

## 循序渐进式康复护理对胸腰椎压缩性骨折患者干预的效果

胡小芳

武警安徽省总队医院 安徽合肥

**【摘要】目的** 此次研究以对照形式展开，侧重分析循序渐进式康复护理对胸腰椎压缩性骨折患者的影响意义。**方法** 设立 2022 年 1 月至 2024 年 1 月为本项研究的开展期限，选取 70 例符合纳入标准的胸腰椎压缩性骨折患者为主要分析对象，迎合本次研究要求，依据知情同意原则，按照系统抽样法对其进行组间划分，每组安排 (n=35)，分别命名为 A 组与 B 组，各自执行差异性护理方案，前一组：给予常规护理；后一组：给予循序渐进式康复护理，最后观察两组临床资料、相关数据，采用统计学方法实施比对。比对层面涉及：胸腰椎功能评分、生活质量评分、骨代谢指标、炎症因子水平、不良反应发生率。**结果** 研究结束后，统计学分析后发现，面对相同疾病类型的患者，采用差异性护理服务方案，所得效果也截然不同，B 组患者在各项指标数值的体现均显优另一组， $P < 0.05$ ，形成明显优劣差异，通过切实数据充分将实验价值体现，值得探讨。**结论** 对于胸腰椎压缩性骨折患者而言，在其临床护理方案的横向选择中，建议优先采纳文中 B 组实施方案，即循序渐进式康复护理，一方面能切实改善患者临床症状，减少不良反应发生率，缓解炎症反应，另一方面可极大提升患者生活质量，其应用价值突出，可作为一项值得信赖的护理方案进行推广。

**【关键词】** 循序渐进式；康复护理；胸腰椎压缩性骨折；干预效果

**【收稿日期】** 2025 年 4 月 15 日

**【出刊日期】** 2025 年 5 月 17 日

**【DOI】** 10.12208/j.jnmn.20250245

### The effect of progressive rehabilitation nursing intervention on patients with thoracolumbar compression fractures

Xiaofang Hu

Anhui Provincial Armed Police Corps Hospital, Hefei, Anhui

**【Abstract】 Objective** This study was conducted in the influence of progressive rehabilitation care on patients with thoracolumbar compression fractures. **Methods** From January 2022 to January 2024, 70 cases of thoracolumbar compression fracture patients meet the inclusion criteria as the main analysis object, to meet the requirements of the study, according to the systematic sampling method, each group (n=35), named group A and group B, each different care plan, the first group: give routine care; the latter group: give progressive rehabilitation care, finally observe two groups of clinical data, related data, statistical methods. The comparison level involves: thoracolumbar function score, quality of life score, bone metabolism index, inflammatory factor level, and incidence of adverse reactions. **Results** after the study, the statistical analysis found that in the face of the same disease type of patients, the difference of nursing service scheme, the effect is very different, group B patients in the embodiment of the index value show another group,  $P < 0.05$ , form obvious difference, through practical data fully experimental value, is worth discussing. **Conclusion** for patients with thoracolumbar compression fracture, in the horizontal selection of clinical nursing plan, suggested to adopt the group B implementation plan, namely step by step rehabilitation care, on the one hand, can improve patients with clinical symptoms, reduce the incidence of adverse reactions, alleviate inflammatory reaction, on the other hand can greatly improve the quality of life of patients, its application value is outstanding, can be promoted as a trustworthy nursing plan.

