

## 阶梯式康复护理干预对微创腰椎间盘突出患者术后恢复的影响分析

郭刘静

华中科技大学同济医学院附属同济医院 湖北武汉

**【摘要】目的** 研究对于微创腰椎间盘突出患者采取阶梯式康复护理干预方式，对于患者术后恢复效果的影响情况。**方法** 选取 2020 年 3 月~2021 年 9 月在我院就诊同时接受手术治疗的 80 例微创腰椎间盘突出患者作为研究对象，40 例患者采取常规护理分为对照组、40 例患者采取阶梯式康复护理为研究组，对比两组患者 Oswestry 功能障碍指数、腰椎 JOA 评分、VAS 评分以及护理满意度。**结果** 两组患者在术后 3d Oswestry 功能障碍指数以及腰椎 JOA 评分差距较小 ( $P > 0.05$ )。研究组患者 VAS 评分以及护理满意度显著优于对照组 ( $P < 0.05$ )。**结论** 对于微创腰椎间盘突出患者采取阶梯式康复护理干预方式，能够有效缓解患者疼痛情况，使患者的腰椎功能得到有效改善，具有非常好的效果。

**【关键词】** 微创腰椎间盘突出；阶梯式康复护理；疼痛；恢复效果

**【收稿日期】** 2022 年 12 月 7 日 **【出刊日期】** 2023 年 2 月 28 日 **【DOI】** 10.12208/j.ijcr.20230085

### Analysis of the influence of step rehabilitation nursing intervention on postoperative recovery of patients with minimally invasive lumbar disc herniation

Liu Jing Guo

Tongji Hospital, Tongji Medical College, Huazhong University of Science and Technology Wuhan, Hubei

**【Abstract】 Objective:** To study the effect of step-type rehabilitation nursing intervention on postoperative recovery of patients with minimally invasive lumbar disc herniation. **Methods:** 40 patients were divided into control group by routine nursing, and 40 patients were divided into step rehabilitation nursing group. Oswestry Disability Index, lumbar JOA score, VAS score and nursing satisfaction were compared between the two groups. **Results:** There were small differences in the postoperative Oswestry disability index and lumbar JOA score between the two groups ( $P > 0.05$ ). **Conclusion:** For patients with minimally invasive lumbar disc herniation, step rehabilitation nursing intervention can effectively relieve the pain of patients, make patients effectively improve the function of the lumbar spine, has a very good effect.

**【Keywords】** Minimally invasive lumbar disc herniation; Step rehabilitation nursing; Pain; Effect of recovery

当患者患有腰椎间盘突出后，极易出现下肢放射痛以及腰痛等症状，使腰部活动受到了严重限制，也会出现肌力下降以及感觉障碍等情况，严重危害了患者的生命健康安全，对患者的日常生活造成了不利影响<sup>[1]</sup>。在腰椎间盘突出治疗过程当中，保守治疗很难达到理想的治疗效果，因此，主要采取手术治疗方式。近年来，我国微创技术得到了突飞猛进的发展，显微内镜下椎间盘摘除、经皮椎间孔下椎间盘摘除微创手术使用较为广泛。但是，由于患者术后护理方式不同，其预后效果也存在较大差异。因此，采取有效的治疗

方式尤为重要，在本次实验研究当中，对于微创腰椎间盘突出手术治疗患者，采取了两种不同的护理方式，阶梯式康复护理取得了非常好的效果，具体实验结果如下：

#### 1 资料与方法

##### 1.1 一般资料

选取 2020 年 3 月~2021 年 9 月在我院就诊同时接受手术治疗的 80 例微创腰椎间盘突出患者作为研究对象，每组各 40 例患者。对照组中男、女患者占比为 23:17，平均年龄 ( $39.72 \pm 3.64$ ) 岁；研究组中男、女患者占

