

## 疼痛护理方案对老年女性骨质疏松患者护理效果观察研究

张绒娇, 陈金梅, 邹成松, 陈涛\*

云南省中医医院 云南昆明

**【摘要】目的** 分析老年女性骨质疏松患者护理中应用疼痛护理方案的效果。**方法** 以骨质疏松患者为研究对象的选取方向, 于2023年7月-2024年7月从本院收治的老年女性骨质疏松患者中抽取90例进行分析, 整理所有患者的临床资料后完成小组建立; 设立两个小组, 分别为研究组和参照组, 分别使用常规护理、疼痛护理; 依据“双盲选”法将所有患者均分入两组, 各组45例。护理后观察患者的疼痛情况、生活质量并调查护理满意度, 记录相关数据完成组间比较。**结果** 护理前组间疼痛比较无较大数据差异无统计学意义 ( $P>0.05$ ), 护理后两组均降低, 研究组降低幅度高于参照组, 数据差异显著且有统计学意义 ( $P<0.05$ )。两组患者的生活质量和护理满意度比较, 研究组比参照组高 ( $P<0.05$ )。**结论** 针对老年女性骨质疏松患者采用疼痛护理方法, 不仅能够缓解患者的疼痛, 还能够提高其生活质量和护理满意度, 借鉴价值颇高。

**【关键词】** 老年女性; 骨质疏松; 疼痛护理; 效果

**【收稿日期】** 2024年8月16日

**【出刊日期】** 2024年9月29日

**【DOI】** 10.12208/j.jacn.20240366

### Observation study on the nursing effect of pain nursing program on elderly female patients with osteoporosis

Rongjiao Zhang, Jinmei Chen, Chengsong Zou, Tao Chen\*

Yunnan Provincial Hospital of Traditional Chinese Medicine, Kunming, Yunnan

**【Abstract】 Objective** To analyze the effect of pain care program in the care of elderly female patients with osteoporosis. **Methods** Taking osteoporosis patients as the research subjects, 90 cases were selected from the elderly female osteoporosis patients admitted to our hospital from July 2023 to July 2024 for analysis, and the clinical data of all patients were compiled and completed. Group establishment; set up two groups, the research group and the reference group, using routine care and pain care respectively; all patients were divided into two groups according to the "double-blind selection" method, with 45 cases in each group. After nursing, the patient's pain and quality of life were observed and nursing satisfaction was investigated, and relevant data were recorded to complete comparisons between groups. **Results** There was no significant difference in pain between the groups before nursing ( $P>0.05$ ). After nursing, both groups decreased, and the reduction in the study group was higher than that in the reference group. The data difference was significant and statistically significant ( $P<0.05$ ). Comparing the quality of life and nursing satisfaction of the two groups of patients, the research group was higher than the reference group ( $P<0.05$ ). **Conclusion** The use of pain care methods for elderly female patients with osteoporosis can not only relieve the patients' pain, but also improve their quality of life and nursing satisfaction, which is of high reference value.

**【Keywords】** Elderly women; Osteoporosis; Pain care; Effect

#### 引言

骨质疏松是临床中常见的疾病, 在老年群体中发生率较高, 该病发生后患者会出现骨骼疼痛的表现, 同时极易出现骨折症状。不同致病原因下, 骨质疏松分为特发性和继发性两种类型。骨质疏松的发生不仅会导

致患者疼痛, 而且还会引起身体方面的变化, 如体长缩短、驼背等, 严重的情况下患者的呼吸功能受到影响, 使得患者面临较大的痛苦, 生活质量每况愈下。在骨质疏松患者中, 老年群体尤其是绝经后女性群体的占比较高。虽然当前关于该病的治疗方法越来越多且不断

\*通讯作者: 陈涛

改进,但患者接受治疗后仍然存在疼痛表现,不利于预后效果的提高。所以在对患者进行治疗期间,积极地开展疼痛干预具有重要意义<sup>[1]</sup>。基于此,本研究提出疼痛护理方法,并选取部分患者实施对比分析试验,记录相关结果后做出如下报道。

