准运动健康指导结合中医护理能促进结石排出体外，加快康复进度，提升患者日常生活质量。

【关键词】 体外冲击波碎石术；体位排石；精准运动；健康指导；中医护理；干预效果

【收稿日期】 2024年7月16日 **【出刊日期】** 2024年8月28日 **【DOI】** 10.12208/j.jnm.20240418

Application of precise exercise health guidance combined with traditional Chinese medicine nursing after extracorporeal shock wave lithotripsy

Xin Luo

Jiangxi Anyi County People's Hospital, Nanchang, Jiangxi

【Abstract】Objective To explore the intervention effect of precise exercise health guidance combined with traditional Chinese medicine nursing in patients after extracorporeal shock wave lithotripsy. **Methods** A total of 82 patients who underwent extracorporeal shock wave lithotripsy in our hospital from July 2022 to April 2024 were selected as the study objects. Based on random envelope method, they were divided into two groups: control group and experimental group. The control group received TCM nursing intervention, with a total of 41 cases. The experimental group received precise exercise health guidance combined with traditional Chinese medicine nursing intervention, a total of 41 cases. Comparison index: Quality of life score, stone discharge and recurrence rate. **Results** After intervention, the scores of quality of life in the experimental group were higher ($P < 0.05$). Compared with the control group (78.05%), the success rate of stone removal in the experimental group (95.12%) was higher ($P < 0.05$). The recurrence rate of stone in the experimental group (0.00%) was significantly lower than that in the control group (12.20%) ($P < 0.05$). **Conclusion** In patients with extracorporeal shock wave lithotripsy, the use of precise exercise health guidance combined with traditional Chinese medicine nursing can promote stone expulsion, accelerate rehabilitation progress, and improve patients' daily life quality.

【Keywords】 Extracorporeal shock wave lithotripsy; Postural stone removal; Precise movement; Health guidance; Traditional Chinese medicine nursing; Intervention effect

泌尿系统结石是临床多发的泌尿外科疾病，结石常发生于肾、膀胱、输尿管、尿道上下尿路部位，可导致血尿、腰腹部疼痛、尿路梗阻、感染、急性肾功能损害等^[1]，给患者身心健康带来严重不良影响。体外冲击波碎石术是治疗膀胱结石、输尿管结石、肾结石等各类泌尿系统结石的首选治疗技术手段，通过体外冲击波

方式将结石粉碎成末，随尿液排出^[2-3]。具有治疗时间短、无创伤、排石率高等优势，但易引发血尿、肾绞痛、发热等并发症，术后需要配合科学合理的干预措施预防并发症发生，加快碎石排出^[4-5]。研究发现，中医特色护理能减轻患者术后炎症、疼痛，提升患者舒适度，同时联合体位排石精准运动健康指导可帮助结石排出，

避免结石复发^[6]。鉴于此,为探究体位排石精准运动健康指导结合中医护理在体外冲击波碎石术后患者中的应用效果,本次抽取2022年7月至2024年4月我院收治的行体外冲击波碎石术患者82例为研究对象进行分组研究,研究报道阐述如下。

1 资料与方法

1.1 一般资料

研究时间为2022年7月至2024年4月,研究对象为我院收治的行体外冲击波碎石术患者82例,基于随机信封法均衡分组处理,41例/组。对照组患者性别(男/女):23/18,年龄:21-64岁,均值(41.53±5.31)岁,结石直径均值(1.39±0.15)cm;实验组患者性别(男/女):22/19,年龄:22-65岁,均值(42.45±5.65)岁,结石直径均值(1.41±0.14)cm。两组患者性别、年龄、结石直径等基线资料对比差异分布均衡,具有组间可比意义($P>0.05$)。在医院伦理机构审批后开展此研究。

纳入标准:①满足体外冲击波碎石术治疗指征,无碎石手术禁忌症;②临床诊断资料完整无缺失;③患者均知悉并同意参与研究,已签署知情同意书;④经中医辨证分型分析符合湿热瘀滞型标准,湿热瘀滞证辨证标准:腰腹疼痛,小便频急伴刺痛,排尿中断,尿色暗红或夹杂血块,舌质暗红,苔黄腻,脉弦或数^[7]。

