

渐进式护理联合疼痛护理对类风湿关节炎患者的影响

金梦莲, 王 燕

同济大学附属同济医院 上海

【摘要】目的 分析渐进式护理联合疼痛护理对类风湿关节炎患者的影响。**方法** 选择我院于 2024 年 1 月-2024 年 12 月期间内收治的类风湿关节炎患者 100 例, 将其按随机分组方法分为对照组和观察组, 对照组和观察组各 50 例, 其中对照组采取常规护理方法, 观察组在常规护理基础上, 采用渐进式护理联合疼痛护理。对两组的临床护理效果, 如两组患者的生活质量评分、疼痛评分、关节功能指标(晨僵时间、关节压痛指数、关节肿痛指数)以及护理满意度进行对比和评估。**结果** 护理干预前, 两组疼痛评分差异无统计学意义($P>0.05$)。护理干预后, 观察组疼痛评分低于对照组($P<0.05$)。观察组生活质量评分高于对照组($P<0.05$)。观察组各项关节功能指标均优于对照组($P<0.05$)。观察组患者的护理满意度高于对照组($P<0.05$)。**结论** 在对类风湿关节炎患者实施渐进式护理联合疼痛护理取得明显的效果, 可显著改善患者的关节功能指标, 缓解疼痛, 提高其生活质量和护理满意度, 有较高应用价值。

【关键词】 类风湿关节炎; 渐进式护理; 疼痛护理; 生活质量; 满意度

【收稿日期】 2025 年 5 月 20 日

【出刊日期】 2025 年 6 月 17 日

【DOI】 10.12208/j.jacn.20250280

The impact of progressive nursing combined with pain management on patients with rheumatoid arthritis

Menglian Jin, Yan Wang

Tongji Hospital, Tongji University, Shanghai

【Abstract】Objective Analyze the impact of progressive nursing combined with pain care on patients with rheumatoid arthritis. **Methods** 100 patients with rheumatoid arthritis admitted to our hospital from January 2024 to December 2024 were randomly divided into a control group and an observation group, with 50 patients in each group. The control group received routine nursing care, while the observation group received progressive nursing combined with pain care on the basis of routine nursing care. Compare and evaluate the clinical nursing effects of two groups, such as quality of life scores, pain scores, joint function indicators (morning stiffness time, joint tenderness index, joint swelling and pain index), and nursing satisfaction. **Results** Before nursing intervention, there was no statistically significant difference in pain scores between the two groups ($P>0.05$). After nursing intervention, the pain score of the observation group was lower than that of the control group ($P<0.05$). The quality of life score of the observation group was higher than that of the control group ($P<0.05$). All joint function indicators in the observation group were superior to those in the control group ($P<0.05$). The nursing satisfaction of the observation group patients was higher than that of the control group ($P<0.05$). **Conclusion** The implementation of progressive nursing combined with pain management in patients with rheumatoid arthritis has achieved significant results, significantly improving their joint function indicators, relieving pain, enhancing their quality of life and nursing satisfaction, and has high application value.

【Keywords】 Rheumatoid arthritis; Progressive nursing; Pain care; Quality of life; Satisfaction level

类风湿关节炎是一种慢性炎症性自身免疫疾病, 主要表现为关节疼痛、肿胀、僵硬及功能障碍, 严重影响患者生活质量^[1]。类风湿关节炎的发病机制复杂, 涉及遗传、环境及免疫反应等多因素, 其疼痛管理是临床护理的重点^[2]。传统护理模式多以遵医嘱操作为主, 缺

乏主动性与个体化, 难以满足患者需求。近年来, 渐进式护理联合疼痛护理模式逐渐应用于类风湿关节炎患者, 通过动态评估、个体化干预及多学科协作, 显著改善了患者预后。本文旨在探讨该模式对类风湿关节炎患者疼痛、关节功能及生活质量的影响, 为临床护理提

