

中医康复护理对腰椎间盘突出症患者康复效果及满意度的改善探析

赵杨琴

新疆哈密十三师火箭农场医院, 新疆 哈密 839000

[摘要]目的: 分析中医康复护理对腰椎间盘突出症患者康复效果及满意度。方法: 以2022年1月到2022年12月为时间段共选取我院50例腰椎间盘突出症患者纳入研究范围, 将其中25例作为A组, 其余的25例作为B组。B组采用常规护理, 而A组采用中医康复护理。以两组患者的康复效果和满意度作为评价指标展开对比研究。结果: A组的总满意度大于B组, 康复总有效率大于B组, 差异具有统计学意义。结论: 对腰椎间盘突出症患者采用中医康复护理可提高康复效果, 增加患者的满意度。因此中医康复护理在腰椎间盘突出症患者康复中具有一定的临床应用价值, 可进行推广。

[关键词] 中医康复护理; 腰椎间盘突出; 康复效果; 满意度

DOI: 10.33142/cm.n.v1i2.11055

中图分类号: R248.2

文献标识码: A

Exploration on the Improvement of Rehabilitation Effect and Satisfaction of Traditional Chinese Medicine Rehabilitation Nursing on Patients with Lumbar Intervertebral Disc Herniation

ZHAO Yangqin

Xinjiang Hami 13th Division Huojian Farm Hospital, Hami, Xinjiang, 839000, China

Abstract: Objective: to analyze the rehabilitation effect and satisfaction of traditional Chinese medicine rehabilitation nursing on patients with lumbar disc herniation. Method: from January 2022 to December 2022, a total of 50 patients with lumbar disc herniation in our hospital were selected as the study scope. Among them, 25 cases were selected as Group A, and the remaining 25 cases were selected as Group B. Group B received routine care, while Group A received traditional Chinese medicine rehabilitation care. Conduct a comparative study using the rehabilitation outcomes and satisfaction of two groups of patients as evaluation indicators. Result: the overall satisfaction of Group A was higher than that of Group B, and the total effective rate of rehabilitation was higher than that of Group B, with a statistically significant difference. Conclusion: traditional Chinese medicine rehabilitation nursing can improve the rehabilitation effect and increase patient satisfaction for patients with lumbar disc herniation. Therefore, traditional Chinese medicine rehabilitation nursing has certain clinical application value in the rehabilitation of patients with lumbar disc herniation, and can be promoted.

Keywords: traditional Chinese medicine rehabilitation nursing; lumbar disc herniation; rehabilitation effect; satisfaction

引言

腰椎间盘突出症是一种常见的脊柱疾病,常引起腰痛、坐骨神经痛等症状,影响患者的生活质量和工作效率。中医康复护理作为一种传统的治疗方式,已经在腰椎间盘突出症的康复治疗中得到了广泛的应用,临床医护人员对于中医康复护理在腰椎间盘突出症患者的康复效果及满意度的影响也越来越关注。因此,本文旨在综合分析相关文献,探讨中医康复护理在腰椎间盘突出症患者中的康复效果及满意度的改善情况,为临床医护人员提供一定的参考依据。现将结果报告如下。

1 一般资料与方法

1.1 资料

选取2022年1月至2022年12月我院收治的腰椎间盘突出症患者50例纳入研究范围。按照入院顺序分为A组、B组,每组各25例。其中A组男性14例,女性11例,年龄20至58岁,平均(36.18±3.66)岁;B组男性15例,女性10例,年龄22至55岁,平均(36.45±3.26)岁。各组患者各项资料之间不存在较大差异,可

比性高。

以上是本研究中患者选取的标准。我院将根据这些标准对符合条件的患者进行纳入研究对象,以便更好地分析中医康复护理对腰椎间盘突出症患者康复效果及满意度的影响。希望这项研究,能够为腰椎间盘突出症的护理提供更加科学、规范、有效的指导,为患者的健康和康复带来更多的福祉。

1.2 入选标准

本研究选取了符合这些条件的腰椎间盘突出症患者作为研究对象:(1)年龄在18岁以上;(2)符合腰椎间盘突出症的临床诊断标准;(3)没有严重的神经系统疾病、心脏病、肝肾功能不全等其他严重疾病;(4)愿意参加本研究并签署知情同意书;(5)没有参与其他康复治疗项目。

