

中医情志康复护理干预腰椎间盘突出症疼痛的效果分析

归娟娟

河北省沧州市青县中医院 河北沧州

【摘要】目的 探讨腰椎间盘突出症患者采用中医情志康复护理干预的价值。**方法** 纳入本院收治腰椎间盘突出症患者共 88 例，入选时段 2024 年 4 月-2025 年 4 月。全部病例随机分为 2 组，对照组 (n=44) 实施常规护理，观察组 (n=44) 实施中医情志康复护理干预。根据疼痛程度、负性情绪、治疗依从性评价 2 组干预效果。**结果** 观察组干预后疼痛数字评定量表 (NRS)、医院焦虑抑郁量表 (HADS) 得分与对照组比较均减少 ($P<0.05$)。观察组治疗总依从率与对照组比较提高 ($P<0.05$)。**结论** 腰椎间盘突出症患者采用中医情志康复护理干预可明显减轻疼痛，缓解负性情绪，提高治疗依从性。

【关键词】腰椎间盘突出症；中医情志康复护理干预；疼痛

【收稿日期】2025 年 11 月 18 日 **【出刊日期】**2025 年 12 月 24 日 **【DOI】**10.12208/j.cn.20250669

Effect analysis of traditional Chinese medicine emotional rehabilitation nursing intervention on pain in lumbar disc herniation

Juanjuan Gui

Qing County Hospital of Traditional Chinese Medicine, Cangzhou, Hebei

【Abstract】Objective To explore the value of traditional Chinese medicine (TCM) emotional rehabilitation nursing intervention in patients with lumbar disc herniation. **Methods** A total of 88 patients with lumbar disc herniation admitted to our hospital were included, with the selection period from April 2024 to April 2025. All cases were randomly divided into two groups: the control group (n=44) received conventional nursing, while the observation group (n=44) received TCM emotional rehabilitation nursing intervention. The intervention effects were evaluated based on pain intensity, negative emotions, and treatment compliance. **Results** After intervention, the observation group showed lower scores in the Numerical Rating Scale (NRS) for pain and the Hospital Anxiety and Depression Scale (HADS) compared to the control group ($P<0.05$). The overall treatment compliance rate in the observation group was significantly higher than that in the control group ($P<0.05$). **Conclusion** TCM emotional rehabilitation nursing intervention can effectively alleviate pain, reduce negative emotions, and improve treatment compliance in patients with lumbar disc herniation.

【Keywords】Lumbar disc herniation; Traditional Chinese Medicine emotional rehabilitation nursing intervention; Pain

腰椎间盘突出症是各种因素综合作用导致的一种腰椎间盘退行性病变，发病后可引起腰部及下肢疼痛，对正常步行和相关功能活动造成严重影响，使生活自理能力下降^[1]。由于腰椎间盘突出症病情持续时间长，疼痛症状反复出现，患者长期受到疾病困扰普遍伴随焦虑、消极等负性情绪，甚至对治疗依从性造成影响^[2]。因此关注腰椎间盘突出症患者心理问题，采取适当的护理干预改善心理状态至关重要^{[1][3]}。中医情志康复护理干预以中医整体观念为基础，采用移情、排郁等方法对患者情绪进行疏导，以改善心理状态^[4]。基于此，

本文重点分析腰椎间盘突出症患者采用中医情志康复护理干预的价值，报道如下。

1 资料与方法

1.1 一般资料

纳入本院收治腰椎间盘突出症患者共 88 例，入选时段 2024 年 4 月-2025 年 4 月。全部病例随机分为 2 组，对照组 (n=44) 实施常规护理，观察组 (n=44) 实施中医情志康复护理干预。对照组年龄范围 43~65 岁，均值 (52.30 ± 4.73) 岁；男性、女性各有 23 例、21 例；患病时长 8~24 个月，均值 (15.79 ± 3.46) 个月。观察

组年龄范围 41~64 岁，均值（ 52.49 ± 4.51 ）岁；男性、女性各有 24 例、20 例；患病时长 6~25 个月，均值（ 15.62 ± 3.55 ）个月。基线资料对比，2 组无统计学差异 ($P>0.05$)。

