

# 中药熏蒸疼痛护理+腰椎功能康复训练对腰椎间盘突出症患者 疼痛改善分析

张 勤

苏州市中医医院 江苏苏州

**【摘要】目的** 分析腰椎间盘突出症(LDH)患者进行护理时,结合中药熏蒸疼痛护理+腰椎功能康复训练方式的效果。**方法** 选取2024年1月到2024年12月期间,在我院进行LDH治疗患者,共68例展开此次研究,运用随机数表法分组,分成对照组与试验组,组内人数均34例。对照组在护理时,结合康复训练,试验组在护理时,结合中药熏蒸疼痛护理+腰椎功能康复训练,观察两组护理情况。**结果** 护理前,两组VAS评分无明显差异,护理后,试验组低于对照组;护理前,两组SAS评分、SDS评分无明显差异,护理后,试验组低于对照组;试验组的护理满意度高于对照组。**结论** LDH患者护理过程中,运用中药熏蒸疼痛护理+腰椎功能康复训练,具有比较明显的效果,可以使患者疼痛症状获得较大程度改善。

**【关键词】** 中药熏蒸; 腰椎功能; 康复训练

**【收稿日期】** 2025年6月20日

**【出刊日期】** 2025年7月14日

**【DOI】** 10.12208/j.cn.20250369

## Analysis of the effect of traditional Chinese medicine steam bath pain care combined with lumbar function rehabilitation training on pain improvement in patients with lumbar disc herniation

Qin Zhang

Suzhou Hospital of Traditional Chinese Medicine, Suzhou, Jiangsu

**【Abstract】Objective** To analyze the effect of traditional Chinese medicine steam bath pain care combined with lumbar function rehabilitation training in the nursing of patients with lumbar disc herniation (LDH). **Methods** A total of 68 patients with LDH treated in our hospital from January 2024 to December 2024 were selected for this study. They were divided into a control group and an experimental group using the random number table method, with 34 cases in each group. The control group received rehabilitation training during nursing, while the experimental group received traditional Chinese medicine steam bath pain care combined with lumbar function rehabilitation training. The nursing conditions of both groups were observed. **Results** Before nursing, there was no significant difference in VAS scores between the two groups. After nursing, the VAS score of the experimental group was lower than that of the control group. Before nursing, there was no significant difference in SAS scores and SDS scores between the two groups. After nursing, the scores of the experimental group were lower than those of the control group. The nursing satisfaction of the experimental group was higher than that of the control group. **Conclusion** In the nursing process of LDH patients, the application of traditional Chinese medicine steam bath pain care combined with lumbar function rehabilitation training has a relatively obvious effect and can significantly improve the pain symptoms of patients.

**【Keywords】** Traditional Chinese medicine steam bath; Lumbar function; Rehabilitation training

LDH 在日常生活中比较常见,患者在患病以后,往往会出现腰腿酸软、疼痛等症状,严重时,正常活动可能受到限制。患者在恢复时,不仅需通过科学治疗支持,也应获得有效护理。结合腰椎功能康复训练,能够促进患者腰椎功能恢复,但是部分患者配合度不高,导

致效果并不明显。中药熏蒸疼痛护理方式在运用时,能够有效运用热力效应,促进中药渗入皮肤组织,达到活血、镇痛、通风等目的。中药熏蒸疼痛护理+腰椎功能康复训练运用于腰椎间盘突出症患者当中,对于患者腰椎恢复效果明显<sup>[1-2]</sup>。

## 1 资料与方法

### 1.1 资料

选取 2024 年 1 月到 2024 年 12 月期间, 在我院进行 LDH 治疗患者, 共 68 例展开此次研究, 运用随机数表法分组, 分成对照组与试验组, 组内人数均 34 例。在对照组中, 男女比例为 19:15, 年龄处于 30-73 岁, 均龄 (52.56±1.39) 岁, 在试验组中, 男女比例为 18:16, 年龄处于 29-72 岁, 均龄 (51.49±1.42) 岁, 患者资料方面的差异, 无统计学意义, 即  $P>0.05$ 。纳入标准: 具有完整个人资料; 知情且同意此次研究; 符合 LDH 诊断标准。排除标准: 存在精神意识障碍; 配合度较差; 患有恶性肿瘤。

