

## 舒适护理在偏头痛患者中的效果

王彬彬, 王丽丽

湖北省十堰市湖北医药学院附属太和医院神经内科 湖北十堰

**【摘要】目的** 研究舒适护理在偏头痛患者护理中的应用效果。**方法** 选取2021年4月-2022年4月收治的70例偏头痛患者, 计算机随机分组方式分组。对照组采取常规护理措施, 研究组采用舒适护理。**结果** 研究组心理状态评分低于对照组, 生活质量评分高于对照组, 临床指标优于对照组, 护理满意度高于对照组,  $P < 0.05$ 。**结论** 偏头痛患者采用舒适护理, 取得了较好的效果。

**【关键词】** 偏头痛; 舒适护理; 心理状态; 生活质量; 护理满意度

### Effect of comfortable nursing on migraine patients

Binbin Wang, Lili Wang

Department of Neurology, Taihe Hospital Affiliated to Hubei Medical College, Shiyan City, Hubei Province

**【Abstract】Objective** To study the application effect of comfortable care in patients with migraine. **Methods** 70 patients with migraine patients who were treated from April 2021 to April 2022, and the computer random grouping was packed. The control group adopts conventional nursing measures, and the research group adopts comfortable care. **Results** The psychological status score of the research group was lower than the control group, the quality of life was higher than the control group. The clinical indicators were better than the control group. **Conclusion** Patients with migraine have adopted comfortable care and achieved better results.

**【Keywords】** migraine; Comfort care; mentality; Quality of life; Nursing satisfaction

偏头痛通常持续时间在4-72小时, 患者可能会伴有恶心、呕吐症状, 在某种声音刺激下或日常活动当中头痛症状可能会加重, 在安静状态下或休息后疼痛症状会有所缓解, 如未及时治疗, 严重影响生活<sup>[1]</sup>。该病在护理过程中采用常规护理方式, 主要是针对患者的症状进行护理, 却忽视了患者的心理需求与生理需求, 导致患者对治疗失去了信心, 治疗依从性较差, 严重也可能会导致心脑血管疾病的发生<sup>[2]</sup>。舒适护理是在常规护理基础上实施的一种新型护理模式, 能够满足患者的心理与心理的需求, 可以进一步提高治疗效果与护理质量, 缓解临床症状, 提高生活质量<sup>[3]</sup>。本文中针对舒适护理的应用效果展开以下研究。

### 1 资料与方法

#### 1.1 一般资料

选取2021年4月-2022年4月我院收治的70例偏头痛患者, 采用计算机随机分组方式分为研究组与对照组, 各35例。对照组男18例, 女18例,

平均年龄(48.41±3.25)岁, 平均病程(4.13±1.12)年; 研究组男19例, 女17例, 平均年龄(48.59±3.56)岁, 平均病程(4.19±1.07)年。一般资料对比,  $P > 0.05$ 。

纳入标准: ①患者经过临床诊断确诊为偏头痛; ②患者对本次研究签署同意书; ③经过伦理委员会批准。排除标准: ①伴有精神障碍; ②伴有认知功能障碍; ③伴有心血管疾病; ④伴有严重器质性疾病; ⑤护理依从性较差。

#### 1.2 方法

对照组: 采用常规护理模式, 依据患者诊断结果与实际情况, 对其展开基础护理, 保证治疗能够顺利进行。

研究组: 采用舒适护理, 具体内容为: (1) 心理护理: 偏头痛患者的病程比较长, 疾病极易反复发作, 所以大多患者都会出现烦躁、焦虑等不良情绪。因此, 护理人员应该耐心地与患者交流、沟通, 全面评估患者的心理需求, 采取针对性的方式展开

心理疏导, 提高患者对治疗的自信心。(2) 健康教育: 护理人员应用通俗易懂的语言向患者说明疾病的发生原因、诱发因素与治疗方式、效果、注意事项等, 促使患者能够进一步认识到疾病治疗的重要性。同时, 向患者列举治疗成功的案例, 帮助患者提高护理依从性。(3) 环境护理: 噪音与强光都是导致偏头痛发作的主要因素, 因此, 护理人员应该为患者创造空气清新、光线柔和的环境, 病房内每天应用无味消毒剂进行消毒。也可以在病房内摆放自己感兴趣的书籍、播放音乐、电视节目等, 保持心情愉悦, 继而缓解心理、生理不适感。(4) 睡眠护理: 偏头痛患者大多都会伴有不同程度的睡眠障碍, 来保证患者的良好睡眠, 继而减少头痛的持续时间, 降低头痛发作频率。因此, 护理人员应该为患者创造安静、舒适的病房环境, 指导患者进行科学饮食, 养成良好的生活习惯, 指导患者适当进行体育活动, 来增加机体免疫力, 继而改善睡眠质量。(5) 饮食护理: 护理人员应该主动向患者说明导致偏头痛发作的食物, 叮嘱患者禁止食用巧克力、奶制品等, 也不能饮用柠檬汁与白酒等, 尽量选择高维生素、清淡食物, 多饮用温开水, 确保大便通畅。(6) 疼痛护理: 护理人员应该全面评估患者头痛的严重程度, 根据评估结果指导患者采取注意力转移法, 来缓解头痛症状, 如听音乐、看书等; 也可以对额头部位进行冷热敷、按摩太阳穴, 来减轻头痛程度。针对头痛比较严重的患者, 可遵医嘱指导患者服用止痛药物。

