

腰椎间盘突出症患者实施康复护理价值分析

颀青楠

克什克腾旗人民医院

[摘要]目的: 腰椎间盘突出症患者实施康复护理价值分析。方法: 本次调研时间为2019.1-2019.12月, 纳入(52)例因腰椎间盘突出症前来我院就诊病人进行调研, 参与本次调研病人对症治疗与护理, 按照护理方案进行分组, 并将其命名为(研究组)与(常规组)。在本次调研中, 研究组按康复方案提供护理, 常规组按常规护理方案提供护理。总结和调查两项护理计划的实施效果。结果: 常规组和研究组的腰椎功能评分有显著差异($P < 0.01$)。说明具备统计意义。结论: 在腰椎间盘突出患者的护理中, 康复护理方案的实施取得了良好的效果, 该方案值得临床和广泛应用。

[关键词]腰椎间盘突出症; 康复护理; 常规护理

[DOI] 10.12252/j.issn.2096-6261.2020.02.1049

腰椎间盘突出症在临床治疗中属于一种常见而频繁的疾病。该病的特点是发病率高, 作者的收集和统计数据不完整证实了这一点。最近几年因腰椎间盘突出症前来我院就诊病人有所增加^[1]。腰椎间盘突出症疾病特殊, 大多数病人是因为椎间盘部分为主发生不同程度的退行性改变, 在外界稍微用力后而导致病人椎间盘纤维环发生破裂椎管内, 从而压迫病人脊神经, 进而诱发与引起各种表现与症状。腰椎间盘突出症疾病发生后, 主要表现为腰疼、下肢麻木以及疼痛等^[2]。腰椎间盘突出症疾病特殊, 一旦发生会给病人身体健康、生活质量造成不同程度影响。此疾病在临床治疗中, 对症治疗占主导地位, 护理干预辅助以临床治疗, 有助于治疗效果的提高, 为改善临床症状打下。我科室为了提高护理质量, 分别采用了常规护理与康复护理2种方案, 具体如下^[3]。

一、资料与方法

(一) 一般资料

本次调研时间为2019.1-2019.12月, 纳入(52)例因腰椎间盘突出症前来我院就诊病人进行调研, 参与本次调研病人对症治疗与护理, 按照护理方案进行分组, 并将其命名为(研究组)与(常规组)。常规组:(26)例腰椎间盘突出症患者, 男(13)例、女(13)例, 年龄在(45)-(66)岁之间, 中位年龄为(55.62)岁。研究组:(26)例腰椎间盘突出症患者, 男(12)例、女(14)例, 年龄在(46)-(66)岁之间, 中位年龄为(55.71)岁。研究组与常规组患者的一般资料无差异, $P > 0.05$ 。

(二) 方法

常规组将常规护理方案应用于患者, 如下所示: 首先护理人员要仔细检查病人生命体征改变, 并观察病人伤口敷料渗血情况, 准确记录病人运动情况、下肢皮肤感觉, 如果病人一旦发生异常情况, 要立即告知医生进行处理, 并对病人实施健康教育, 指导病人正确生活饮食以及科学锻炼。

研究组采用康复护理方案对病人实施护理, 具体如下:

(1) 健康教育: 病人入院后的护理人员应对其实施健康教育、健康指导, 为病人普及腰椎间盘突出症发生因素、治疗方式以及康复训练重要性, 同时为病人、病人家属普及康复要点以及康复计划, 说明康复训练具体内容以及时间, 使病人、病人家属尽快了解与掌握相关事项, 为康复训练做好准备。另外, 护理人员指导病人在生活中如何注意腰椎损伤, 根据桌椅的高度调整坐姿, 对于长久坐着办公的病人要告知其尽可能的降低坐卧时间, 如果病人时常进行弯腰, 要按时、不定期进行伸腰与挺胸的动作。(2) 心理干预: 日常护理中护理人员要主动与病人沟通与交流, 使病人充分认识到腰椎间盘突出症疾病属于一种慢性疾病, 帮助病人树立治疗的自信心。此外, 对于心理状态不同病人, 所采用的心理干预也有所不同, 对病人进行开导与关心, 改善与缓解病人烦躁、焦虑等不良情绪反应。(3) 卧床休息干预: 指导病人选择硬床进行日常休息, 自由体位卧床时间为(21)天左