**【Keywords】** Step by step; Rehabilitation care; Thoracolumbar compression fracture; Intervention effect

近年来,我国经济发展水平稳步提升,私家车数量越来越多,同时在老龄化问题上也愈加严重,致使骨质疏松症的发病率持续攀升,这些现象均极大促进了胸腰椎压缩性骨折疾病的发生发展趋势。胸腰椎压缩性骨折:是指胸腰椎椎体在受到外力作用后,发生前柱或中柱的压缩变形,导致椎体高度降低、形态改变的一种骨折类型<sup>[1]</sup>。该病多由高处坠落、交通事故等直接或间接暴力引起,还可由于骨质疏松、骨密度下降、椎体骨小梁变细、减少等因素导致。患者受伤后会出现明显的疼痛感,且活动、翻身、站立时会疼痛加剧,需积极开展有效治疗,同时配合优质完善的护理干预策略,方可最大限度提高治疗效果,保障预后<sup>[2]</sup>。

故此,本文设计了一项对比试验,收集70例胸腰椎压缩性骨折患者为研究样本,均分两组后,分别对其实施差异性干预策略,进行效果比对、优势评价,作具体汇报。

## 1 资料与方法

### 1.1 一般资料

设立2022年1月至2024年1月为本项研究的开展期限,选取70例符合纳入标准的胸腰椎压缩性骨折患者为主要分析对象,迎合本次研究要求,依据知情同意原则,按照系统抽样法对其进行组间划分,每组安排(n=35)。其中A组收集患者中存在19例男性,16例女性,年龄均值(66.35±2.17)岁;病程均值(4.47±1.06)d。B组收集患者中存在18例男性,17例女性,年龄均值(65.21±2.84)岁;病程均值(4.53±1.11)d,基线资料P>0.05。

纳入标准:入组患者具备完整病历资料;对本项研究知情同意,自愿签署知情同意书,可积极配合相关工作开展;X线片、CT、MRI等影像诊断,符合胸腰椎压缩性骨折标准。

排除标准:存在严重精神障碍,无法进行良好沟通;合并存在器官功能障碍;配合度不高,无完整病历资料,中途退出者均排除。

### 1.2 方法

1.2.1 A组:本组执行常规护理服务方案,内容包括:(1)密切监测患者各项生命体征,及时将异常情况上报医生,确保患者生命安全。(2)提供口头疾病知识宣教,注意事项告知,使患者认知水平得到提升。

(3)针对用药、饮食提供干预指导,叮嘱患者不可私自停药、更改药物使用剂量,防止出现不良反应。(4)结合患者个体需求,为其制定合理的饮食计划,告知其不可食用辛辣刺激食物,以清淡、易消化、营养均衡

的食物为主,确保日间活动和机体需求。(5)参考患者身体状况、耐受程度,为其制定运动方案,循序渐进地开展,促进康复。

1.2.2 B组:本组执行循序渐进的康复护理,内容包括:(1)成立专业护理小组:护士长任组长,责任护士、康复医师任组员,护理工作开展前,对小组成员进行理论知识与操作技能的培训考核,以提升护理人员综合素养,确保护理工作质量<sup>[3]</sup>。(2)加强宣教:采用文字宣教、视频播放、面对面讲解形式,强化宣教内容,使患者更深入地了解康复护理流程及作用,必要性和重要性,从而更积极地配合护理工作开展<sup>[4]</sup>。(3)循序渐进式康复护理:a:早期(术后1-2周):此阶段护理人员需采用冷敷、热敷的交替的方式为患者缓解骨折部位肿痛和疼痛症状,冷敷时长每次15-20min,每日3-4次。热敷时间(伤后48h),每次20min,每日3-4次,温度控制在40-50℃<sup>[5]</sup>。与此同时,为患者提供被动按摩护理,按摩部位双下肢,每次15-20min,每日2-3次,以此促进血液循环,预防深静脉血栓。b:中期(术后3-6周):此时期患者病情基本稳定,护理人员需结合患者实际情况为其制定锻炼方案,以循序渐进为原则,逐步增加康复训练强度。如:指导患者保持仰卧位,双膝屈曲,足为掌,肩和双肘为支点,抬起骨盆,将肩部、腹部、膝关节统一在一个平面,再缓慢放下,起和落为一组,每日3-4组,每次10-15个<sup>[6]</sup>。上述基础上,指导患者将双臂放于胸前,头、双足做支点将全身撑起,每日3-4组,每次10-15个。c:后期(术后7周-出院后3个月):此阶段需对患者运动强度进行增加,开展下床、床边站立训练,每日3-4次,每次5-10min,循序渐进,逐步过度到缓慢行走,初步控制在10-20米,随着患者能力提升,对行走距离进行增加,每日最多增加5-10米<sup>[7]</sup>。