## 1 资料与方法

### 1.1 一般资料

2023年7月-2024年7月期间从本院选取90例骨质疏松老年女性患者,随机分为研究组、参照组两个小组;研究组年龄最低值60岁,最高值80岁,平均(70.98±7.36)岁。参照组年龄最低值61岁,最高值79岁,平均(70.11±7.13)岁。以上资料作为研究的基础资料进行对比,差异不具有明显性无统计学意义( $P>0.05$ ),数据可比价值较高。

### 1.2 方法

参照组患者接受治疗的过程中应用常规方案指导的护理方案进行干预,护理人员指导患者严格根据医嘱用药,同时进行常规的健康教育,监测患者的体征状况;如果患者护理期间存在疑问,护理人员应进行解答。

研究组患者接受治疗的过程中除了使用常规护理方法外,还对患者实施疼痛护理干预,依据以下护理方法开展相关工作:

(1)心理护理:患者受到疾病及相关用药的影响,心理压力不断增加,极易导致多种不良情绪的发生,这不利于临床工作的开展,所以在对患者进行护理时,护理人员应保持热情和耐心与患者沟通,告知患者疼痛发生的具体原因,同时将疼痛缓解的方法向患者说明。在与患者交流期间,护理人员还应给予患者绝对的尊重,并采用温和的语言,通过深入沟通掌握患者的心理动态,以此为基础进行针对性的疏导,改善患者的不良情绪。此外,护理人员还应积极主动地与患者家属建立沟通关系,指导家属患者接受治疗期间,应与其多交流,不断地鼓励患者,从而使其感受到家庭的关心和爱护,从而建立治疗的信心,以良好的心态面对整个治疗流程<sup>[2]</sup>。

(2)疼痛曲线的认识:护理人员指导患者如何识别疼痛,同时将疼痛阈值的相关知识告知患者,使其能够掌握自身的疼痛情况。此外护理人员将疼痛评分方法告知患者,使其能够了解自身疼痛状况。

(3)功能锻炼:在患者接受治疗后,护理人员对患者的情况进行分析,结合实际状况,制定针对性的功能锻炼方案,锻炼方式的选择也应符合患者的现状,比如:护理期间护理人员指导患者进行体位调整,以仰卧位为主,并告知患者抗阻运动和直颈运动方法,鼓励患

者每天坚持锻炼,至少1次,每次锻炼时间应合理控制,以30min为宜。

(4)生活方面的护理:护理人员还需要注重患者生活中如何应对疼痛,告知患者患处如果发生疼痛,应保持卧床休息,并注重该部位的保暖,同时进行患处的温敷,从而使患者的疼痛得到一定的缓解。此外,在护理的过程中,护理人员应对病床稳定性进行改善,加装护栏,以免患者出现坠床等风险。在护理的过程中,护理人员对患者的喜好进行了解,可为患者播放其喜欢的音乐和视频,陪患者聊天,以此转移患者注意力,从而缓解疼痛。

(5)饮食方面的护理:依据患者的情况合理地控制饮食,并落实针对性的饮食方案,告知患者多食用牛奶、豆制品、牛肉等高蛋白食物,同时适当地摄入高维生素食物,从而增加自身抵抗力。嘱咐患者饮食期间禁止食用刺激性食物。

(6)出院指导:在患者接受治疗后出院前,护理人员应指导患者调整腰背姿势,为了避免关节的负重,将手杖等辅助工具的使用方法告知患者。嘱咐患者出院后应严格遵守饮食方案,按时、按量服用药物,一旦发现异常情况应及时入院接受诊治。

### 1.3 观察指标

#### 1.3.1 疼痛分析

对患者进行护理前和护理后的疼痛情况进行评价,采用VAS疼痛量表进行评价,总分10分,0分表示无痛,10分表示剧烈疼痛,记录得分后完成组间比较和分析。

#### 1.3.2 生活质量分析

对患者护理后的生活质量进行评估,采用生活质量评估量表(WHO)完成其中有4个项目,每个项目总分100分,分数越高说明患者的生活质量越好。

#### 1.3.3 满意度分析

依据试验类型对满意度调查问卷进行编制,并进行发放,其中包含三个等级,即非常满意(90以上),基本满意(70分-90分),不满意(70分以下);总满意度的计算过程中,使用基本满意与非常满意求和后,与总例数相除进行计算。