### 1.2 方法

对照组进行腰椎功能康复训练过程中, 需在疼痛有所好转的基础上。取平卧位时, 应平卧于硬板床上, 然后缓慢屈膝, 并且收缩腰部、臀部, 进而慢慢离开床面, 保持 10s 后放下, 1 组为 10 个, 每次做 3 组。或者是结合俯卧位进行训练, 在此过程中, 双手应置于腰部位置, 双手和双腿慢慢向后伸抬起, 然后离开床面, 处于弓状状态, 并且保证膝盖不发生弯曲, 此姿势持续 60s, 反复操作 5 次。此外, 患者处于俯卧位时, 可通过双手支持床面, 而头部则向后仰, 手缓慢撑起, 确保胸部上昂, 进而后昂, 力量需达到腰部, 进而还原休息, 此动作需做 6 次, 1 疗程为 10 天, 共 3 个疗程。

试验组护理中, 康复训练方式和对照组相同, 结合中药熏蒸疼痛护理时, 选取的药物是鸡血藤、当归、透骨草、川芎、白芷、防风、威灵仙, 剂量分别为 15g、10g、10g、12g、12g、10g、15g。使用熏蒸仪进行熏蒸,

时间为半小时, 间隔 1 天治疗 1 次, 1 疗程为 10 次, 共 3 个疗程。

### 1.3 观察指标

观察两组患者疼痛情况、心理状态、护理满意度。

(1) 疼痛情况。评估疼痛情况时, 结合视觉模拟评分法 (VAS), 分数在 1-10 分之间, 分数越高, 则疼痛越严重。(2) 心理状态。评估患者心理时, 运用焦虑自评量表 (SAS), 抑郁自评量表 (SDS), 分数越低, 则焦虑、抑郁越轻, 分界分别为 50 分、53 分, 如果超出上述分数, 则表明患者存在焦虑、抑郁问题。(3) 护理满意度。包括不满意、一般满意、十分满意。满意度 = (一般满意 + 十分满意) / 总人数 × 100%。

### 1.4 统计学分析

数据展开分析过程中, 运用 SPSS25.0 软件, 计量资料的表示, 通过  $(\bar{x} \pm s)$ , 行 t 检验, 计数资料的表示, 通过 [n(%)] 的形式, 行  $\chi^2$  检验<sup>[3-4]</sup>。如果  $P<0.05$ , 则数据之间差异, 存在统计学意义。

## 2 结果

### 2.1 对照组和试验组护理前后 VAS 评分对比

护理前, 两组 VAS 评分无明显差异 ( $P>0.05$ ), 护理后, 试验组低于对照组 ( $P<0.05$ ), 如表 1。

### 2.2 对照组和试验组护理前后 SAS 评分、SDS 评分对比

护理前, 两组 SAS 评分、SDS 评分无明显差异 ( $P>0.05$ ), 护理后, 试验组低于对照组 ( $P<0.05$ ), 如表 2。

### 2.3 对照组和试验组护理满意度对比

试验组的护理满意度高于对照组 ( $P<0.05$ ), 如表 3。

表 1 对照组和试验组护理前后 VAS 评分对比

组别	例数	护理前	护理后
对照组	34	7.13±1.23	6.24±1.03
试验组	34	7.16±1.18	4.89±0.85
t		0.1026	5.8945
P		0.9186	0.0000

表 2 对照组和试验组护理前后 SAS 评分、SDS 评分对比

组别	例数	SAS 评分		SDS 评分	
		护理前	护理后	护理前	护理后
对照组	34	48.85±2.76	39.98±1.53	49.52±2.86	40.92±2.62
试验组	34	48.91±2.72	30.83±1.39	49.69±2.75	32.65±2.58
t		0.0903	25.8104	0.2498	13.1142
P		0.9283	0.0000	0.8035	0.0000