1.2 方法

对照组实施常规护理，护士通过使用纸质资料配合口头讲解方式开展基础宣教，为患者讲解腰椎间盘突出症的发病机制、治疗流程、如何配合治疗等。在和患者沟通过程中了解其存在的担忧和顾虑，根据其心理诉求与感受，提供适当的安抚和鼓励。及时询问患者疼痛情况，指导患者按照医嘱正确使用相关药物，指导患者采取正确的体位缓解疼痛。

观察组实施中医情志康复护理干预：（1）情志评估：护士观察患者面部表情，与患者深入交流，通过提问的方式引导患者倾诉内心真实感受与存在的恐惧担忧，了解患者疾病认知情况和压力源，分析导致负性情绪的原因。（2）安神静志法：护士使用鼓励、肯定的语言和患者交谈，引导其收敛心神，减少过度忧虑。根据中医五音疗疾理论，为其播放宁静、舒缓的音乐，放松身心。（3）宣泄排郁法：鼓励患者主动向信任的家属、医护人员等倾诉内心苦闷、烦恼等，护士在此期间认真倾听，及时予以反馈。指导患者正确宣泄情绪，有效疏解肝气郁结。（4）移情易性法：为患者展示同类疾病恢复效果理想的真实案例，发挥榜样激励效应，纠正对疾病的错误认知，建立积极乐观的态度。（5）释疑解惑法：使用图文手册或播放科普视频等方式，为患者耐心讲解腰椎间盘突出症治疗、并发症、预后等知

识，消除对疾病未知恐惧。鼓励患者提问，使用专业知识解答患者疑惑。

1.3 观察指标

（1）疼痛程度：根据疼痛数字评定量表（NRS）对患者干预前后进行比较，评分范围 0~10 分，疼痛程度与问卷总分成正比。

（2）负性情绪：根据医院焦虑抑郁量表（HADS）对患者干预前后进行比较，包括焦虑、抑郁 2 个评分领域，总分 42 分，焦虑抑郁情绪与问卷总分成正比。

（3）治疗依从性：使用自制问卷调查 2 组患者治疗依从性为，问卷总分 50 分，按照得分划分 3 个等级，其中完全依从对应 40~50 分，部分依从对应 30~39 分，不依从对应 30 分以下；总依从率即完全依从率、部分依从率之和。

1.4 统计学分析

以 SPSS26.0 软件作为本试验数据处理工具，计量数据（满足正态分布）以 $(\bar{x}\pm s)$ 表示，采用 t 检验进行组间对比；计数数据以 [n (%)] 表示，采用 χ^2 检验进行组间对比，检验结果 $P<0.05$ 代表有统计学差异。

2 结果

2.1 对比干预前后 2 组疼痛程度、负性情绪

观察组干预后 NRS、HADS 得分与对照组比较均减少 ($P<0.05$)。干预前 NRS、HADS 得分比较，2 组无统计学差异 ($P<0.05$)，见表 1。

2.2 对比 2 组治疗依从性

观察组治疗总依从率与对照组比较提高 ($P<0.05$)，见表 2。

表 1 对比干预前后 2 组疼痛程度、负性情绪 ($\bar{x}\pm s$, 分)

组别	NRS		焦虑		抑郁	
	干预前	干预后	干预前	干预后	干预前	干预后
对照组 (n=44)	6.37±0.74	4.58±0.59	14.84±2.37	11.46±2.19	11.38±1.84	9.47±1.56
观察组 (n=44)	6.52±0.67	3.25±0.41	14.69±2.51	8.46±1.96	11.47±1.59	6.78±1.46
<i>t</i>	0.997	12.279	0.288	6.771	0.245	8.351
<i>P</i>	0.322	0.000	0.774	0.000	0.807	0.000

表 2 对比 2 组治疗依从性[n (%)]

组别	完全依从	部分依从	不依从	总依从率
对照组 (n=44)	27	9	8	36 (81.82)
观察组 (n=44)	32	10	2	42 (95.45)
χ^2				4.062
<i>P</i>				0.044

