

## 浅谈慢性颈椎病治疗临床护理研究

杨林, 王菁

奉节县人民医院 重庆奉节

**【摘要】**了解慢性颈椎病的病理机制以及临床表现,为颈椎病的预防和护理治疗提供方向性指导。方法 立项后选取我院 2019 年 7 月至 2022 年 7 月收治的慢性颈椎患者作为研究对象,以入院顺序,筛选年龄在 25 岁-75 岁之间,通过术后康复记录,将记档入库的适宜患者中 100 例患者作为研究对象,其中 50 例采用保守治疗分为对照组,另外 50 例患者采用手术治疗分为研究组,研究和比较两组患者颈椎恢复情况。结果 两组患者治疗护理后就康复情况而言,研究组患者复发的次数明显少于对照组,特别是年纪在 50-65 岁,并且慢性颈椎病临床表现 3 年以上患者而言,研究组患者的治疗情形明显优于对照组。结论 在慢性颈椎病早期治疗过程中,以保守护理治疗为主,在慢性颈椎病晚期治疗过程中,手术护理治疗明显够降低慢性颈椎病复发的风险,促进患者早日康复的效果。

**【关键词】**慢性颈椎;病理机制;预防;护理治疗

### Talking about the clinical nursing research on the treatment of chronic cervical spondylosis

Lin Yang, Jing Wang

Fengjie County People's Hospital, Fengjie, Chongqing

**【 Abstract 】** Understand the pathological mechanism and clinical manifestations of chronic cervical spondylosis, and provide directional guidance for the prevention, nursing and treatment of cervical spondylosis. Methods: After the establishment of the project, the patients with chronic cervical spine admitted to our hospital from July 2019 to July 2022 were selected as the research subjects. In the order of admission, the ages between the ages of 25 and 75 were screened. Through the postoperative rehabilitation records, 100 suitable patients recorded in the warehouse were taken as the research subjects, of which 50 were conservative treatment was divided into a control group, and another 50 patients were divided into a research group with surgical treatment. The recovery of the cervical spine of the two groups was studied and compared. Results: After treatment and nursing, in terms of rehabilitation, the number of recurrences of patients in the study group was significantly lower than that of the control group, especially for patients aged 50-65 and had clinical manifestations of chronic cervical spondylosis for more than 3 years, the treatment of patients in the study group was significantly better than that of the control group. Conclusion: In the early treatment of chronic cervical spondylosis, conservative nursing treatment is mainly used. In the process of advanced treatment of chronic cervical spondylosis, surgical nursing treatment is obviously enough to reduce the risk of recurrence of chronic cervical spondylosis and promote the early recovery of patients.

**【Keywords】** chronic cervical spine; pathological mechanism; prevention; nursing treatment

#### 前言

颈椎是位于头颅与胸廓之间,颈椎病是颈椎间盘组织退行性改变及其继发病理改变累及周围组织结构(神经根、脊髓、椎动脉、交感神经等),并出现相应的临床表现;颈椎间盘在长期受压的情况下容

易受到创伤和劳损,而长期劳损导致的椎间孔狭窄、韧带增厚、骨质增生、椎间盘突出致病和椎动脉及神经根受压为主出现功能障碍;慢性颈椎病不断发展,其局部病灶逐渐形成骨刺、椎节失稳、髓核突出或脱出、继发椎管狭窄及韧带肥厚等;临床依据

作者简介:杨林(1978-)女,汉族,重庆奉节,本科,主管护师。

颈椎病病理表现不同将其分为几大类, 主要以脊髓型颈椎病、神经根型颈椎病、交感神经型颈椎病、颈型颈椎病、食管压迫型颈椎病及椎动脉型颈椎病为主。

## 1 资料与方法

### 1.1 资料

选取我院 2019 年 7 月至 2022 年 7 月收治的慢性颈椎患者作为研究对象, 以入院顺序, 以入院顺序, 筛选年纪在 25 岁-75 岁之间, 通过术后康复记录, 将记档入库的适宜患者中 100 例患者作为研究对象, 其中 50 例采用保守治疗分为对照组, 另外 50 例患者采用手术治疗分为研究组, 两组患者颈椎病病理表现、颈椎病表现时间等因素均相近或接近。

### 1.2 方法

对照组的患者实行保守护理治疗: 其治疗护理内容如下:

(1) 牵引治疗: 取坐位或卧位, 采用靠坐位时, 使颈部自躯干纵轴向前前倾约  $10^{\circ}$  - $30^{\circ}$ , 牵引重量由轻至重选择以利患者适应, 要求牵引结束时患者应有明显的颈部受牵伸感觉, 每次牵引持续时间通常为 30 分钟左右, 每日牵引 1-3 每次 15 天为一疗程, 可持续数个疗程直至症状基本消除; 在患者症状较重或体弱不耐久坐时采用仰卧位牵引, 通过体位垫使患者保持适当姿位;

(2) 推拿治疗: 采用在患者颈背部反复作掌揉、探法和一指禅推法, 然后在颈肩部的督脉、手三阳经的部分俞穴如风池、风府、肩内俞、肩井、天宗、缺盆等穴作点、压或拿法, 再在斜方肌与提肩胛肌处行弹拨法, 推拿手法应刚柔结合, 切忌粗暴;

(3) 运动治疗: 通过颈部各方向的放松性运动, 活跃颈椎区域血液循环, 消除淤血水肿, 同时牵伸颈部韧带, 放松痉挛肌肉, 从而减轻症状, 特别是在各型颈椎病症状基本缓解或呈慢性状态时, 可开始医疗体操以促进症状的进一步消除及巩固疗效;

(4) 物理治疗: 采用高频电疗、低中频电疗、超声波电疗、磁疗和针灸, 辅助艾灸或穴位贴敷手段, 改善局部血运和颈椎压迫, 放松痉挛肌肉, 缓解症状;

(5) 中医药物治疗: 采用内服药和外用药相结合, 以镇疼、养气、活血和通络为主, 缓解症状;

(6) 饮食护理: 患者需要摄取营养丰富的食材,

以富含维生素和蛋白质的食物为主, 增强患者人体免疫力;

(7) 睡枕护理: 患者睡眠应以仰卧为主, 患者头部应置于枕头中央, 枕头中央在患者头部受压后其高度 6-10cm, 枕头位于患者头部的两端比枕头中央位置高出 5-8cm 左右, 枕头应承托颈椎全段, 使颈椎得到充分的松弛和休息, 难以入眠患者, 可以采用气囊枕头, 利用夜间循环进行充气放气, 使患者头部处于放松状态, 提升患者睡眠质量并延长睡眠时间。

研究组的患者实行手术治疗护理: 其手术护理内容如下:

(1) 术前心理护理: 术前向患者介绍本院手术效果显著的案例, 告示同病房或隔壁病房已进行手术患者现身说法, 从而解除病人的顾虑, 增强病人自信心和安全感, 保持良好的精神状态, 积极配合手术治疗;

(2) 术前训练护理:

①术前气管推移训练: 气管训练直接影响患者术中配合和术后并发症的发生, 术中牵拉气管容易导致患者咳嗽等不良反应, 影响手术进展, 并且术后容易发生局部肿胀或反应性喉头水肿;

②术前肺活量锻炼: 通过在术前增强肺活量改善肺功能, 避免术后肺不张和肺部感染;

(3) 术后生命体征的应急护理: 给予心电监护, 特别注意患者呼吸变化, 鼓励患者自行咳出气道分泌物, 确保呼吸道通畅并指导病人做深呼吸和有效咳嗽;

(4) 术后体位护理: 患者去枕平卧, 颈托外固定制动, 保持颈中立位, 术后第二天间断性半坐卧位, 侧卧位时注意将头垫高, 使其与脊柱保持同一水平; 变换体位时采用轴线翻身, 协助患者每 2 小时翻身一次, 使头、颈、躯干在同一水平线转动;

(5) 术后饮食护理: 术后一周内采用少量多餐, 以流质食物为主, 同时注意进食时防止呛咳, 术后一周后可正常饮食, 以高能量食物为主, 补充维生素和蛋白质;

(6) 术后神经护理: 术后 3 天后开始观察患者四肢肌力、四肢感觉和四肢运动变化, 如原有神经压迫症状逐渐加重, 应及时通知医生;

(7) 术后管道护理: 术后应妥善固定引流管,

观察引流管是否通畅, 观察引流液颜色、性质和量, 准确记录引流量; 术后引流液多为暗红色, 量不超过 100ml;