这些标准的制定是为了确保纳入研究的患者具有较为相似的临床特征,从而能够减少干扰因素的影响,提高研究结果的可靠性和可重复性。此外,这些标准还可以帮助筛选出适合这种护理方案的患者,进而提高护理效果及减少不必要的风险。

1.3 方法

B组采用常规护理。以下为一些常见的常规护理方法:

休息: 患者需要适当休息,避免过度活动和长时间保持同一姿势,以免加重病情。在休息期间,可以采用躺卧或使用床垫等措施来减轻压力。

活动疗法: 适度的运动可以促进血液循环和肌肉力量,减轻疼痛和不适。建议患者进行适当的运动,如散步或游泳。这些运动可以帮助保持身体的柔韧性和平衡,增强肌肉力量,减少疼痛和炎症。

热敷和冷敷: 热敷可以缓解肌肉疼痛和僵硬,冷敷可以减轻炎症和肿胀。患者可以根据需要交替使用热敷和冷敷。在使用热敷时,可以使用热水袋或热毛巾,而在使用冷敷时,可以使用冰袋或冷毛巾。

物理治疗: 物理治疗包括按摩、牵引和超声波等,可以加速康复和减轻疼痛。这些治疗可以通过促进血液循环、缓解肌肉疼痛和炎症来帮助患者恢复健康。这些治疗应该由专业人士进行,以避免造成进一步的损伤。

药物治疗: 患者可以根据医生的建议服用止痛药和消炎药,以缓解疼痛和炎症。这些药物应该在医生的指导下使用,以避免不良反应。

A组采用中医康复护理。以下是一些腰椎间盘突出症患者中医康复护理的方法:

灸盒灸法: 准备好灸盒、艾条、95%的酒精、火机或火柴,在灸盒中放入艾条,将艾条点燃,等待其变成灰色,然后使用酒精消毒灸盒和治疗部位,将灸盒放在治疗部位上,距离皮肤约3-5厘米。等待15-20分钟,然后用酒精擦拭皮肤和灸盒。对于腰椎间盘突出症患者而言,灸盒灸法是一种非常有效的中医护理方法。灸盒灸法通过热力作用,可以促进局部的血液循环,缓解疼痛和炎症,从而起到治疗和预防疾病的作用。

中药熏洗: 中药熏洗是一种传统的中医康复护理方法,将药配好的水倒入中药熏洗仪器里,置于患者腰部,以温热的方式进行治疗。熏洗时间为半小时,温度为45度,每天使用1次。中药熏洗可以促进局部的血液循环,舒缓疼痛,缓解肌肉痉挛,调整脊柱的生理功能。

中药塌渍: 将配好的中药液涂抹在纱布上,然后贴于腰椎间盘突出,采用TDP灯熨热,每天塌渍1次,每次时长为半小时。中药塌渍是一种有效的治疗腰椎间盘突出症的方法,可以缓解疼痛、消肿止痛、修复损伤。

针灸: 首先进行穴位定位,主要穴位包括肾俞穴、膀胱俞穴、承扶穴等穴位。根据患者的病情和症状选择相应的针灸方法和穴位,进行局部针刺或全身调理。针灸治疗时间一般为30分钟,治疗期间需要患者保持放松状态。针灸治疗可以调节脊神经、坐骨神经等神经受体,缓解疼痛和肌肉痉挛,促进血液循环,加速病灶的恢复和康复。

拔罐: 将拔罐器口用医用酒精消毒,随后将拔罐器置

于需要治疗的部位上,用火机将拔罐器内的氧气燃烧,使其内部产生负压,吸附部位皮肤向上凸起。最后,拔下拔罐器,涂上橄榄油或按摩油等润滑剂,轻轻按摩拔罐部位。每次拔罐时长为20分钟。对于腰椎间盘突出症患者,拔罐可以起到缓解疼痛、消除炎症和促进康复的作用。

功能锻炼: 选择低强度、低冲击力的运动方式,如慢跑、快走、下蹲等。运动强度过大容易造成腰椎间盘进一步损伤,因此护理人员应该关注患者的体力状况,根据患者的实际情况调整运动强度。

