

疼痛护理方案对老年女性骨质疏松腰背痛患者的影响

张兴艳, 邹成松*

云南省中医医院骨三病区 云南昆明

【摘要】目的 对疼痛护理方案在老年女性骨质疏松腰背痛患者中的影响进行分析和研究。**方法** 本次研究于 2018 年 6 月开始, 于 2020 年 6 月结束, 以在研究时间内本院接收的老年女性骨质疏松患者共 86 例作为研究对象展开研究。为了更好的提升研究内容的准确性, 将对 86 例患者进行分组探讨, 按照入院先后顺序随机分为观察组和对照组, 每组各 43 例, 在研究过程中分别针对两组患者采用不同的护理方式, 对照组采用常规护理, 观察组采用疼痛护理方案, 最终采用统计学软件对两组患者的护理效果以及护理满意度进行对比。**结果** 经对比发现, 观察组患者的护理效果和护理满意度明显高于对照组, 差异具有统计学意义 ($P < 0.05$)。**结论** 在老年女性骨质疏松腰背痛患者的护理过程中采用疼痛护理方案可以有效的改善患者的护理效果, 同时提升患者的护理满意度, 有临床推广的价值和意义。

【关键词】 疼痛护理方案; 老年女性; 骨质疏松; 腰背痛

The effect of pain nursing program on elderly women with osteoporosis and low back pain

Xingyan Zhang, ChengsongZou*

Yunnan Provincial Hospital of Traditional Chinese Medicine, Yunnan Provincial Hospital of
Traditional Chinese Medicine, Bone Third Ward, Kunming, Yunnan

【Abstract】 Objective: To analyze and study the effect of pain nursing program in elderly women with osteoporosis and low back pain. **Methods:** The study started in June 2018 and ended in June 2020. A total of 86 elderly female osteoporosis patients accepted by our hospital during the study period were used as the research objects. In order to better improve the accuracy of the research content, 86 patients will be divided into groups for discussion, and randomly divided into observation group and control group according to the order of admission, with 43 cases in each group. During the research process, different groups of patients will be used. The control group adopts routine nursing, the observation group adopts the pain nursing plan, and finally the statistical software is used to compare the nursing effect and nursing satisfaction of the two groups of patients. **Results:** After comparison, it was found that the nursing effect and nursing satisfaction of the observation group were significantly higher than those of the control group, and the difference was statistically significant ($P < 0.05$). **Conclusion:** In the nursing process of elderly female patients with osteoporosis and low back pain, the use of pain nursing program can effectively improve the patient's nursing effect, and at the same time improve the patient's nursing satisfaction, which has the value and significance of clinical promotion.

【Keywords】 Pain Nursing Program; Elderly Women; Osteoporosis; Low Back Pain

引言

随着当前我国老龄化社会的不断加剧, 骨质疏松也成为了非常常见的疾病之一, 在老年群体中有着较高的发病率, 同时在发病时还伴随着腰背痛的症状。在临床中主要表现为骨量减少和骨矿物质、骨基质比例受到影响, 骨脆性也有明显的增加, 有

较高的骨折几率^[1]。而老年女性在老年群体中相对于男性而言发病率有明显差异, 主要原因是由于雌激素下降导致的骨质形成能力和吸收能力不断的下降。因此本文主要针对常规护理和疼痛护理在老年女性骨质疏松腰背痛患者中的应用疗效进行分析, 具体分析报告如下。

*通讯作者: 邹成松

1 资料与方法

1.1 一般资料

本次研究对象为 2018 年 6 月至 2020 年 6 月期间在本院进行治疗的 86 例老年女性骨质疏松腰背痛患者, 按照入院顺序将其随机分为观察组和对照组各 43 例, 其中观察组年龄最小值和最大值分别为 60 岁和 82 岁, 平均年龄为 (71.25±2.10) 岁; 对照组年龄最小值和最大值分别为 61 岁和 85 岁, 平均年龄为 (72.08±2.92) 岁。两组患者的年龄和性别等一般资料对比无较大差异, 不具统计学意义 ($P > 0.05$), 具有可比性。

1.2 方法

将常规护理应用在对照组患者的护理过程中, 首先需要引导患者严格遵照医嘱进行服药并根据患者的病情建造健康档案, 将骨质疏松的大概治疗时间以及注意事项详细的向患者进行讲解, 提升患者对自身疾病的了解程度。详细将患者的就诊和恢复情况进行记录, 同时告知患者下次复诊时间。

将疼痛护理方案应用在观察组患者的护理过程中, 引导患者禁止搬运重物, 并避免长期脊椎前弯曲, 让患者多做快步走的动作, 每天做一次, 每次一小时左右。同时引导患者多进食富含维生素 D 和钙质的食物, 日常活动多在太阳下进行, 避免阴凉潮湿处, 注意保暖^[2]。要合理安排晒太阳时间, 春秋季节大概每天晒 20min~30min, 夏季和冬季分别 5min~10min、30min~60min 每天, 具体可以根据患者的实际情况进行安排。每天需要至少引用 300g 的牛奶, 每日食用食物以豆腐、三文鱼、奶酪、绿色蔬菜和沙丁鱼为主。每天需要询问患者的疼痛程度, 可以采用曲线绘制的方式进行更直观的呈现, 从而更好的观察和评估患者本身的疼痛成簇, 并对其进行针对性的健康宣教, 将骨质疏松的发生原因向患

者详细的进行讲解, 包括临床表现症状和疼痛缓解方式, 让患者对自身的疾病有更加深入的了解程度, 有效的进行自我护理^[3]。其次需要引导患者每年对骨密度进行一次检查, 绝经后的 3 年内要采用雌激素来代替治疗, 并进行预防性的补钙。在日常中可以定期开展健康知识讲座或宣传会议, 将骨质疏松腰背痛的治疗方法和生活饮食的注意事项详细的列出, 同时给患者播放视频、讲座以及书面资料等各种形式的宣传途径, 提升患者的健康意识, 并让患者在生活中对自身疾病有正确的认知, 更好的进行自我预防, 提升患者的康复速度^[4]。