右, 在此过程中不按时、不定期的翻身, 降低压疮以及深静脉血栓发生率, 待到病人症状好转后, 方可起床活动, 并佩戴腰围保护, 但不能做弯腰等动作。(4) 体位干预: 日常护理中, 护理人员告知病人要保持髋关节、膝关节屈曲, 不要后伸腰部, 保持正确的睡眠姿势、站姿以及坐姿。(5) 牵引护理: 日常护理中, 待到病人腰椎间隙稍微增宽后, 要使用腰椎牵引, 能够有效降低与缓解神经根刺激与压迫, 协助病人选择仰卧位, 此时病人膝、髋关节屈曲(60)度, 使用胸腹板患者胸部和骨盆来行对抗牵引, 每天(1)次到(2)次, 每次(30)分钟。

(三) 观察指标

分析护理结果。(1) 护理满意评分结果: 护理满意度评分结果: 使用评分进行评估。评分越高, 病人对这种护理方案就越满意。(2) 腰腿功能评分: 通过评分进行的, 较高的总评分表明患者的腰腿功能恢复较好。在护理前和护理后进行检查。

(四) 统计学方法

使用SPSS软件(版本22.0), 计数数据(速率)和计量数据的t检验, 有显著差异($P < 0.05$)。

二、结果

(一) 护理满意评分结果对照

常规组的护理满意度评分较研究组低, 差异有统计学意义($P < 0.01$)。见表1。

(二) 腰腿功能评分对照

在统计学上, 常规组治疗前的腰腿功能评分与对照组无显著差异($P > 0.05$); 常规组治疗后腰腿功能评分显著改善, 与护理前相比有所差异, ($P < 0.01$) 说明具备统计意义; 护理后研究组腰腿功能评分明显提高, 与护理前相比有所差异, ($P < 0.01$) 说明具备统计意义。但护理后常规组和治疗后研究组的腰腿功能评分较低, 差异显著($P < 0.01$)。说明具备统计意义, 由表2所述。

三、讨论

腰椎间盘突出在临床治疗中属于一种常见而频繁的疾病。该病的特点是发病率高, 我的数据收集和统计数据不完整证实了这一点, 而且最近几年因腰椎间盘突出症前来我院就诊病人例数有所增加。腰椎间盘突出症在临床治疗中, 主要治疗方式为对症治疗。常见的治疗方案是手术^[3]。手术治疗可改善临床症状, 但由于疾病存在特殊性, 疾病治疗后应伴有护理干预。一般来说, 临床应用的护理方案是传统护理方案。中并未考虑到病人腰椎恢复情况, 使腰椎恢复效果并不完全理想。鉴于上述情况, 为了提高护理质量, 我的服务采用康复护理干预计划。在护理康复干预中, 首先需要用简单易懂的语言对病人进行健康教育, 以提供关于疾病的一般知识, 并提高他们对疾病的理解和控制。此外, 心理干预可以缓解负面情绪反应, 帮助患者建立对治疗的信心。此外, 再进行术后康复锻炼, 可帮助病人缓解临床症状, 促进疾病康复^[4-5]。

本次调研结果证实: 在统计学上, 常规组治疗前的腰腿

表1护理满意评分结果对照

组别	例数	护理满意评分
常规组	26	80.22±1.32
研究组	26	91.26±1.12
t		32.5182
P		0.0000

表2腰腿功能评分对照

组别	例数	护理前	护理后	t	P
常规组	26	4.86±2.34	10.56±1.02	11.3859	0.0000
研究组	26	4.85±2.21	17.61±2.11	21.2937	0.0000
t		0.0158	15.3387		
P		0.9874	0.0000		

功能评分与对照组无显著差异($P > 0.05$);常规组治疗后腰椎功能评分显著改善,与护理前相比有所差异, ($P < 0.01$)说明具备统计意义;护理后研究组腰腿功能评分明显提高,与护理前相比有所差异, ($P < 0.01$)说明具备统计意义。但护理后常规组和治疗后研究组的腰椎功能评分较低,差异显著($P < 0.01$)。说明研究组所采用护理方案的优越性。

综上所述,在腰椎间盘突出患者的护理中,康复护理方案的实施取得了良好的效果,该方案值得临床和广泛应用。

参考文献:

[1]陈迎春. 康复护理干预对腰椎间盘突出症患者术后的影响[J]. 世界最新医学信息文摘(连续型电子期

刊), 2019, 19(A3): 280, 290.