### 1.3 观察指标

分析观察两组患者在胸腰椎功能评分(主观症状/临床体征/日常活动受限度/膀胱功能),生活质量评分(角色功能/情绪功能/认知功能/社会功能/躯体功能),骨代谢指标(OCN/CTX-I/CT),炎症因子水平(肿瘤坏死因子- $\alpha$ /白介素-8/白介素-6),不良反应发生率方面的差异表现。

### 1.4 统计学方法

本文中涉及到的计量数据资料使用n%表示,通过 $\chi^2$ 值来进行检验,标准差使用( $\bar{x} \pm s$ ),通过t进行检验,全部数据都进行SPSS17.0软件数据包来计算,显示P值小于0.05,可以进行统计学对比。

## 2 结果

表格体现, B 组患者在各项指标的呈现上显优 A

组 ( $P < 0.05$ ), 见下表。

表 1 两组患者干预效果比较 ( $\bar{x} \pm s$ , n=35、分)

组别	胸腰椎功能评分					生活质量评分				
	主观症状	临床体征	日常活动首先度	膀胱功能	角色功能	情绪功能	认知功能	社会功能	躯体功能	总评分
A 组	5.75±1.61	3.79±0.82	9.88±1.63	-0.98±0.19	80.25±3.15	80.13±3.43	80.66±3.48	80.32±3.43	81.13±3.56	80.26±3.58
B 组	6.78±1.69	4.64±0.88	11.7±1.55	-0.72±0.22	84.26±3.55	84.33±3.66	85.11±3.62	84.59±4.12	85.26±3.45	84.75±3.63

表 2 两组干预效果比较 ( $\bar{x} \pm s$ , n=35、分)

组别	骨代谢指标水平				血清炎症因子水平		
	OCN	CTX-I	CT	TNF- $\alpha$	IL-8	IL-6	
A 组	7.03±2.08	161.26±25.8	77.68±21.38	91.83±7.88	47.14±4.76	52.85±5.83	
B 组	8.36±2.33	144.38±23.2	88.25±23.48	86.76±7.47	44.27±4.48	49.72±5.33	

表 3 两组不良反应发生率、护理满意度比较 (n、%)

组别	n	发热	便秘	腹胀	尿潴留	压疮	总发生率	护理满意度
A 组	35	2 (5.71)	2 (5.71)	1 (2.85)	1 (2.85)	1 (2.85)	7 (20.00)	27 (77.14)
B 组	35	1 (2.85)	0 (0.00)	1 (2.85)	1 (2.85)	0 (0.00)	3 (8.57)	34 (97.14)

## 3 讨论

护理是一项关乎人类健康和福祉的重要工作, 随着社会的发展和人口老龄化趋势的加剧, 护理的重要性愈发凸显, 护理工作不仅在医疗领域发挥着巨大作用, 同时也对整个社会存在不可替代的价值。本文研究主题, 循序渐进式康复护理对胸腰椎压缩性骨折患者康复效果的影响, 试验中两组患者分别接受了不同形式的护理干预策略, 最终 B 组患者各项指标均显优 A 组, 以 8.57% : 20.00% 的不良反应发生率显低 A 组, 以 97.14% : 77.14% 的护理满意度显高 A 组。分析原因: 循序渐进式康复护理是一种按照一定顺序和步骤逐步推进的护理模式, 在促进患者康复, 提高其生活质量方面具备诸多优势。主要以患者病情状况、恢复情况等作为护理方案制定的基础, 以患者为中心, 以满足患者切实需求为宗旨, 在患者恢复的不同时期、阶段给予针对性训练指导<sup>[8]</sup>。护理人员在实施循序渐进式康复护理过程中, 与患者密切接触, 能更好地了解患者需求, 为其提供更贴心的服务和指导。在骨折初期, 冷敷方法的实施可为患者消除局部血管收缩, 减少出血与肿胀, 从而缓解疼痛; 热敷则可促进血液循环, 加速淤血吸收, 放松肌肉, 达到减轻疼痛的目的; 骨折中期, 采用五点支撑法、三点支撑法激活腰背肌, 促进局部血液循环, 以良好的力学环境促进骨折愈合; 骨折后期, 鼓励患者积极开展下床活动、综合功能训练, 可促进患者逐步恢