### 1.3 观察指标

(1) 对比负性情绪, 采用汉密顿焦虑量表 (HAMA)、汉密顿抑郁量表 (HAMD)<sup>[4]</sup>。

(2) 对比生活质量, 采用的是(WHOQOL-100)<sup>[5]</sup>生活质量评分表。

(3) 对比临床指标。

(4) 对比两组护理满意度。

### 1.4 数据分析

本研究数据采用 SPSS21.0 进行统计学处理, 计数资料用 (n/%) 表示、行  $\chi^2$  检验, 计量资料用均数  $\pm$  标准差 ( $\bar{x} \pm s$ ) 表示、行 t 检验。P < 0.05 有统计学意义。

## 2 结果

### 2.1 对比负性情绪

护理前, 研究组 HAMA、HAMD 评分分别为 (14.34  $\pm$  2.71) 分、(14.45  $\pm$  4.27) 分, 对照组 HAMA、HAMD 评分分别为 (14.84  $\pm$  2.04) 分、(14.13  $\pm$  3.72) 分, 统计学对比显示, HAMA (T=0.8721, P=0.3862), HAMD (T=0.0296, P=0.9764), 无明显差异, P 均 > 0.05。

护理后, 研究组 HAMA、HAMD 评分分别为 (8.30  $\pm$  1.55) 分、(11.59  $\pm$  1.24) 分, 对照组 HAMA、HAMD 评分分别为 (12.87  $\pm$  1.14) 分、(14.73  $\pm$  1.98) 分, 研究组均低于对照组, 统计学对比显示, HAMA (T=14.0516, P=0.0000), HAMD (T=7.9515, P=0.0000), 数据对比有意义, P 均 < 0.05。

### 2.2 对比生活质量

研究组患者经过护理后, 其各项生活质量评分均高于对照组, 数据对比有意义, P < 0.05, 见表 1。

表 1 对比生活质量 ( $\bar{x} \pm s$ ; 分)

组别	例数	生理	心理	独立性	社会关系	环境	精神支柱
研究组	35	83.42 $\pm$ 10.55	85.54 $\pm$ 9.42	84.62 $\pm$ 9.25	84.44 $\pm$ 9.21	86.51 $\pm$ 9.30	87.44 $\pm$ 9.95
对照组	35	62.55 $\pm$ 6.64	74.55 $\pm$ 9.58	72.35 $\pm$ 9.60	73.65 $\pm$ 9.22	75.49 $\pm$ 9.32	74.46 $\pm$ 9.15
T	-	9.9047	4.8392	5.4451	4.8983	4.9517	5.6808
P	-	0.0000	0.0000	0.0000	0.0000	0.0000	0.0000

### 2.3 对比临床指标

研究组偏头痛每月发作次数 (3.11  $\pm$  0.84) 次, 偏头痛发作持续时间 (5.24  $\pm$  1.90) h; 研究组偏头痛每月发作次数 (6.03  $\pm$  1.12) 次, 偏头痛发作持续时间 (7.26  $\pm$  2.31) h。统计学对比显示, 偏头痛每月发作次数 (T=12.3393, P=0.0000), 偏头痛发作

持续时间 (T=3.9955, P=0.0002), 研究组优于对照组 (P < 0.05)。

### 2.4 对比护理满意度

研究组总满意度为 97.14% (34/35), 非常满意 23 例, 占比 65.71% (23/35), 满意 11 例, 占比 31.43% (11/35), 不满意 1 例, 占比 2.86% (1/35); 对

照组总满意度为 80.00% (28/35), 非常满意 13 例, 占比 37.14% (13/35), 满意 15 例, 占比 42.86% (15/35), 不满意 7 例, 占比 20.00% (7/35)。统计学分析显示,  $\chi^2=5.0806$ ,  $P=0.0242$ , 研究组较高 ( $P<0.05$ )。