剔除标准:①输尿管狭窄或肾功能异常者;②凝血功能障碍者;③护理配合度较差者;④研究中途脱落者。

1.2 方法

对照组接受中医护理干预。

①饮食指导。戒烟酒,每日摄入充足的水分,日饮水量2000-2500mL。低盐低脂饮食,多吃西红柿、橙子等富含维C以及白菜等富含矿物质食物。禁止肉蛋类高蛋白食物,菠菜、土豆、橘子、茶叶等草酸食物以及高糖食物的摄入。

②情志护理。术后患者易出现焦虑、紧张等负面情绪,需要结合疾病知识宣教,向患者普及泌尿系统结石疾病健康保健知识,讲解疾病形成的原因、危害、手术治疗目的、方法、配合注意事项等,对于负性情志患者,结合患者心理问题所在,通过说理开导法、移情疗法、释疑解惑法、以情制胜法等消释患者疾病治疗中的疑虑,纾解患者不良情绪,减轻心理压力,增强护理依从性和克服疾病的信心。

③特色中医疗法。借助中医辨证分型,给予内外施治特色护理治疗方法,如耳穴压豆法、中药汤饮、针刺疗法等使结石快速排出。耳穴压豆方法如下:指导患者

取坐位,选取神门、交感、肝、肾、输尿管等耳穴并做好标记,消毒耳部皮肤,采用王不留行籽用胶布服帖耳穴并适度按压,1min/穴,以酸、麻、胀、痛、热为宜,得气感,叮嘱患者每日自行按压,4-5次/d,隔2d换对侧贴压。实验组接受体位排石精准运动健康指导结合中医护理干预。中医护理方法参照对照组。体位排石精准运动健康指导内容如下:

①体位排石精准运动健康宣传指导:向患者介绍术后运动的重要性,讲解术后运动的目的、原理、方法、预期效果,结合患者病情制订体位和运动方案,以身示范向患者讲解具体动作和操作要领,增强患者积极参与性和配合度,提升自觉运动意识,掌握正确的运动操作方法。

②实施个体化体位排石精准运动方案。根据患者结石发生具体位置选择适合的排石运动方案,比如针对上组肾盏、肾盂处、输尿管上段结石患者,应双脚原地先叩击再跳跃,上段结石患者尽量避免弯腰,防止结石返肾;对于中组肾盏处结的患者取健侧卧位,患侧朝上,间断叩击患侧肾区后行跳跃运动;下组肾盏处结石患者取头低脚高健侧卧位;输尿管中段结石患者行患侧单脚跳跃运动;输尿管下段结石患者行健侧单脚跳跃运动;马蹄肾结石取俯卧位,间断叩击患侧肾区。肾盏结石患者术后2d后调整体位并运动排石。膀胱结石患者取侧卧位2d。针对较大肾结石患者,指导患者术后平卧位3d左右,避免排石较快形成石街。在运动干预过程中需借助留置尿液容器观察患者排石情况。若患者术后发生肾绞痛并发症,需要在医生的指导下进行解痉镇痛治疗,叮嘱术后多饮水,降低并发症发生率,必要时采用外科治疗手段干预解除肾绞痛。

1.3 观察指标

对比指标:①生活质量:评估工具为简易健康状况调查表(SF-36),评价其中的躯体功能、心理状态、社会功能、症状反应4个维度,分值区间为0-100分,评分越高越好^[8]。②术后追踪随访,统计两组结石排出成功率和半年复发率。

1.4 统计学方法

数据处理:SPSS24.0,结石排出成功率和复发率用 $n(\%)$ 描述,生活质量评分用 $(\bar{x} \pm s)$ 描述,组间经 χ^2 和 t 检验, $P<0.05$ 为差异有统计学意义。

2 结果

2.1 对比生活质量评分

实验组躯体、心理、社会等生活质量评分均高于对照组($P<0.05$),详见表1:

表1 对比生活质量评分 ($\bar{x} \pm s$, 分)