1.3 观察指标

采用视觉模拟评分法 (VAS) 来统计两组患者的疼痛程度, 并采用 Barthel 指数对比两组患者的日常活动能力, VAS 评分和患者的疼痛程度成正比, 且 Barthel 指数和患者的活动能力成正比。

1.4 统计学处理

本次研究需要对两组患者的数据分别进行处理, 采用的是统计学软件 SPSS 22.0, 在分析的过程中, 将 \pm 标准差用来进行表达计量资料, t 对其进行检验; 同时 n (%) 用来进行表达计数资料, X^2 对其进行检验。两组数据之间差异比较明显则说明该数据符合统计学意义 ($P < 0.05$)。

2 结果

2.1 经对比发现, 观察组患者护理后 1 个月和护理后 3 个月 VAS 评分和 Barthel 指数明显优于对照组, 且和护理前有明显改善, 差异符合统计学意义的评判标准 ($P < 0.05$), 见表 1。

2.2 经对比发现, 观察组患者的护理满意度明显高于对照组, 差异符合统计学意义的评判标准 ($P < 0.05$), 见表 2。

表 1 两组患者护理效果对比 ($\bar{x} \pm s$)

组别	例数	时间	VAS 评分	Barthel
观察组	43	护理前	7.13±1.52	66.47±6.12
		护理后 1 个月	4.28±1.22	88.39±4.30
		护理后 3 个月	3.14±1.36	91.30±5.62
对照组	43	护理前	7.22±1.65	65.91±8.53
		护理后 1 个月	6.87±1.52	72.10±7.42
		护理后 3 个月	5.30±1.31	80.75±9.16

表 2 两组患者护理满意度对比 (n,%)

组别	例数	非常满意	基本满意	不满意	总满意度
观察组	43	31 (72.09)	11 (25.58)	1 (2.32)	42 (97.67)
对照组	43	20 (46.51)	16 (37.20)	7 (16.27)	36 (83.72)
X ² 值					8.1543
P 值					<0.05

3 讨论

骨质疏松是当前骨科较为常见的一种疾病, 关系到患者的代谢, 主要表现在患者的腰部活动受到局限, 且在运动过后会给腰背部带来较大的疼痛。在临床中通常采用药物进行治疗, 而患者在生活中的自我护理和其治疗效果也有着直接的关联, 提升当前护理工作的疗效可以有效的提升患者的治疗效果, 改善患者的病情, 导致后遗症的出现。疼痛是骨质疏松的主要影响, 对患者的睡眠以及生活、心理都造成了较大的影响, 因此当前需要不断提升护理工作的有效性, 从而降低患者的疼痛程度, 提升患者自我护理能力^[5-7]。而随着人们对护理质量提出了更高的要求, 传统的以病情为主进行护理已经无法满足患者的要求, 现阶段需要充分以患者为护理中心, 给患者在护理过程中提供充足的尊重和人性化, 降低患者的心理负担和压力, 从而将疼痛程度进行缓解。

在本次研究中, 对比了两组患者的护理效果以及护理满意度发现, 观察组患者的 VAS 评分以及 Barthel 评分明显优于对照组; 且观察组患者的护理满意度为 97.67%, 对照组患者的护理满意度为 83.72%, 观察组明显优于对照组, 差异符合统计学意义的评判标准 ($P < 0.05$)。

综上所述, 在老年女性骨质疏松腰背痛患者的护理过程中采用疼痛护理方案可以有效的改善患者的护理效果, 同时提升患者的护理满意度, 有临床推广的价值和意义。

参考文献

[1] 马亚会. 疼痛护理方案对老年女性骨质疏松腰背痛患

者的效果观察[J]. 临床医药文献电子杂志, 2016, 3(05): 917+920.

[2] 杨凤菱, 秦铎文. 对老年女性骨质疏松腰背痛患者实施疼痛护理方案的效果观察[J]. 世界最新医学信息文摘, 2019, 19(49): 277+282.

[3] 卫继珍. 疼痛专项护理在老年女性骨质疏松腰背痛患者中的应用[J]. 护理实践与研究, 2019, 16(16): 70-71.

[4] 沈洁, 马洁冰. 疼痛护理方案在老年女性骨质疏松腰背痛患者中的价值分析[J]. 世界最新医学信息文摘, 2019, 19(97): 335+344.

[5] 赵艳. 骨质疏松疼痛护理方案对老年女性骨质疏松性腰背痛患者的影响分析[J]. 心理月刊, 2020, 15(05): 26+28.

[6] 杨小蓉. 疼痛护理方案对老年女性骨质疏松腰背痛患者的影响[J]. 医药卫生(引文版): 00151-00151.

[7] 吴永梅. 骨质疏松腰背痛患者的疼痛护理方式及实施要点研究[J]. 中国社区医师, 2018, 06(v.34): 154-155.

收稿日期: 2021年4月18日

出刊日期: 2021年5月19日

引用本文: 张兴艳, 邹成松. 疼痛护理方案对老年女性骨质疏松腰背痛患者的影响[J]. 当代护理, 2021, 2(2): 83-85.

DOI: 10.12208/j.cn.20210054

检索信息: RCCSE 权威核心学术期刊数据库、中国知网 (CNKI Scholar)、万方数据 (WANFANG DATA)、Google Scholar 等数据库收录期刊

版权声明: ©2021 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。 <http://creativecommons.org/licenses/by/4.0/>



OPEN ACCESS