

双向质量反馈护理联合针对性康复对脊髓型颈椎病患者 自护能力和生活质量的影响

罗 丹

盘锦市中心医院 辽宁盘锦

【摘要】目的 观察双向质量反馈护理联合针对性康复对脊髓型颈椎病患者自护能力和生活质量的影响。**方法** 回顾性分析我院 2023 年 7 月-2024 年 7 月收治的 64 例脊髓型颈椎病患者相关研究资料, 64 例患者均通过随机信封法均分为对照组 (32 例: 针对性康复训练) 与实验组 (32 例: 双向质量反馈护理联合针对性康复), 比较两组患者自护能力和生活质量。**结果** 实验组护理后 ESCA 量表评分及 SF-36 量表评分较之对照组高 ($P<0.05$)。**结论** 双向质量反馈护理联合针对性康复能有效提升脊髓型颈椎病患者自护能力和生活质量。

【关键词】 双向质量反馈护理; 针对性康复; 脊髓型颈椎病; 自护能力; 生活质量

【收稿日期】 2026 年 8 月 8 日

【出刊日期】 2026 年 9 月 5 日

【DOI】 10.12208/j.cn.20260499

Effect of bidirectional quality feedback nursing combined with targeted rehabilitation on self-care ability and quality of life in patients with cervical spondylotic myelopathy

Dan Luo

Panjin Central Hospital, Panjin, Liaoning

【Abstract】Objective To observe the effect of bidirectional quality feedback nursing combined with targeted rehabilitation on self-care ability and quality of life in patients with cervical spondylotic myelopathy. **Methods** We retrospectively analyzed data from 64 patients with cervical spondylotic myelopathy admitted to our hospital from July 2023 to July 2024. The 64 patients were randomly divided into a control group (32 cases: targeted rehabilitation training) and an experimental group (32 cases: bidirectional quality feedback nursing combined with targeted rehabilitation) using an envelope method. We compared the self-care ability and quality of life between the two groups. **Results** After nursing, the experimental group had higher ESCA scale scores and SF-36 scale scores than the control group ($P<0.05$). **Conclusion** Bidirectional quality feedback nursing combined with targeted rehabilitation can effectively improve the self-care ability and quality of life in patients with cervical spondylotic myelopathy.

【Keywords】 Bidirectional quality feedback nursing; Targeted rehabilitation; Cervical spondylotic myelopathy; Self-care ability; Quality of life

脊髓型颈椎病病情较重, 患者在开展康复训练的过程中需格外谨慎, 若训练不当可加重脊髓压迫, 针对性康复训练可满足脊髓型颈椎病个体需求, 针对性康复训练的核心目标是维持患者现有颈椎功能、防止继发性损伤、延缓疾病进展, 避免患者颈部过度负荷, 进而降低生活质量, 但是收效较慢, 患者自护能力欠佳^[1]。双向质量反馈护理中护理人员与患者基于尊重的前提下, 建立长期互动关系, 患者向护理人员反馈自身感受, 护理人员结合患者反馈, 改进相关干预措施, 但是脊髓型颈椎病患者相关研究资料少^[2]。本次研究在既

往研究启发下, 设计对比研究试验, 具体内容如下:

1 资料与方法

1.1 一般资料

实验组患者中男女均有 16 例, 年龄范围 34 岁~60 岁、均值 (49.61 ± 2.45) 岁。病变部位: C₃₋₄ 例、C₄₋₅ 例、C₅₋₆ 例、C₆₋₇ 11 例。对照组患者中男女均有 16 例, 年龄范围 34 岁~59 岁、均值 (49.58 ± 2.43) 岁。病变部位: C₃₋₄ 5 例、C₄₋₅ 9 例、C₅₋₆ 7 例、C₆₋₇ 11 例。统计学分析两组采取不同护理措施脊髓型颈椎病患者一般资料, 结果显示无显著差异, $P>0.05$ 。

1.2 纳入与排除

纳入标准：（1）患者均颈部不适，并伴有四肢乏力、胸腹部有束带感，颈部 X 线平片显示椎管矢状径变窄，骨刺生成，同时 MRI（Magnetic Resonance Imaging）检查提示脊髓型颈椎病。（2）患者完成颈椎手术，术后身体状况良好，术后 1 天均自愿参与本次研究，不同护理措施实施前签署知情同意书，本次研究设计符合医院伦理会要求。排除标准：（1）罹患脊髓空洞症、肌萎缩性脊髓侧索硬化症、脊髓肿瘤等其他脊髓疾病患者。（2）罹患多发性神经炎患者。（3）罹患共济失调症患者。（4）罹患多发性硬化症患者。（5）罹患颅底凹陷症等其他颅脑疾病患者。

1.3 方法

1.3.1 对照组开展针对性康复训练：（1）急性期：患者靠墙站立或坐直，后脑勺、肩胛骨、臀部贴墙，目光平视，收下颌，颈部轻微后缩，轻柔内收下颌，至自觉颈后肌肉有轻微牵拉感为宜，而后保持 5-10 秒，再缓慢放松，每组 10-15 次，每日 3 组。（2）缓解期：患者坐立时，头部缓慢做前屈、后伸、左右侧屈，前屈时患者双手手掌置于前额，双掌阻挡患者头前用力，后伸时，双手置于患者颈部，施加阻力，期间患者感受颈部前方肌肉收缩。左右侧屈时，患者两手均置于头部一侧，头向一侧侧屈时，该侧手掌施加阻力。手掌施加阻力需轻柔，所有颈部康复训练活动均在无痛、微力下进行，当患者感到颈部肌肉有轻微牵拉感后，停留 10 秒左右，每次 10-15 分钟，每日 3 次。