比为 24:16, 平均年龄 ( $39.85 \pm 3.49$ ) 岁。对比两组患者一般资料情况 ( $P > 0.05$ )。

### 1.2 方法

对照组: 常规护理, 其中包括营养支持、健康宣教、功能训练、遵医嘱用药以及心理干预。

研究组: 阶梯式康复护理。①术前干预。患者在正式手术前, 护理人员要向患者普及腰椎间盘突出相关知识, 可以采取面对面讲解、发放宣传手册以及视频展示等方式, 使患者充分认识到腰椎间结构情况以及生物力学。告知患者在日常生活当中要保持正确的坐姿、卧姿以及站姿, 这样能够使腰椎间盘维持正常的使用功能<sup>[2]</sup>。②健康教育。护理人员要向患者详细介绍康复训练对于疾病康复的重要性, 指导患者充分掌握腹肌、臀部等正确训练方式, 告知患者术后如何佩戴腰围, 以及采取正确的起床方式减少对于腰椎的损害。护理人员要将微创腰椎间盘突出术后预期效果以及手术原理等向患者进行介绍, 在此过程当中, 要密切观察患者情绪变化, 针对于患者提出的疑问要及时进行解答, 避免患者对于微创手术产生较强的紧张感, 从而影响了患者治疗依从性。护理人员在与患者沟通的过程当中叫采取通俗易懂的语言, 语气保持迟缓, 切忌过于急躁, 从而加重患者的消极情绪。在手术前护理人员也可以指导患者进行股四头肌等长训练<sup>[3]</sup>。③术后护理, 患者在手术后一个小时, 护理人员要指导并帮助患者佩戴腰围, 协助患者进行下床活动。首先, 可以采取平衡性训练、站立训练, 保障锻炼方式具有正确性以及科学性的特点, 结合患者病情恢复情况, 采取循序渐进的锻炼方式。如果患者恢复效果较好, 那么可以由站立训练逐渐过度为行走训练。患者在手术后 2~7 小时, 可以采取增加站立时间以及行走时间的方式, 如果患者在锻炼过程当中出现了任何错误, 护理人员要对其进行纠正, 避免患者术后采取了错误的锻炼方式, 从而影响了手术效果<sup>[4]</sup>。④延续性护理。护理人员在患者出院前要对其发放训练手册, 叮嘱患者在术后三个月时间内, 要尽量减少弯腰拾物以及低头洗漱等动作, 避免长时间保持负重、久坐以及穿高跟鞋的状态, 加强对于腰部的保暖。护理人员也要定期对患者进行电话随访, 充分了解患者康复训练完成情况以及腰椎功能恢复情况, 针对于患者提出的疑问要详细解答<sup>[5]</sup>。护理人员要结合实际情况, 每月对患者进行上门随访, 能够给予患者面对面的指导, 充分观察患者腰椎主动活动反应、下肢柔韧性、体力、锻炼方式是否正确等进行综合评估, 同时根据患者各

项功能的恢复情况, 及时修改训练计划。如果护理人员在随访过程当中发现了患者康复训练中存在的问题, 以及日常生活中存在的不良习惯, 要第一时间予以纠正, 同时要叮嘱患者家属参与到患者康复护理当中来, 给予患者一定的监督与帮助, 有利于患者病情的恢复。

### 1.3 观察指标

①观察两组患者 Oswestry 功能障碍指数以及腰椎 JOA 评分情况。JOA 分数在 0~29 之间, 分数越高代表患者腰椎功能恢复越好; Oswestry 指数计算为实际得分/最高得分  $\times 100\%$ , 分数越高代表患者功能障碍越严重, 检测时间为术后 3d、4w、12w<sup>[6]</sup>。②采用视觉模拟评分法 (VAS) 进行疼痛程度的评价, 0-10 分, 其中 0 分表示无痛, 1-3 分表示轻度疼痛, 4-6 分表示中度疼痛, 7-10 分表示重度疼痛, 统计两组患者平均 VAS 评分情况。③采用本院自制调查问卷, 调查患者护理满意度情况, 满分 100 分, 超过 85 分为十分满意, 61-84 分为比较满意, 低于 60 分为不满意, 护理满意度 = (十分满意 + 比较满意) / 总例数  $\times 100\%$ 。

### 1.4 统计学分析

本组研究采用 SPSS 24.0 统计学软件进行数据的分析和处理, 计数资料采用  $[n (\%)]$  表示, 采用  $\chi^2$  检验, 计量资料采用均数  $\pm$  标准差 ( $\bar{x} \pm s$ ) 表示, 采用 t 检验,  $P < 0.05$  为差异具有统计学意义。

## 2 结果

### 2.1 两组患者 Oswestry 功能障碍指数以及腰椎 JOA 评分比较情况

两组患者在术后 3d Oswestry 功能障碍指数以及腰椎 JOA 评分差距较小 ( $P > 0.05$ ); 研究组患者在术后 4w 以及术后 12w Oswestry 功能障碍指数明显低于对照组、腰椎 JOA 评分明显高于对照组 ( $P < 0.05$ )。详情见表 1。

### 2.2 两组患者 VAS 评分比较情况

两组患者术后 3d VAS 评分差距较小 ( $P > 0.05$ ); 研究组患者术后 4w、12w VAS 评分明显低于对照组 ( $P < 0.05$ )。详情见表 2。

### 2.3 两组患者护理满意度比较情况

研究组患者护理满意度显著高于对照组 ( $P < 0.05$ )。详情见表 3。

## 3 讨论

腰椎间盘突出症疾病在临床诊断当中发病率较高, 主要是由于腰椎间盘各个部分在出现了退行性改变后, 同时也受到了外力等各项因素的影响, 从而导致椎间盘纤维环破裂, 破裂位置有髓核组织突出或者脱出的