[2]任宇. 康复护理干预对腰椎间盘突出症患者躯体疼痛、心理状态及生存质量的影响[J]. 中国医药指南, 2019, 17(33): 292.

[3]叶承艳, 范颖. 早期康复护理干预对腰椎间盘突出术后恢复的效果研究[J]. 世界最新医学信息文摘(连续型电子期刊), 2019, 19(A1): 324-325.

[4]陆俐. 康复护理干预在腰椎间盘突出症患者中的应用效果[J]. 中国当代医药, 2019, 26(29): 197-199.

[5]李晓丽. 康复护理干预对微创腰椎间盘突出症患者术后疼痛程度及功能恢复的影响[J]. 慢性病学杂志, 2019, 20(03): 453-455.

(上接第1940页)

生之间互相答疑解惑,然后总结整个问题中包含的道德与法治内容,最后总结。以自由提问、互动答疑的方式,调动课堂学习的氛围,而且学生思考也更加多元化、灵活性,在教师的总结支持下,形成对“网络”的正确认知,同时可以提高人际交往素养,处理问题的能力。

(四) 以实践为载体促进素养完善

道德与法治教学密切关联于实践生活,所以教学期间,可以密切地联系起理论知识、实践活动,让学生感受到学习这门课程的意义,使得情感的建立、行为方式以及思想观念的转变,不只是浮于表面。例如,在条件允许的情况下,进行设计多样化的实践活动,让学生切实地运用所学、所得、所知、所感。比如节假日的时候,组织学生到敬老院中慰问老人,或者是到孤儿院看望儿童,深化尊重老人的道德素养,以及关怀社会弱势群体、奉献爱心的人生观。在教学课堂中使用信息技术有着良好的应用效果,教师可以在教学过程中积极地采用新型的教学方法,积极探索并使用网络信息与教育资源,使用音频、图片等内容来丰富自己在教学过程中所采用的教学方法,为学生创造良好的学习环境,丰富学生的学习内容,抛弃过去的教育方法,以此来帮助学生营造一个真实的环境,从而促进学生理解所学知识中的情感,以此来让学生真正理解道德与法治课的真正内涵,发展小学生的个人能力,真正落实教书育人的教学理念,促进小学生个人道德与法治素养的综合进步与发展。例如小学道德与法治教师在讲解“从古到今话交通”内容时,就可以给学生展示中国从古到今各种交通方式的图片或视频,并让学生谈谈自己的看法。通过信息技术能够极大地拓展教学课堂,丰富教学内容,提高学生的个人学习主动性。例如教师在讲解《亲亲热热一家人》时,教师可以先让学生在课下制作PPT给同学们介绍一下自己的家庭成员,可以邀请学生

观看一些模拟家庭的短片,让学生解决影片中的家庭小矛盾,拉近学生对父母的感情距离。

(五) 建立良好的课堂教学环境,激发学生的学习兴趣

对于认知能力和心智水平尚不成熟的小学生来说,兴趣是促使其实现主动学习的关键,同样也是提高学生学习效率的重要内驱力。因此,小学道德与法治教师若想切实提高课堂教学效果,更加深入与全面地培养学生的学科核心素养,就必须认识到激发学生兴趣的重要性。结合新时期的教育目标,教师要及时转变与改革教学观念,合理、科学地创新教学形式,使小学道德与法治课堂教学能够突破传统教学形式的局限和束缚,从而为学生构建良好的课堂学习环境,营造民主、自由的课堂学习氛围,进而让学生在环境和氛围的积极影响和带动下自觉产生学习道德与法治知识的兴趣。这样不仅能够有效发散小学生的思维,促进学生自主学习意识和能力的生成,同样也能为学生学科核心素养的发展奠定良好的基础。

三、结束语

总而言之,对于小学阶段的学生来说,道德与法治是非常重要的学科,教师要以核心素养理念作为指导,积极发现教学中存在的问题,深入的思考和探索,找出更加有效的解决策略,提高学生核心素养水平,为学生综合全面发展打好基础。

参考文献:

[1]李雅琴. 基于核心素养的小学道德与法治课堂教学策略[J]. 教师, 2018, (31): 70-71

[2]林萍. 基于核心素养的小学道德与法治课堂教学思考[J]. 科普童话, 2017, (31): 27

[3]梅杰松. 基于核心素养的小学道德与法治课堂教学思考[J]. 新课程(上), 2018, (07): 158