

骨质疏松疼痛护理方案对老年骨质疏松患者腰背疼痛的影响分析与研究

陈金梅, 张绒娇, 邹成松, 易红赤, 陈涛*

云南中医药大学第一附属医院云南省中医医院 云南昆明

【摘要】目的 探讨对老年骨质疏松患者腰背疼痛患者实施疼痛护理方案的效用价值。**方法** 此次研究共选取114例老年骨质疏松症患者进行对比实验,均伴有腰背疼痛感,采取盲抽方式展开分组,对照组与观察组各57例患者,分别采取常规护理模式与在此基础上实施疼痛护理干预手段,观察并评价两组实际应用效果。**结果** 经实验中各项数据显示,两组患者护理干预前VAS、Barthel、SCL-90评分经对比无统计学意义($P>0.05$);护理干预后观察组患者VAS、SCL-90评分明显低于对照组,Barthel评分大幅度提升($P<0.05$);与此同时,相比对照组,观察组患者护理满意度高于对照组($P<0.05$)。**结论** 对于老年骨质疏松患者腰背疼痛患者而言,实施疼痛护理方案可切实减轻患者疼痛感,改善其日常生活能力,缓解其不良情绪,提高整体护理满意度。

【关键词】 骨质疏松;疼痛护理方案;老年;腰背疼痛

【收稿日期】 2024年8月16日 **【出刊日期】** 2024年10月28日 **【DOI】** 10.12208/j.jmmn.20240474

Analysis and study on the effect of osteoporosis pain nursing program on low back pain in elderly osteoporosis patients

Jinmei Chen, Rongjiao Zhang, Chengsong Zou, Hongchi Yi, Tao Chen*

The First Affiliated Hospital of Yunnan University of Traditional Chinese Medicine, Yunnan Provincial Hospital of Traditional Chinese Medicine, Kunming, Yunnan

【Abstract】 Objective To explore the effectiveness of pain nursing program for elderly osteoporosis patients with low back pain. **Methods** A total of 114 elderly osteoporosis patients were selected for comparative experiments in this study. All of them had low back pain. They were divided into groups by blind sampling. There were 57 patients in the control group and the observation group. Conventional nursing mode and pain nursing intervention were adopted on this basis, respectively. The actual application effects of the two groups were observed and evaluated. **Results** The experimental data showed that the VAS, Barthel, and SCL-90 scores of the two groups of patients before nursing intervention were not statistically significant ($P>0.05$); after nursing intervention, the VAS and SCL-90 scores of the observation group were significantly lower than those of the control group, and the Barthel score was greatly improved ($P<0.05$); at the same time, compared with the control group, the nursing satisfaction of the observation group was higher than that of the control group ($P<0.05$). **Conclusion** For elderly patients with osteoporosis and low back pain, the implementation of pain care programs can effectively reduce patients' pain, improve their daily living ability, relieve their negative emotions, and improve overall nursing satisfaction.

【Keywords】 Osteoporosis; Pain care program; Elderly; Low back pain

引言

相关数据显示,相比男性,女性骨质疏松发生率较高,而随着年龄增长发病率明显提升,腰背疼痛、负重能力下降、乏力是其主要症状表现,严重时还会导致胸椎变形并引发心肺症状,所以应及时采取合适治疗手

段并配合针对性护理手段来缓解患者机体疼痛以及其他症状,改善其病情。本文主要探讨了骨质疏松疼痛护理方案对老年骨质疏松患者腰背疼痛的影响,具体如下:

1 资料与方法

1.1 一般资料

*通讯作者: 陈涛

纳入实验的 114 例对象均为院内收治的老年骨质疏松伴腰背疼痛患者, 时间在 2022 年 11 月~2023 年 10 月之间, 因本次实验采取对比方式, 对此还需构建对照与观察组两个组别, 同时为保证研究的有效性, 应保证每组患者的人数处于均等状态, 并随机盲抽选出。患者年龄均在 61~78 岁之间, 病程最短为 4 个月、最长为 9 年, 对照组与观察组男女人数、中位年龄、平均病程分别为 19、38 例 (70.58±3.94) 岁、(4.07±1.23) 年与 21、36 例 (71.43±4.06) 岁、(4.17±1.25) 年。纳入标准: 患者经临床及影像学检查诊断均符合骨质疏松病症标准, 均为女性, 伴有不同程度的腰背疼痛症状, 近 30d 未曾服用镇痛药物, 了解此次实验目的并表示同意配合; 排除标准: 交流不畅、合并其他器质性疾病、依从性较差患者。将其临床数据进行统计学分析呈现出 ($P>0.05$)。