### 3 讨论

偏头痛属于神经性疾病, 偏头痛的发生与遗传、代谢、内分泌、饮食、精神等多种因素有关, 该病发生后会导致患者出现明显头痛、眩晕症状, 继而出现烦躁、焦虑等负面情绪, 对患者的睡眠有着不良影响, 导致病情进一步加重<sup>[6]</sup>。该病具有病程长、经常反复发作等特点, 部分患者疼痛时间比较长, 对其日常生活也有着严重的影响。因此, 临床上对于疾病的护理, 应该以缓解疼痛程度、提高生活质量为基本原则<sup>[7]</sup>。

常规护理措施虽能改善患者的临床症状, 但是整体护理效果并不理想。舒适护理是一种综合性的护理模式, 能够让患者获取生理、心理最佳舒适程度, 主要应用目的就是确保患者的身心健康, 让患者在轻松、愉悦的环境下接受治疗<sup>[8]</sup>。作为一种现代化护理模式, 将其应用到偏头痛患者的护理工作中, 更加注重的是环境、社会、心理与身体上的护理, 尽量满足患者提出的护理需求, 维护良好的护患关系, 加强与患者之间的沟通, 缓解患者头痛程度与不适感, 帮助改善生活质量<sup>[9]</sup>。

本文研究结果显示, 经过护理后, 研究组心理状态评分低于对照组, 生活质量评分高于对照组, 研究组临床指标优于对照组, 护理满意度高于对照组 ( $P<0.05$ )。护理人员应该与患者建立良好的护患关系, 进一步与患者沟通, 并向患者讲解有关疾病的相关知识、治疗方式与护理方案等, 稳定患者的情绪; 向患者列举相关治疗案例, 可以帮助患者树立治疗自信心, 让患者能够积极、主动参与到护理工作中; 教会患者自我调节情绪, 通过转移注意力转移方式, 保持身心愉悦, 减少负面情绪对患者大脑神经的刺激, 继而减轻头痛程度。因为疾病的发作与患者的生活、饮食习惯有着直接的关系, 护理人员应该主动告知患者避免食用刺激性食物, 在饮食上应按照饮食计划执行<sup>[10]</sup>。

综上所述, 偏头痛患者在护理期间采用舒适护理, 可缓解负性情绪, 提高其生活质量, 改善临床症状。

### 参考文献

- [1] 陈丽彬. 心理护理对偏头痛患者心理状态的影响分析[J]. 中国卫生标准管理, 2022, 13(9): 167-170.
- [2] 张东霞. 优质护理干预在偏头痛患者护理中的应用效果[J]. 中国冶金工业医学杂志, 2022, 39(1): 30.
- [3] 周艾飞, 赵凌燕, 徐燕娜. 护理干预在偏头痛护理中的临床应用研究[J]. 首都食品与医药, 2022, 29(6): 102-104.
- [4] 杨星星. 护理干预在偏头痛患者护理中的应用效果探析[J]. 中国保健营养, 2022, 32(1): 55-57.
- [5] 张佳莹. 对神经源性偏头痛患者给予优质护理干预的临床效果分析[J]. 中国保健营养, 2021, 31(13): 205-206.
- [6] 刘芳. 偏头痛患者症状发作时应用舒适护理的效果观察[J]. 中国医药指南, 2020, 18(3): 331-332.
- [7] 赵艳. 对偏头痛患者进行舒适护理的效果分析[J]. 当代医药论丛, 2020, 18(6): 4-5.
- [8] 周会敏. 舒适护理应用于偏头痛患者的临床效果观察[J]. 全科口腔医学杂志(电子版), 2020, 7(4): 182.
- [9] 于红. 偏头痛患者的护理干预方案及对症状改善情况生活质量评分影响的研究[J]. 中国药物与临床, 2020, 20(20): 352 0-3522.
- [10] 刘卫红. 偏头痛患者症状发作时应用舒适护理的效果观察[J]. 临床医药文献电子杂志, 2018, 5(22): 109-110.

收稿日期: 2022 年 10 月 17 日

出刊日期: 2022 年 11 月 14 日

引用本文: 王彬彬, 王丽丽, 舒适护理在偏头痛患者中的效果[J]. 国际医学与数据杂志 2022, 6(6): 96-98.  
DOI: 10.12208/j. ijmd.20220250

检索信息: RCCSE 权威核心学术期刊数据库、中国知网 (CNKI Scholar)、万方数据 (WANFANG DATA)、Google Scholar 等数据库收录期刊

版权声明: ©2022 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