1.3.2 实验组在对照组基础上实施双向质量反馈护理：（1）双向质量反馈心理护理：若患者情绪低落、郁郁寡欢，护理人员应分享针对性康复训练预后良好

案例，以提升患者信心。对于躁动不安的患者，请患者家属从旁陪护，满足患者安全感需求。（2）双向质量反馈健康教育：耐心倾听患者提问，耐心解答患者提问，若患者无法理解相关术语，可为其播放疾病专家讲座视频材料，并结合模型，为患者释疑解惑。（3）双向质量反馈日常生活指导：叮嘱患者勿长时间低头看手机、学习，在伏案学习、工作时应保持挺胸，头部略微后仰，使颈椎处于放松状态，每隔 30-40 分钟，需适当休息。每日查房护理人员了解患者生活感受，为提升患者舒适感，请患者仰卧时，应将枕头置于颈后，侧卧位时枕头高度应与肩宽相适应，使其颈椎保持正常生理曲度。此外，避免突然转头、骤然坐起，提取重物时应屈膝屈髋，保持腰部挺直，避免颈部过度用力。

1.4 观察指标

比较两组患者护理前后自护能力及生活质量，ESCA（Exercise of Self-Care Agency Scale）量表总分区间在 0-172 分，分值越高，自护能力越高；SF-36（36-Item Short Form Survey）量表区间在 0-100 分，分值越高，生活质量越高。

1.5 统计学处理

应用 SPSS22.0（Statistical Package for the Social Sciences22.0）数据处理软件，用（ $\bar{x} \pm s$ ）形式表示的计量数据用 t 检验， $P < 0.05$ 即表示组间数据差异明显。

2 结果

2.1 自护能力

护理后实验组 ESCA 量表评分高于对照组，见表 1。

2.2 生活质量

护理后实验组 SF-36 量表较之对照组高，见表 2。

表 1 两组患者自护能力对比（ $\bar{x} \pm s$ ，分）

组别	例数	护理前	护理后	t 值	P 值
实验组	32	114.52 ± 3.54	151.73 ± 3.51	10.527	<0.05
对照组	32	114.55 ± 3.51	130.63 ± 3.48	10.038	<0.05
t 值		0.816	10.073	-	-
P 值		>0.05	<0.05	-	-

表 2 两组患者生活质量对比（ $\bar{x} \pm s$ ，分）

组别	例数	护理前	护理后	t 值	P 值
实验组	32	61.52 ± 3.64	90.77 ± 1.41	16.043	<0.05
对照组	32	61.54 ± 3.68	80.63 ± 1.38	16.528	<0.05
t 值		1.856	16.803	-	-
P 值		>0.05	<0.05	-	-

3 讨论

脊髓型颈椎病患者针对性康复训练包括急性期及稳定期,其中急性期开展颈部中立位维持训练,以有效改善颈椎生理曲度,缓解颈部肌肉紧张,稳定期患者颈椎向不同方向活动,可训练深层颈屈肌,强化稳定颈椎深层肌肉^[3-4]。双向质量反馈护理主要含括心理护理、健康教育及日常生活护理^[5-6]。护患沟通可减轻患者负面心理,同时有助于护理人员了解患者心理状态、认知水平,将患者生活质量感受与专业护理相结合,便于护理人员为患者提供有效的护理措施,以降低疾病对患者生活造成的不利影响^[7-8]。本次研究中实验组护理后 ESCA 量表评分及 SF-36 量表评分高于对照组。

综上所述,双向质量反馈护理联合针对性康复可对脊髓型颈椎病患者自护能力和生活质量产生积极影响,相关护理措施临床值得推广。本研究为单中心小样本研究,样本量偏少,结论代表性及外推性不足,仅呈现阳性研究结果,未记录不良事件、患者依从性差等负面情况,后续将通过扩大多中心样本覆盖范围,同步纳入不良事件、脱落案例等全维度数据,进一步提升结论的普适性与临床参考价值。

参考文献

- [1] 石艳艳.规范化康复护理在脊髓型颈椎病前路手术术后功能恢复的影响分析[J].中外医疗,2022,41(8):138-142.
- [2] 程小娟,李冬梅,高德华.双向质量反馈护理对脊髓型颈椎病患者术后睡眠质量、自护能力和生活质量的影响[J].海南医学,2023,34(21):3157-3162.

- [3] 孙光菊,董斌,余金素,等.时效性激励护理对脊髓型颈椎病人术后康复的影响[J].蚌埠医学院学报,2022,47(9):1284-1289.
- [4] 高砚珠,席恒,朱英杰.双向质量反馈护理在多节段脊髓型颈椎病患者术后康复期的应用效果[J].临床医学研究与实践,2022,7(14):181-184.
- [5] 张利娟,郭昆,戴晓洁.多媒体视频教育联合双向质量反馈护理对腰椎间盘突出症术后患者的影响[J].齐鲁护理杂志,2024,30(23):54-56.
- [6] 王芳,许檬,李媛媛.双向质量反馈护理模式在老年慢性阻塞性肺疾病患者中的应用效果及对其生存质量的影响分析[J].中外医疗,2024,43(26):166-169.
- [7] 王筱,沈丽丽,赵玮.双向质量反馈模式联合预见性护理对慢性阻塞性肺疾病患者肺功能的影响[J].中西医结合护理(中英文),2023,9(11):96-98.
- [8] 闫芳芝.双向质量反馈护理模式在慢阻肺护理中的效果评价[J].医学食疗与健康,2022,20(8):115-118.

版权声明: ©2026 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