1.2 方法

对照组予以常规护理模式, 遵医嘱在用药方面给予指导, 服用钙尔奇 D 片, 每日 600mg, 阿仑膦酸钠每周一次, 用量为 70mg, 均为口服, 持续用药 3 个月。为其制定科学合理的饮食结构方案, 并做好患者情绪安抚工作, 告知其相关注意事项, 叮嘱其注重保暖与运动锻炼^[1]。观察组在此基础上实施疼痛护理干预手段, 以此来提高护理的针对性, 满足患者身心发展需求, 可从以下几方面展开: ①健康指导, 因多数患者对自身病情了解甚微, 再加上在疾病影响下部分患者行动能力受限需他人照护, 这也导致其常会出现各种不良情绪, 整体依从性较差。基于此护理人员还需重视患者的健康教育与心理疏导, 为患者详细讲解与骨质疏松症相关知识, 包括发病机制、治疗方式、疼痛护理方法以及相关注意与配合事项, 着重预防跌倒的必要性。因老年患者本身理解能力较弱, 所以在此期间还需选择合适的宣教方式, 配合视频、图文手册的方式予以强化, 使得患者对自身疾病有正确认知。同时还需加强患者的心理干预, 通过暗示、引导的方式消除患者顾虑, 并鼓励家属多陪伴与关心患者, 给予其家庭支持, 消除其心理负担, 这对患者整体配合的提升也可起到积极促进作用^[2]。②疼痛曲线识别, 因多数患者可能无法有效表述自身疼痛程度, 不利于治疗及护理工作的开展, 在此还应当指导患者如何识别疼痛曲线, 告知其描述疼痛部位与范围的正确方式, 并联合应用 VAS (视觉模拟评分法) 量表评价自身疼痛阈值, 分值为 0~10 分, 分值越高则疼痛情况越强烈。护理人员需详细记录患者疼痛程度数据, 以该曲线为依据绘制表格, 为治疗与护理方案的制定提供精确数据支撑。③疼痛护理干预, 为

提高患者机体舒适度, 降低其疼痛感, 还需结合患者实际疼痛情况制定针对性护理方案, 如疼痛感较为轻微的患者可通过聊天、播放轻音乐的方式转移注意力, 指导患者采取呼吸调节、肌肉放松法来减轻疼痛感; 若疼痛较为强烈, 可对患者肢体进行按摩缓解疼痛感, 视情况给予适量镇痛药物, 以此来起到有效缓解作用^[3]。④功能锻炼, 因每位患者的病情与身体素质有着较大差异性, 所以在制定锻炼方案时还需依照患者具体情况而定, 由康复医师制定, 护理人员实施, 做好指导与督促工作, 但需注意的是, 功能锻炼应当避开急性疼痛期, 在患者疼痛明显改善后才可进行康复锻炼。训练主要针对于腰背肌部位, 指导患者进行俯卧位直腿抬高与对抗阻力运动, 俯卧位直颈与对抗阻力运动, 在此还需做好训练时间、幅度的控制工作, 单次建议在半小时, 每日 1~2 次, 循序渐进增加训练量^[4]。

1.3 观察指标

①应用 VAS 量表对两组护理前与护理 3 个月后疼痛程度展开评价, 分值在 0~10 分之间, 得分越低说明患者疼痛感越轻, 反之为重。②在评估患者日常生活能力时可应用 Barthel 指数, 涵盖自主进食、洗漱、穿衣、如厕、上下楼梯等多个维度, 满分为 100 分, 得分高低与患者日常生活能力水平呈正相关性。③为掌握患者护理前后心理状态, 可采用 SCL-90 症状自评量表, 分值越高表示患者心理状态越差, 相反则为优。④采取发放问卷的方式获取患者满意度, 主要是护理过程等方面, 患者的满意度可通过分值差异所实现, 在患者评分后应当进行整合, 计算总满意率。

1.4 统计学处理

采用 SPSS 20.0 统计学软件处理本研究数据, 计量资料以 ($\bar{x}\pm s$) 表示, 行 t 检验; 计数资料以 [n (%)] 表示, 行 χ^2 检验; 以 $P<0.05$ 为差异有统计学意义。

