

康复护理措施在脊柱微创手术患者中的应用

刘康艳

玉林市中西医结合骨科医院 广西 玉林 537000

摘要：目的：探究康复护理措施在脊柱微创手术患者中的应用效果。方法：选取在2022年12月到2023年12月本院收治的120例脊柱微创手术患者，随机分为观察组（康复护理措施）、对照组（常规护理）各60人。结果：相比对照组，观察组护理满意度高，且生活质量、不良情绪改善更明显（ $P < 0.05$ ）。结论：康复护理措施在脊柱微创手术患者中应用可以获得更为理想的护理效果。

关键词：康复护理措施；脊柱微创手术；应用效果

脊柱微创手术是一种针对脊柱疾病的现代手术技术，相较于传统开放手术具有出血少、创伤小等优点，逐渐被广泛应用^[1]。但是，在手术后的恢复期间，患者仍然面临着一系列康复问题，包括疼痛、运动功能障碍等^[2]。因此，针对这些问题，采取有效的康复护理措施对于患者的康复非常重要。本文旨在探究康复护理措施在脊柱微创手术患者中的应用效果。

1 资料与方法

1.1 一般资料

选取在2022年12月到2023年12月本院收治的120例脊柱微创手术患者，随机分为观察组男36例、女24例，平均年龄（ 57.26 ± 8.13 ）岁；对照组男38例、女22例，平均年龄（ 56.87 ± 7.19 ）岁。资料差异不明显， $P > 0.05$ 。纳入标准：完成脊柱微创手术的患者；手术类型可以包括椎间盘切除术、椎板切除术、椎管扩大术等。排除标准：（1）存在严重心肺功能障碍、凝血功能障碍或免疫系统疾病患者；（2）手术部位存在感染或未愈合伤口的患者；（3）沟通困难或不愿意参加研究的患者。

1.2 方法

为观察组提供康复护理措施：（1）早期康复训练：在康复训练开始之前，康复护理团队应对患者进行详细的评估，包括疼痛评估、神经系统功能评估和体力状况评估等。如果患者的身体状况允许，康复护理人员需要鼓励患者尽早进行适当的的活动，例如站立、行走、坐位和转身等。物理治疗是早期康复训练中的一个重要环节。通过物理治疗，可以帮助患者恢复正常的肌肉力量和运动范围，减轻疼痛和不适感，促进血液循环和组织修复。物理治疗包括各种手法，如按摩、牵引、热敷和冷敷等。功能训练也是早期康复训练中的重要环节。通过功能训练，可以帮助患者恢复正常的日常活动能力和生活自理能力。例如，患者可以进行平衡训练、步态训

练和日常生活技能训练等。（2）疼痛护理：康复护理团队需要对患者的疼痛进行全面的评估，包括疼痛的程度、部位、性质和持续时间等。通过个性化的评估，可以更好地了解患者的疼痛情况，为制定针对性的疼痛护理计划提供依据。采用多种方法综合治疗，包括药物治疗、物理疗法、心理支持和康复训练等。这样可以从不同方面全面地减轻患者的疼痛，提高治疗效果。根据患者的疼痛程度和身体状况，遵照医嘱使用合适的镇痛药物，包括止痛药和镇痉药。在使用镇痛药物时，需要密切监测患者的用药效果和不良反应，确保安全使用。物理疗法包括冷热敷疗法、按摩和牵引疗法等，可以有效缓解患者的疼痛和不适感，促进组织修复和康复^[3]。此外，在疼痛护理过程中，需要注意防范疼痛并发症，如呼吸抑制、便秘、镇静和麻醉药物滥用等，保障患者的安全和健康。（3）饮食管理：患者需要摄入均衡的饮食，包括蛋白质、碳水化合物、脂肪、维生素和矿物质等。高纤维饮食有助于预防便秘，避免过度用力排便对手术部位造成压力。推荐摄入富含蔬菜、水果、全谷物和豆类等食物。适度限制盐分摄入有助于预防水肿和高血压等并发症。建议减少加工食品和高盐食物的摄入。保持充足的水分摄入有助于维持体液平衡，预防尿液浓缩和结石形成。在康复期间，建议避免过热、辛辣、酸性和油腻的食物，以免对消化系统产生刺激和负担。嘱患者注意慢慢进食，细嚼慢咽，以减轻胃肠负担和排气不畅的问题。（4）心理支持：为患者提供关于手术和康复过程的准确和详细的信息，帮助他们了解手术的目的、预期效果和康复的时间表。这有助于减轻焦虑和恐惧感，增强患者的信心。与患者进行心理沟通，倾听他们的感受和顾虑，尊重他们的情绪反应。通过与患者建立良好的沟通和信任关系，给予情绪上的支持和安慰，减轻他们的心理负担。教授患者应对焦虑、疼痛和压力