组别	例数 (n)	躯体功能	心理状态	社会功能	症状反应
对照组	41	75.36±8.35	74.61±9.47	72.34±8.63	73.63±7.46
实验组	41	86.43±8.58	87.48±9.45	85.25±8.25	86.87±8.68
<i>t</i>		5.920	6.160	6.924	7.407
<i>P</i>		0.000	0.000	0.000	0.000

2.2 对比结石排出成功率和复发率

对照组结石排出成功率 78.05% (32/41) 低于实验组结石排出成功率 95.12% (39/41), $\chi^2=5.145$, $P=0.023$ ($P<0.05$); 对照组结石复发率 12.20% (5/41) 高于实验组结石复发率 0.00% (0/41), $\chi^2=5.325$, $P=3.408$ ($P<0.05$)。

3 讨论

体外冲击波碎石术是现阶段治疗泌尿系统结石的常规治疗方式,操作便捷安全,但同时也存在感染、出血、输尿管梗阻等风险,另外手术只是击碎结石,并不等于结石排出,因此需加强术后护理,促进结石排净,避免病情复发^[9]。

本次研究对比了中医护理和中医护理联合体位运动指导干预,结果显示:实验组躯体功能、心理状态等生活质量评分均高于对照组 ($P<0.05$); 实验组结石排出成功 (95.12%) 高于对照组 (78.05%), 实验组结石复发率 (0.00%) 低于对照组 (12.20%) ($P<0.05$)。说明联合干预模式比单一中医护理效果更佳,能加快结石排出,提升结石排出成功率,降低复发风险。

中医护理在体外冲击波碎石术后护理中优势突出,泌尿系统结石在中医系统里属“淋证”范畴^[10],多由湿热瘀滞于肾所导致,因此在中医护理中应以清热利湿、通淋排石为主,通过特色中医疗法、情志护理、饮食护理等措施,强调饮食和情志的重要性,通过合理饮食、大量饮水稀释尿液,避免形成盐类结晶,起到疏通经络、理气散瘀的效果,进而提升排泄功能,减轻术后炎症反应,促进结石排出。

在此基础上结合体位排石精准运动健康指导,向患者普及改变体位和配合运动的重要性,针对不同结石类型给予精准的康复运动指导和体位指导,明显加快了术后康复进程,避免结石残留引发再次手术等风险,对防止疾病复发,提高排石效率效果具有推动作用。

综上所述,体位排石精准运动健康指导结合中医护理在体外冲击波碎石术后患者中效果确切,值得推广普及。

参考文献

- [1] 蔡娟丽,王秀,赵芳,等.体外冲击波碎石术后体位排石精准运动健康指导结合中医护理的应用[J].实用中医内科杂志,2023,37(01):101-103.
- [2] 杜业芳.规范化健康教育在体外冲击波碎石患者中的应用[J].中国继续医学教育,2019,11(18):151-153.
- [3] 张琳琳.舒适护理在泌尿结石患者体外冲击波碎石术中的应用效果研究[J].中国科技期刊数据库 医药,2024,0(1):0168-0171.
- [4] 时喜春.系统护理在泌尿系结石患者体外冲击波碎石术治疗中的应用效果[J].中国冶金工业医学杂志,2020,37(04):426-427.
- [5] 徐玲,刘樱.预见性护理干预在尿路结石体外冲击波碎石术患者中的效果影响[J].中国医药指南,2024,22(4):139-142.
- [6] 杨笛,张淼,于丽华.感恩拓延-建构理论在体外冲击波碎石术患者精细化护理中的临床实践[J].黑龙江医学,2024,48(02):240-243.
- [7] 李国梅.上尿路结石患者行体外冲击波碎石术治疗的围手术期健康指导及针对性护理分析[J].中国医药指南,2023,21(33):173-175.
- [8] 王晓平,王晓杰,刘茹玲,等.延续性护理模式在体外冲击波碎石术患者中的应用探讨[J].卫生职业教育,2023,41(02):140-143.
- [9] 皮定坤.全面性护理干预对肾下盏结石患者体外冲击波碎石术后的影响[J].甘肃医药,2021,40(05):460-461+463.
- [10] 汪静娜.中医特色护理措施联合常规医护措施干预尿路结石体外冲击波碎石术后疗效分析[J].新中医,2020,52(22):145-148.

版权声明: ©2024 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