### 1.4 统计学处理

研究过程中的主要数据包括:计量资料、计数资料,分别使用( $\bar{x}\pm s$ )和n(%)表示,数据的统计、分析和处理均使用计算机软件SPSS23.0完成,不同的资料内容所使用的检验方法不同,即计数资料采用“ $\chi^2$ ”检验,计量资料采用“t”检验,检验结果的差异性采用( $P<0.05$ )表示,说明存在统计学意义。

## 2 结果

### 2.1 两组疼痛情况比较

如表 1 所示, 护理前两组患者的疼痛评分无差异 ( $P>0.05$ ), 护理后两组均比护理前有所降低, 其中降低幅度最大的为研究组, 优于参照组, 数据差异有统计学意义 ( $P<0.05$ )。

表 1 不同方法护理前后比较 2 组疼痛评分 ( $\bar{x}\pm s$ , 分)

组别	例数	护理前	护理后	t	P 值
研究组	45	7.34±1.22	4.97±0.92	3.136	0.001
参照组	45	7.32±1.23	6.05±1.06	2.314	0.002
t		0.165	3.158		
P 值		0.987	0.000		

### 2.2 比较两组护理后生活质量

如表 2 所示, 护理后研究组生活质量高于参照组 ( $P<0.05$ )。

### 2.3 比较两组患者治疗和护理后的满意度

研究组满意度明显高于参照组, 差异有统计学意义 ( $P<0.05$ ), 见表 3。

表 2 不同方法护理后比较 2 组生活质量 (n/%) , ( $\bar{x}\pm s$ , 分)

组别	例数	生理	心理	环境	社会关系
研究组	45	66.76±2.14	71.75±2.15	70.38±1.96	64.53±2.48
参照组	45	53.18±1.96	58.45±2.44	56.75±1.72	53.08±2.14
t		9.136	10.521	11.465	12.764
P 值		0.012	0.001	0.021	0.000

表 3 比较两组护理满意度 (n/%)

组别	例数	非常满意	基本满意	不满意	总满意度
研究组	45	22 (48.89)	19 (42.22)	4 (8.89)	41 (91.11%)
参照组	45	19 (42.22)	16 (35.56)	10 (22.22)	35 (77.78%)
$\chi^2$					15.471
P 值					0.000

## 3 讨论

骨质疏松是临床骨科中常见的疾病, 该病的发生原因较多, 据相关数据统计得知<sup>[3]</sup>, 骨质疏松症患者中老年女性所占比例较大。主要是女性随着年龄的增长, 加之绝经后的影响, 雌激素水平逐渐降低, 此时无论是骨形成还是吸收均受到影响, 从而引起相关疾病的发生。当前临床中关于骨质疏松症治疗取得了较大的进展, 但治疗后仍然有较多患者存在疼痛情况, 不利于预后效果的提高, 需要临床中加强重视。据相关报道分析得知<sup>[4]</sup>, 对骨质疏松患者采用疼痛护理, 能够缓解患者的疼痛程度。本研究对研究组应用疼痛护理方法, 结果发现不仅患者的疼痛得到改善, 而且生活质量和满意度均得到了提高, 与参照组相比存在较大优势, 有统计学意义 ( $P<0.05$ )。说明疼痛护理的应用在患者疼痛缓解中起到一定的作用。综上所述, 针对老年女性骨质疏松症患者采用疼痛护理方法, 能够改善患者的疼痛情况, 并促进生活质量的提高, 临床护理满意度也得到提升, 可加大应用和推广。

## 参考文献

- [1] 丁晓梅, 王斌, 王青. 系统化疼痛护理对老年女性骨质疏松腰背痛患者的疼痛干预及效果评价 [J]. 智慧健康, 2021, 7 (19): 148-150.
- [2] 吕坤英. 疼痛护理对老年女性骨质疏松患者的影响 [J]. 中国卫生标准管理, 2020, 11 (22): 159-161.
- [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] 卫继珍. 疼痛专项护理在老年女性骨质疏松腰背痛患者中的应用 [J]. 护理实践与研究, 2019, 16 (16): 70-71.
- [5] 王玉梅. 疼痛护理方案对老年女性骨质疏松患者护理临床疗效评价 [J]. 婚育与健康, 2022(6): 69-70.

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