(8) 术后康复护理: 参考保守护理治疗内容。

### 1.3 观察指标

根据医院患者治疗慢性颈椎患者的康复记录, 统计 2 组患者的护理治疗后的康复效果、患者本身所处的年纪分布和症状周期, 并对比其术后的满意度。

## 2 结果

表 1 为 2 组患者的年纪段分布指标比较

	25-55	55-65	65-75
对照组 50 例	10	15	25
观察组 50 例	2	43	5

表 2 为 2 组患者的慢性颈椎症状时间指标比较

	1 年内	1-3 年	3-10 年	10 年以上
对照组 50 例	25	10	10	5
观察组 50 例	2	20	25	3

表 3 为 2019 年 7 月至 2020 年 7 月 2 组患者中各 10 例护理治疗后的康复效果

	半年内复诊	1 年内复诊	2 年内复诊
对照组 10 例	0	3	2
观察组 10 例	0	0	1

因此, 通过对比对照组和观察组年纪分布, 症状时间和治疗效果可以知道, 观察组患者的康复情况明显优于对照组患者的康复情况, 另外对于慢性颈椎患者是采用保守护理治疗还是手术护理治疗, 应根据患者自身身体素质和年纪情况, 采取适当治疗措施促进患者的护理治疗后康复具有重大效果。

## 3 讨论

3.1 慢性颈椎病是年纪在 55 岁以上的人群中常见病

55 岁以上的患者容易得慢性颈椎病的主要因素有: ①颈椎间盘随着年龄增长逐渐退化引起; ②由工作压力过大劳累引起; ③年轻时症状不明显; ④未能及时康复治疗, 导致症状逐渐加重; ⑤由患者职业病引起。

通过研究患者治疗康复记录, 患者在进行手术治疗人群中, 以 55-65 岁之间的患者为主, 在 55 岁之前的患者, 大多数都是在岗状态, 通过手术治疗容易担心身体恢复情况及日后工作生活是否受到影响, 大多数采用保守治疗, 而 55-65 岁之间的患者, 基本上都是退休或者半退状态, 从经济、工作和身体上都能接收手术护理治疗, 包括手术治疗后康复效果好, 能够改善睡眠, 避免影响晚年生活, 超过 65

岁的患者, 大多数担心手术后身体恢复差, 身体机能下降达不到好的治疗效果, 多数采用保守护理治疗。

### 3.2 保守护理治疗容易复发的因素

颈椎病症状非常丰富, 多样而复杂, 多数患者开始症状较轻, 未能及时注意和治疗, 导致病情症状逐渐加重, 往往由一开始单一症状的颈椎病类型, 逐渐加重几个类型混合在一起, 变成混合型颈椎病, 这种混合型颈椎病多样而复杂的, 通过保守护理难以根治, 仅能缓解一哈颈椎疼痛状态, 严重的容易产生耐药性, 也是导致保守治疗容易复发的原因。

综上所述, 人在年轻时出现慢性颈椎病症状, 需要及时就医进行治疗, 在慢性颈椎病症状前期可以采用保守治疗以及调整工作以及身体状态, 在慢性颈椎病症状严重时, 应在身体条件合适的情况下, 通过手术护理治疗有利于提高慢性颈椎病康复效果, 避免慢性颈椎病出现复发的现象。

## 参考文献

- [1] 王进华, 刘兰分, 裴蕾蕾. 颈椎病患者围手术期护理[J]. 解放军护理杂志, 2004, 21(10): 51.
- [2] 张红星. 颈椎病[M]. 中国医药科技出版社. 2010, 01: 3-21.

- [3] 杨玺,付万有.专家解答颈椎病[M].上海科学技术文献出版社.2004,07:1.
- [4] 李苗.骨科病人术后失眠原因分析及护理对策[J].现代护理,2011,30(9):161.
- [5] 张大玲.骨科患者术后失眠原因的调查及护理对策[J].中国保健营养(中旬刊),2014,27(7):4404-4405.
- [6] 罗才贵.推拿治疗学[M].人民卫生出版社 2003,11:38-41.
- [7] 徐明雄,徐家礼.中西医结合治疗常见骨伤科疾病的良方妙法[M].中国医药科技出版社.2000,05:189-190.
- [8] 李家帮,高鹏翔.中医学[M].人民卫生出版社.2006,03:135-242.

**收稿日期:** 2022年9月12日

**出刊日期:** 2022年10月25日

**引用本文:** 杨林, 王菁, 浅谈慢性颈椎病治疗临床护理研究[J]. 国际医药研究前沿, 2022, 6(5): 104-107  
DOI: 10.12208/j.imrf.20220164

**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**