3 讨论

腰椎间盘突出症患者长期伴随腰痛、下肢放射痛等症状，且比较容易复发，生活质量受到明显影响^[5]。由于长期疼痛症状的影响，也会衍生出一系列的心理问题。以往临床采取的常规护理干预措施尽管能起到一定效果，促进病情的康复^[6]。但是相关护理措施更多以疾病为中心，较少关注患者心理、生理等需求，对于疼痛、情绪等改善效果比较有限，有必要采取更为有效的护理手段^[7]。

基于本文研究结果得知，观察组干预后 NRS、HADS 得分与对照组比较均减少。结果证明腰椎间盘突出症患者采用中医情志康复护理干预可明显减轻疼痛，缓解负性情绪。分析原因是：传统中医认为，人体七情活动与脏腑气血运行密切相关，一旦出现情志不畅便会阻碍正常气血运行，容易造成病情恶化^[8]。其中宣泄排郁法通过对患者进行正确的引导，帮助患者让内心长期积压的情绪得到合理宣泄，疏通气机，达到排解郁结等作用，有助于缓解负性情绪状态^[9]。移情易性法针对过度思虑的患者，通过介绍真实临床案例，提高患者对于治疗的信心，转变以往错误的认知态度，从疾病思虑中摆脱出来^[10]。安神静志法针对心绪不宁、烦躁等状态，通过营造安静祥和的环境，音乐疗法等方式，让患者安宁心神，排除杂念，保持情绪平稳，转移注意力，起到辅助缓解疼痛的作用^[10]。本文研究还发现，观察组治疗总依从率与对照组比较高。结果显示腰椎间盘突出症患者采用中医情志康复护理干预有助于提高治疗依从性。这得益于实施中医情志康复护理干预后帮助患者建立更为积极的心理状态，树立治疗的信心，对疾病形成更为正确的认知，了解个人情绪与病情发展的关系，因此能够主动配合临床治疗，提高治疗依从性。

综上所述，中医情志康复护理干预可明显减轻疼痛，缓解负性情绪，提高治疗依从性。

参考文献

- [1] 李玲,余嘉琪,李昆真,等. 中医情志干预结合艾灸对腰椎

间盘突出症患者疼痛程度及应对方式的影响[J]. 中国伤残医学,2021,29(21):56-58.

- [2] 高素芳,尹建芳,门俊汝. 中药热敷联合情志干预对腰椎间盘突出症保守治疗患者疼痛状况、腰椎功能的影响分析[J]. 河北中医,2024,46(7):1087-1090.
- [3] 王英晓,马依兰,朱梦娟,等. 中医情志干预联合中药封包护理对腰椎间盘突出症负面情绪及腰背疼痛的影响[J]. 实用中医内科杂志,2024,38(5):104-107.
- [4] 谢梅英. 中医情志护理对腰椎间盘突出症患者腰椎功能恢复及生活质量的影响[J]. 基层医学论坛,2024,28(16): 146-148,156.
- [5] 宣善俊,吴小宝,杨艳琴,等. 渐进式康复训练联合情志护理在针刀治疗腰椎间盘突出中的效果[J]. 中国现代药物应用,2024,18(7):169-172.
- [6] 范建平,高连娣,周秋芳,等. 基于延续性护理管理的中医情志护理和康复训练对腰椎间盘突出症患者术后依从性和腰部功能的影响[J]. 国际护理学杂志,2023,42(9):1712-1715.
- [7] 钟纯兰,李文俊,曹运凤,等. 中医情志配合中医适宜技术在寒湿痹阻型腰椎间盘突出症治疗中的价值[J]. 黑龙江医药,2023,36(5):1055-1058.
- [8] 程波,付开慧,王耀娟,等. 中医情志护理结合认知行为干预在降低腰椎间盘突出症患者康复期恐动症中的应用[J]. 中国实用护理杂志,2020,36(31):2411-2417.
- [9] 丁颖. 中医情志护理联合火龙罐疗法对腰椎间盘突出症患者心理状态及生活质量的干预研究[J]. 中医外治杂志,2022,31(4):105-106.
- [10] 安雪梅,蒋运兰,李俊. 三联疗法联合情志护理对腰椎间盘突出症术后遗留疼痛患者疼痛及心理状态的影响[J]. 四川中医,2021,39(8):217-220.

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