的应对技巧,如深呼吸、放松训练和正向思考等^[4]。这些技巧可以帮助患者更好地应对困难和疼痛,增强他们的心理抗压能力。鼓励患者与家人、朋友和其他康复患者进行交流,并参加支持团体或社区康复活动。这可以提供情感上的支持和理解,减轻患者的孤独感和焦虑情绪。在手术后的康复期间,定期进行随访,关注患者的心理状态和康复进展。通过定期的沟通和评估,及时发现和处理潜在的心理问题,提供必要的心理干预和治疗。(5)安全防护:保持手术伤口的清洁和干燥,定期更换敷料。遵循无菌操作原则,预防感染的发生。提供安全的环境,确保患者康复期间的行动安全。清除道路上的障碍物,确保床边有足够的照明。鼓励患者使用助行器或其他辅助设备,以减少跌倒的风险。脊柱手术后的患者容易发生静脉血栓形成。采取措施,如早期活动、按摩、穿着弹性袜等,促进血液循环,预防血栓形成。确保正确的药物给予途径、剂量和时间。监测患者对药物的反应和不良反应,防止药物错误使用。严格遵守手卫生规范,包括洗手和消毒操作。确保床单、衣物等康复设施的清洁和消毒。培训护理人员正确的转移和护理技巧,以减少对手术部位的压力和损伤。使用合适的护理设备,如护理垫和便携式便器等,减少患者过度移动和用力。此外,护理人员需要教育患者和家属关于

康复期间的安全问题,提供必要的安全宣教资料和指导。(6)康复教育:患者需要了解术后康复的重要性,以及如何正确地进行自我管理和康复训练。护理人员可以为患者提供相关的康复知识和技能,帮助其更好地完成康复过程。而采用基础护理等常规方法干预对照组。

1.3 观察指标

护理满意度, SF-36量表评价生活质量, SAS、SDS评分评定不良情绪。

1.4 统计学分析

SPSS23.0处理数据, ($\bar{x}\pm s$)与(%)表示计量与计数资料,分别行 t 与 χ^2 检验, $P < 0.05$, 差异有统计学意义。

2 结果

2.1 护理满意度: 观察组高于对照组 ($P < 0.05$), 见表1。

表1 护理满意度[n(%)]

分组	n	非常满意	满意	不满意	总满意度
观察组	60	35	23	2	58 (96.7)
对照组	60	20	24	16	44 (73.3)
χ^2					8.052
P					< 0.05

2.2 生活质量: 观察组升高明显 ($P < 0.05$), 见表2。

表2 生活质量 ($\bar{x}\pm s$, 分)

分组	n	社会功能		躯体功能		认知功能		角色功能	
		干预前	干预后	干预前	干预后	干预前	干预后	干预前	干预后
观察组	60	70.31±3.21	91.20±4.55	72.30±2.69	90.69±4.15	72.18±1.62	91.28±4.29	73.64±2.10	89.25±5.62
对照组	60	70.28±2.96	80.32±3.62	72.10±2.15	79.62±3.67	72.24±2.02	80.74±3.69	74.03±2.13	80.05±3.48
t		0.251	9.584	0.236	9.352	0.133	8.621	0.231	10.251
P		> 0.05	< 0.05	> 0.05	< 0.05	> 0.05	< 0.05	> 0.05	< 0.05