表 1 两组患者 Oswestry 功能障碍指数以及腰椎 JOA 评分比较情况 ( $\bar{x} \pm s$ )

分组	例数	Oswestry 功能障碍指数			腰椎 JOA 评分		
		术后 3d	术后 4w	术后 12w	术后 3d	术后 4w	术后 12w
研究组	40	8.53±1.23	5.04±1.18	3.28±0.96	16.22±3.43	20.55±4.11	23.93±3.55
对照组	40	8.56±1.22	6.33±1.15	4.49±1.02	16.38±3.46	18.16±4.02	20.52±3.29
t	-	0.110	4.952	5.463	0.208	2.629	4.456
P	-	0.913	0.000	0.000	0.836	0.010	0.000

表 2 两组患者 VAS 评分比较情况 ( $\bar{x} \pm s$ )

分组	例数	术后 3d	术后 4w	术后 12w
研究组	40	2.85±0.76	1.23±0.26	0.66±0.19
对照组	40	2.88±0.84	1.78±0.31	1.06±0.22
t	-	0.167	8.597	8.703
P	-	0.867	0.000	0.000

表 3 两组患者护理满意度比较情况[n (%)]

分组	例数	十分满意	比较满意	不满意	总满意度
对照组	40	23 (57.50)	5 (12.50)	12 (30.00)	28 (70.00)
研究组	40	36 (90.00)	3 (7.50)	1 (2.50)	39 (97.50)
$\chi^2$	-	-	-	-	9.804
P	-	-	-	-	0.002

情况,从而导致相邻脊神经根受到刺激或压迫,最终导致腰椎间盘突出疾病的发生<sup>[7]</sup>。导致患者患有腰椎间盘突出疾病病因较为复杂,同时患者临床表现症状较多,对于部分患者来说,会出现腰部活动受限、腰椎功能下降的情况,严重影响了患者的正常生活<sup>[8]</sup>。对于腰椎间盘突出主要采取微创手术的治疗方式,能够有效缓解患者的临床表现症状,同时具有较好的治疗效果。在阶梯式康复护理干预方式当中,能够从术前护理、健康教育、术后护理以及延续性护理方式出发,护理人员能够充分结合患者病情恢复情况,有针对性的给予患者康复训练,合理增强训练难度、强度,使患者康复训练呈现出阶梯性上升的趋势,使患者在术后能够尽快参与到康复训练当中来<sup>[9]</sup>。

在本次实验研究当中,两组患者在术后 3d Oswestry 功能障碍指数以及腰椎 JOA 评分差距较小( $P > 0.05$ );研究组患者在术后 4w 以及术后 12w Oswestry 功能障碍指数明显低于对照组、腰椎 JOA 评分明显高于对照组( $P < 0.05$ )。研究组患者 VAS 评分以及护理满意度显著优于对照组( $P < 0.05$ )。综上所述,对于微创腰椎间盘突出患者采取阶梯式康复护理干预方式,

能够有效缓解患者疼痛情况,使患者的腰椎功能得到有效改善,具有非常好的效果。

### 参考文献

- [1] 魏雅丽,王璟.阶梯式康复护理干预对接受微创手术的腰椎间盘突出患者疼痛程度的影响[J].临床医学研究与实践,2022,2(5):178-179.
- [2] 陆燕群,王胜,陈娟红,李芹.腰椎间盘突出症患者微创术后实施阶梯式康复护理的效果[J].中国现代医生,2020,57(17):148-151.
- [3] 黄红,丁琳,王思思,蔡建.阶梯式康复护理干预在微创腰椎间盘突出患者中的应用效果观察[J].今日健康,2020,15(5):221-221.
- [4] 李月萱,郑林林,吴海燕.阶梯式康复护理干预在微创腰椎间盘突出患者中的应用[J].中华现代护理杂志,2021,18(36):4378-4380.
- [5] 许琼瑜,陈捷,蓝素文,潘升超.自我效能干预对腰椎间盘突出症康复治疗患者负性情绪及疼痛程度的影响[J].护理实践与研究,2021,11(8):4-5.

- [6] 刘亚萍,张玉芯,陆琪,梁建芬,周英.系统护理在减轻腰椎间盘突出症术后疼痛的疗效观察[J].西部医学,2022,27(8):1250-1252.
- [7] 王友谊,李小花.康复路径对腰椎间盘突出症微创术后康复训练实施及康复效果的影响[J].临床医学研究与实践,2020,4(7):166-167.
- [8] 任真真.腰椎间盘突出症患者微创术后康复期间实施持续性康复护理的效果[J].国际护理学杂志,2021, 37(20): 2810-2813.
- [9] 翁香绚,苏玉兰.阶段式康复护理对腰椎间盘突出症患者微创术后腰椎和脊髓神经功能的影响[J].承德医学院学报,2020,37(4):320-323.

**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。

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



**OPEN ACCESS**