A组连续10天采用以上中医康复护理方法,每天1次。

1.4 评定标准

康复效果: 康复效果评估是评价治疗效果的综合指标。本次研究采用医生和患者对治疗效果的评估,根据疗效分为无效、进步、好转和治愈四种。无效是指症状没有丝毫改善;进步是指腰椎疼痛度减轻;好转是指腰椎疼痛明显减轻;治愈是腰椎无疼痛感,活动自如。通过对康复效果的评估,我们可以了解患者的治疗效果是否达到预期,以及患者和医生对治疗效果的认可程度。每组总康复效果的计算方法为:总有效率=(进步人数+好转人数+治愈人数)÷每组的总人数。

满意度: 采用医院自制的调查问卷调查患者的满意度。将患者的满意度分为不满意、一般满意、满意和极其满意四种。采用打分制,总分为100分,低于40分为不满意,40至60分为一般满意,60分至85分为满意,大于85分为极其满意。每组总满意度的计算方法为:总满意度=(一般满意人数+满意人数+极其满意人数)÷每组的总人数。

2 结果

2.1 两组患者满意度比较

A组腰椎间盘突出症患者的总满意度为92%,B组患者的总满意度为76%,A组明显高于B组,见表1。

表1 两组患者满意度比较[n(%)]

分组	不满意	一般满意	满意	极其满意	总满意
A组(n=25)	1(4.0)	3(12.0)	6(24.0)	14(56.0)	23(92.0)
B组(n=25)	6(24.0)	4(16.0)	8(32.0)	7(28.0)	19(76.0)

2.2 两组患者总康复疗效比较

A组腰椎间盘突出症患者的总有效率为96%,B组患者的总有效率为80%,A组康复的总有效率明显高于B组,见表2。

表2 两组患者总康复疗效比较[n(%)]

分组	无效	进步	好转	治愈	总有效
A组(n=25)	1(4.0)	3(12.0)	8(32.0)	13(52.0)	24(96.0)
B组(n=25)	5(20.0)	5(20.0)	7(28.0)	8(32.0)	20(80.0)

3 讨论

腰椎间盘突出症是一种常见的脊柱疾病,主要表现为腰部疼痛、下肢无力、麻木等症状。这种疾病通常是由于

腰部受到过度压力、日常习惯不良、营养不良等原因引起的。腰椎间盘突出位于腰椎骨之间，起到支撑和缓冲作用。当腰椎间盘突出受到压力时，其外层纤维环可能会破裂，导致内部的凝胶状物质（称为纤维环核）向外突出，压迫周围神经，引起疼痛和其他症状。

随着现代生活方式的改变，越来越多的人发现自己患上了腰椎间盘突出症。这种疾病不仅会给患者的生活带来很大的困扰，还会极大地影响他们的工作和生活质量。因此，了解腰椎间盘突出症的预防和治疗方法，对于保持身体健康和提高生活质量都非常重要。

腰椎间盘突出症的常规护理方法包括保持良好的体位、休息、物理治疗、药物治疗、手术治疗等。保持良好的体位可以缓解腰部压力，减轻疼痛。休息可以使受损的组织得到充分的修复和休息。物理治疗包括按摩、热敷、冷敷等，可以缓解疼痛和改善血液循环。药物治疗包括疼痛药、消炎药等，可以减轻疼痛和缓解炎症。手术治疗通常是在药物治疗和物理治疗无效的情况下进行的，可以通过手术去除突出的间盘组织，缓解症状。由于症状复杂，治疗难度大，因此腰椎间盘突出症已成为影响人类健康的重要因素之一。