2.3 SAS、SDS评分: 观察组降低明显 ($P < 0.05$), 见表3。

表3 SAS、SDS评分 ($\bar{x}\pm s$, 分)

分组	n	SAS		SDS	
		干预前	干预后	干预前	干预后
观察组	60	59.36±4.21	43.25±3.33	60.24±4.15	45.24±3.85
对照组	60	59.33±4.50	51.25±3.95	60.22±4.19	52.58±3.95
t		0.215	13.625	1.254	10.258
P		> 0.05	< 0.05	> 0.05	< 0.05

3 讨论

脊柱微创手术在近年来已广泛应用于治疗脊柱疾病,如椎间盘突出、椎管狭窄、椎体滑脱等。与传统开放手术相比,脊柱微创手术具有创伤小、恢复快、并发症少等优点。然而,由于脊柱结构的复杂性和手术操作的特殊性,康复护理在脊柱微创手术患者的治疗过程中

具有举足轻重的地位^[5]。

康复护理是一种综合性的医疗服务,旨在通过专业的团队合作,帮助患者恢复功能、提高生活质量,并促进疾病或损伤的康复。它涵盖了广泛的领域,包括物理治疗、职业治疗、言语治疗、心理支持和社会援助等。康复护理的目标是帮助个体克服疾病、创伤或残疾所导

致的身体、认知、情感和社交方面的障碍，达到最佳的生理、心理和社会功能。本文通过探究康复护理措施在脊柱微创手术患者中的应用效果，结果显示，观察组护理满意度高，生活质量、不良情绪改善更明显（ $P < 0.05$ ）。原因为：康复护理措施可以帮助患者改善肌力、运动范围和协调性，促进脊柱稳定和功能恢复。通过早期康复训练，患者可以逐渐恢复正常的日常活动能力，减少疼痛和运动障碍；康复护理中的疼痛管理措施可以有效缓解术后疼痛，提高患者的舒适度和生活质量。合理的镇痛措施和物理治疗可以减轻疼痛感，促进患者参与康复训练；康复护理中的饮食管理、安全防护等措施可以促进伤口愈合，预防感染和其他并发症的发生。合理的饮食和营养摄入有助于加速组织修复和康复；康复护理中的心理支持措施可以帮助患者应对手术后的情绪困扰，减轻焦虑和抑郁。通过提供信息、教育和心理疏导，患者能够更好地应对康复过程中的挑战，提高生活质量；此外，康复护理中的康复教育可以帮助患者理解和掌握康复知识和技能，提高自我管理能力。患者了解正确的康复方法和注意事项，并能主动参与康复训练，

从而加速康复进程。

结束语：综上所述，康复护理措施在脊柱微创手术患者中应用可以获得更高的护理满意度，有利于减轻其不良情绪，改善其生活质量。

参考文献

- [1]刘菲.快速康复护理对脊柱骨折微创手术患者的改善作用分析[J].中外女性健康研究,2023(4):152-153,185.
- [2]艾慧慧.康复护理对脊柱微创手术患者疼痛程度及预后的影响[J].健康必读,2021(21):110.
- [3]王薇.康复护理干预措施对脊柱微创手术患者的疼痛改善及预后影响分析[J].实用临床护理学电子杂志,2020,5(5):115,124.
- [4]谭群芳.康复护理干预措施对脊柱微创手术患者疼痛改善及并发症发生率的影响[J].中国实用医药,2019,14(20):172-174.
- [5]余思思.康复护理干预措施对脊柱微创手术患者疼痛改善及并发症发生率的影响[J].健康必读,2019(33):262,265.