复脊柱正常活动模式和身体平衡协调能力, 更快地回归社会, 开展正常生活、工作和学习<sup>[9]</sup>。B 组患者能够收获理想干预效果的关键还包括, 专业护理小组的成立, 对组员进行培训考核, 使护理人员综合素质得到提升, 确保护理工作质量; 多元性的健康教育, 能够极大丰富患者认知, 提高治疗依从性, 为后续康复训练奠定良好基础<sup>[10]</sup>。同时配合常规护理服务策略, 能够更进一步提升了康复效果, 降低了不良反应发生概率, 赢得患者满意和认可。

综合上述, 循序渐进式康复护理服务方案对胸腰椎压缩性骨折患者临床影响意义重大, 能够明显改善患者疾病症状, 提高康复速度, 降低不良反应发生率, 值得采用。

## 参考文献

- [1] 汪秋芬, 蔡骅, 王慧灵. 循序渐进式康复护理对胸腰椎压缩性骨折患者术后恢复的影响[J]. 中西医结合护理(中英文). 2023, 9 (04): 108-110.
- [2] 董善菊. 循序渐进式康复护理对胸腰椎压缩性骨折患者干预的效果[J]. 现代护理医学杂志, 2024, 3(10).
- [3] 叶苇. 观察循序渐进式康复护理干预对老年胸腰椎压缩性骨折术后患者功能恢复的影响[J]. 中国伤残医学, 2022, 30(3): 47-48. 2022.03.031.

- [4] 易继芳,李晓雯. 循序渐进式康复护理干预对老年胸腰椎压缩性骨折术后功能恢复的影响效果分析[J]. 养生保健指南,2019(30):109.
- [5] 谢方方. 循序渐进式康复护理干预对老年胸腰椎压缩性骨折术后功能恢复的影响效果分析[J]. 中国农村卫生,2019,11(24):66-67. 1674-361X.2019.24.081.
- [6] 徐凤燕,刘思,刘葵. 循序渐进式康复护理干预对老年胸腰椎压缩性骨折术后功能恢复的影响[J]. 基层医学论坛,2020,24(15):2155-2156. 1672-1721.2020.15.056.
- [7] 季永群,汪天珍. 循序渐进式康复护理干预对老年胸腰椎压缩性骨折术后功能恢复的影响[J]. 健康必读, 2020(35):110.
- [8] 王晓晓,林虹,叶灵超. 循序渐进式康复护理干预对老年胸腰椎压缩性骨折术后功能恢复的影响观察[J]. 饮食保健,2018,5(37):139-140. 2095-8439.2018.37.178.
- [9] 曾晓梅. 循序渐进式康复护理干预对老年胸腰椎压缩性骨折术后功能影响分析[J]. 养生保健指南,2018(42):135. 1006-6845.2018.42.123.
- [10] 郭书丽. 循序渐进式康复护理联合饮食护理对老年胸腰椎压缩性骨折患者术后恢复情况的影响分析[J]. 中外食品工业,2022(8):93-95. 1672-5336.2022.08.031.

**版权声明:** ©2025 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**