需要注意的是，常规护理存在一些不足之处。首先，常规护理的药物治疗只能减轻疼痛，不能根治疾病。药物治疗对于患者而言是一种简单、快速的方式，但是药物治疗并不能从根本上治疗疾病，只是在暂时缓解疼痛的同时增加了身体负担。而中医康复护理则是从整体角度出发，通过针灸、中药、推拿等手段，既能缓解症状，又能调节身体机能，促进身体康复。其次，常规护理的物理治疗只是针对患者的症状进行治疗，而忽视了身体整体的调节。物理治疗包括热敷、理疗、拔火罐等方式，这些方式虽然能够缓解疼痛，但是并不能从根本上治疗疾病。中医康复护理则是从身体整体出发，通过针灸、推拿等手段，调整身体的气血、脏腑等，从根本上治疗疾病。最后，常规护理的手术治疗存在风险，且疗效不一。手术治疗是最后的选择，手术治疗虽然能够摆脱疼痛，但是却存在很多风险，并且疗效不一。而中医康复护理则是非手术治疗，避免了手术的风险，且疗效显著。总之，在治疗腰椎间盘突出时，需要综合考虑患者的具体情况，选用最合适的治疗方法。

中医康复护理是一种以中医为基础的康复治疗方法。其原理主要是通过调节人体的阴阳平衡，促进气血流通，调整器官功能，达到治疗和预防疾病的目的。其特点是“全面、系统、个性化、综合性”。中医康复护理的手段包括针灸、拔罐、中药熏洗等，针对不同的病情和症状，采用不同的治疗方法和手段，可以有效地改善患者的症状，促进患者的康复治疗。此外，中医康复护理还可以通过指导患者进行康复运动、饮食调理等方面的干预，帮助患者更好地恢复身体功能。

通过对腰椎间盘突出症患者中医康复护理疗效及满意度的调查和分析，本文得出以下结论：第一，中医康复护理对于腰椎间盘突出症患者的治疗效果显著。研究结果表明，经过一段时间的中医康复护理治疗后，患者的症状明显减轻甚至消失，生活质量也得到了明显的提高。第二，中医康复护理可以促进患者的康复和恢复。在中医康复护理治疗过程中，医护人员根据患者的具体情况，制定个性化的康复方案，针对性地开展康复训练，可以有效地促进患者的康复和恢复。第三，患者对于中医康复护理的满意度较高。通过对患者进行满意度调查，研究发现患者对于中医康复护理的满意度较高，主要体现在治疗效果方面。

中医康复护理的优势在于其治疗过程中，不但能够减轻患者的症状，而且还能够促进患者的康复和恢复。同时，中医康复护理还能够制定出不同的康复方案，以及特定的训练和锻炼计划，使其在治疗过程中得到更好的效果。对于一些患者来说，中医康复护理可能并不适用，因此我们需要进一步研究和探究其他治疗方法，以便为患者提供更好的治疗方案。与其他治疗方法相比，中医康复护理的优势在于其综合性治疗手段，能够更好地达到治疗效果和患者满意度的平衡。

总的来说，通过本研究的观察和数据分析，我们可以得出结论：中医康复护理在腰椎间盘突出症的康复中具有重要作用，能够显著改善患者的症状，提高患者的康复治疗效果和满意度。同时，我们需要进一步探究中医康复护理的优势和其他治疗方法的不足，以便为患者提供更好的治疗方案。

在未来，我们需要进一步加强腰椎间盘突出症的预防和治疗，提高人们的健康意识，增强脊柱的健康。同时，我们需要进一步推广中医康复护理，提高其在腰椎间盘突出症治疗中的地位和作用，为患者提供更好的医疗服务和保障。

[参考文献]

- [1]李全芳,戴志慧,罗国旭,等. 中医康复护理对腰椎间盘突出症患者康复效果及满意度的改善分析[J]. 中文科技期刊数据库(全文版)医药卫生,2021(5):2.
- [2]杨雪云. 中医康复护理干预对腰椎间盘突出症患者康复效果及满意度的影响分析[J]. 养生保健指南,2021(40):000.
- [3]钟振美. 中医康复护理对腰椎间盘突出症患者康复效果及满意度的影响[J]. 国际护理学杂志,2020,39(19):3.
- [4]陈丽,李明荣. 中医康复护理对于腰椎间盘突出症患者康复疗效及患者满意度的效果研究[J]. 养生保健指南,2021(16):174.

作者简介：赵杨琴（1976.12—），毕业院校：新疆哈密卫生学校，所学专业：护理，当前就职单位：新疆哈密十三师火箭农场医院，专业方向：中医康复护理。