2 结果

2.1 两组患者护理效果对比

通过评估所得, 护理干预前两组患者 VAS、Barthel、SCL-90 评分相对较为均衡 ($P>0.05$); 但在采取不同护理对策后均有所改善, 相比对照组, 观察组 VAS、SCL-90 评分明显降低, Barthel 评分大幅度提升, 数据之间有一定差异表现 ($P<0.05$)。具体数值见表 1。

2.2 两组患者护理满意度比较

在将患者满意度评分整合后可见, 观察组患者对护理工作满意度明显优于对照组, 总有效率分别为 96.49%、80.70%, 组间经对比可见统计学意义 ($P<0.05$)。见表 2。

表1 两组患者护理前后疼痛程度、日常生活能力及心理健康症状评分比较 (n%), ($\bar{x} \pm s$)

组别	n	VAS (分)		Barthel (分)		SCL-90 (分)	
		护理前	护理后	护理前	护理后	护理前	护理后
对照组	57	7.01 ± 1.24	5.22 ± 0.98	67.83 ± 5.21	79.29 ± 4.05	148.65 ± 12.59	114.08 ± 13.55
观察组	57	7.13 ± 1.35	3.37 ± 0.65	68.16 ± 5.99	88.43 ± 3.24	147.38 ± 13.71	101.44 ± 12.39
t		0.183	6.936	0.472	10.211	0.255	15.759
P 值		>0.05	<0.05	>0.05	<0.05	>0.05	<0.05

表2 两组患者的护理满意度对比 (n%), ($\bar{x} \pm s$)

组别	n	90~100	80~89	60~79	≤59	总满意率(%)
对照组	57	31	15	6	5	46 (80.70)
观察组	57	46	9	2	0	55 (96.49)
χ^2						12.557
P 值						<0.05

3 讨论

骨质疏松是老年常见骨骼疾病,随着年龄的增长,在身体里面的钙离子等多种营养无法及时跟上身体代谢的需要时即会出现该病症,骨密度下降、骨微结构破坏、骨脆性增加是其主要表现,这也导致骨折情况较易发生,给老年骨质疏松症患者生命健康埋下较大威胁。而在发病就最先累及腰椎,其是承重较为集中的部位,因此在负重或正常行走情况下常会出现腰背部疼痛,严重影响患者日常生活,降低其生活质量水平,若未能及时展开治疗,还可能会诱发腰部畸形,对此还需积极开展治疗,同时配合相应的护理。疼痛护理方案主要是结合患者实际情况所制定的护理干预措施,通过对患者展开健康指导与心理疏导来提高其认知、减轻其负面情绪,使其可密切配合医护人员各项操作。同时指导患者识别疼痛曲线可为后期治疗与护理工作提供精确数据信息,以此为基础制定疼痛护理措施可有效保证其针对性,缓解患者机体疼痛感。其次视情况指导患者展开功能锻炼可帮助患者增强其腰背肌肉功能,并尽快恢复日常生活能力。实验结果显示,护理干预后观察组患者VAS评分明显低于对照组、Barthel评分显著提升、SCL-90评分大幅度降低,并且相对照组,观察组患者对护理工作满意度较高($P < 0.05$)。

综上所述,对老年骨质疏松腰背疼痛患者实施疼痛护理方案可有效减轻其疼痛感,提高其日常生活能

力,改善其生活质量水平,对患者护理满意度的提升也可起到积极促进作用。具有一定推广价值。

参考文献

- [1] 叶琼珠. 疼痛护理在老年骨质疏松患者中的效果观察及对睡眠质量的影响 [J]. 世界睡眠医学杂志, 2023, 10 (06): 1255-1257.
- [2] 刘莉. 疼痛护理方案对老年女性骨质疏松腰背痛患者的影响 [J]. 中国社区医师, 2020, 36 (12): 144-145.
- [3] 赵艳. 骨质疏松疼痛护理方案对老年女性骨质疏松性腰背痛患者的影响分析 [J]. 心理月刊, 2020, 15 (05): 26+28.
- [4] 李林儒,高春媛. 早期护理干预对老年骨质疏松腰椎压缩性骨折患者术后疼痛及康复的影响 [J]. 长春中医药大学学报, 2021, 37 (02): 407-409.
- [5] 王玲. 集束化护理在老年骨质疏松患者中的应用[C]//中华医学会疼痛学分会第十九届学术年会论文汇编.2023.

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