表3 对照组和试验组护理满意度对比

组别	例数	不满意	一般满意	十分满意	满意度 (%)
对照组	34	10 (29.41)	16 (47.06)	8 (23.53)	24 (70.59)
试验组	34	2 (5.88)	13 (38.24)	19 (55.88)	32 (94.12)
$\chi^2$					6.4762
P					0.0109

### 3 讨论

腰椎间盘突出症具有较高发病率，患者在患病以后生活质量会受到严重影响<sup>[5-6]</sup>。疾病往往治疗周期比较长，通过积极进行治疗，可以缓解患者肢体麻木、疼痛。患者接受治疗时，合理进行康复训练，有利于腰椎功能恢复<sup>[7-9]</sup>。基于中医角度进行分析，腰椎间盘突出症属于痹症范畴，应注重改善患者气血运行，并且进行舒经活络。中药熏蒸疼痛护理的实施，可以使药物迅速在患者机体中渗透，加速患者血液循环，推动毛细血管扩张，更好进行新陈代谢，并且起到舒筋活络作用，有效改善患者症状。康复训练和中药熏蒸方式的联合运用，可以兼顾患者机体内外，进而使患者更为迅速地恢复。上述研究显示，护理前，两组VAS评分无明显差异，护理后，试验组低于对照组，这主要是由于实验组运用的方式，能够有效缓解腰椎疲劳，迅速消除炎症，推动腰椎功能恢复。护理前，两组SAS评分、SDS评分无明显差异，护理后，试验组低于对照组；试验组的护理满意度高于对照组。这主要是由于试验组获得的护理效果比较明显，能够改善患者不良情绪，避免患者过于担忧，增强患者恢复自信。总体来讲，LDH患者护理运用中药熏蒸疼痛护理+腰椎功能康复训练，可以获得比较明显效果。

### 参考文献

- [1] 秦丽,王一哲,郭凤莲,等. 中药熏蒸疼痛护理联合腰椎功能康复训练对腰椎间盘突出症病人微创术后康复效果的影响[J]. 全科护理,2023,21(20):2824-2827.
- [2] 印召. 雷火灸联合中药熏蒸对血瘀气滞型腰椎间盘突出症患者护理效果的研究[J]. 首都食品与医药,2023,30(20):139-141.

- [3] 王燕,刘文洁,宋欣奕,等. 护理干预对中药熏蒸腰椎间盘突出合并腰腿疼患者预后的疗效观察[J]. 深圳中西医结合杂志,2023,33(13):119-121.
- [4] 张群,陈沈燕,马波. 雷火灸联合中药熏蒸在气滞血瘀型腰椎间盘突出症患者中的应用效果[J]. 中西医结合护理(中英文),2023,9(11):49-52.
- [5] 王洪波,张艳,高丰,等. 渐进式康复训练联合腰椎牵引对腰椎间盘突出症患者腰椎功能的影响[J]. 中国伤残医学,2024,32(20):5-9.
- [6] 赵建丽. 聚焦解决理论下护理联合核心肌群康复训练对腰椎间盘突出症患者疼痛程度、腰椎功能的影响[J]. 反射疗法与康复医学,2024,5(10):102-105.
- [7] 张建,吕翠华,张天文. 针刺联合康复训练对腰椎间盘突出症患者腰椎功能的影响[J]. 反射疗法与康复医学,2024,5(17):36-39.
- [8] 李敏芳,戴蓉瑜,黄燕鹏,等. 共治理念下阶段性量化运动处方对老年腰椎间盘突出症术后康复训练依从性、腰椎功能恢复的影响[J]. 国际护理学杂志,2024,43(22):4101-4106.
- [9] 李晶. 中频脉冲电疗联合康复训练对腰椎间盘突出症患者腰椎功能及疼痛程度的影响[J]. 反射疗法与康复医学,2023,4(18):48-51.

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