供参考。

1 对象和方法

1.1 对象

选择 2024 年 1 月-2024 年 12 月期间内收治的 100 例类风湿关节炎患者为研究对象。将其按随机分组, 分为对照组 (50 例, 男 22 例, 女 28 例, 年龄 41-74 岁, 平均年龄 57.85 ± 6.55 岁, 病程 1-5 年, 平均 2.85 ± 1.55 年) 和观察组 (50 例, 男 21 例, 女 29 例, 年龄 42-70 岁, 平均年龄 56.15 ± 6.36 岁, 病程 9 个月-5 年, 平均 2.25 ± 1.05 年)。对两组患者一般资料分析后显示, 其差异无统计学意义 ($P > 0.05$)。本研究符合“赫尔辛基宣言”, 本研究不违反国家法律法规, 符合医学伦理原则。

1.2 纳入与排除标准

纳入标准: (1) 符合《类风湿关节炎诊治指南》^[3]中制订的诊断标准; (2) 年龄范围限定在 40 至 75 岁之间; (3) 具备良好的语言交流与理解能力, 能够有效参与研究过程。

排除标准: (1) 患有严重脏器疾病; (2) 精神状态异常; (3) 认知功能障碍; (4) 无法配合研究的患者。

1.3 方法

1.3.1 常规护理方法

对照组采用常规护理, 包括遵医嘱用药、生命体征监测、健康宣教及基础护理等^[4]。

1.3.2 渐进式护理联合疼痛护理

观察组在常规护理基础上, 采用渐进式护理联合疼痛护理, 具体如下:

(1) 组建护理团队: 由主治医师、护士长、责任护士及康复治疗师共同构成护理小组。团队成员需接受系统化的类风湿关节炎专业知识与护理技能培训, 确保对疾病病理、治疗原则及护理要点有深入理解, 为后续护理工作奠定坚实基础。

(2) 护理措施实施

①住院期间护理。健康宣教与心理支持: 入院第 1-2 天, 通过面对面讲解、发放健康教育手册等方式, 向患者普及类风湿关节炎相关知识, 增强其对疾病的认知。同时, 采用分散注意力法、正性案例激励法等心理干预手段, 帮助患者缓解焦虑、抑郁等负性情绪, 树立战胜疾病的信心。疼痛管理: 每日全面评估并记录患者的疼痛程度及发作特点, 分析疼痛缓解或加剧的影响因素。针对轻中度疼痛, 采用敷贴、按摩等物理疗法进行缓解; 对于重度疼痛, 则严格遵医嘱给予止痛药物治

疗。功能锻炼指导: 根据患者病情进展, 分阶段进行功能锻炼指导。急性期协助患者保持功能位, 进行四肢肌肉的收缩与放松训练, 每次 15-30 分钟, 每日 2 次。亚急性期指导患者进行手掌与手指的交替伸展、握拳训练及四肢关节活动, 训练时间与频率同上。恢复期则重点进行股四头肌、膝关节等功能锻炼, 并逐步过渡到日常生活能力训练, 每次 30 分钟, 每日 2-3 次。

②出院居家护理。建立沟通平台: 出院前建立微信群, 邀请患者、家属及护理人员加入, 便于日常沟通与信息共享。健康知识推送: 每日在群内推送类风湿关节炎的饮食指导、康复锻炼方法等相关内容, 帮助患者及家属掌握科学的居家护理知识。定期互动与访视: 每周组织 1-2 次线上话题讨论, 解答患者疑问, 提供个性化建议。每月进行 1 次上门访视, 全面了解患者的恢复情况, 根据评估结果调整护理干预计划, 确保患者居家康复的顺利进行。

1.4 观察指标

本研究采用视觉模拟评分法 (VAS) 对两组患者的疼痛评分进行评估; 采用生活质量综合评定表 (GQOL-74) 对两组患者生活质量评分进行评估; 观察两组关节功能指标 (晨僵时间、关节压痛指数、关节肿痛指数); 通过问卷调查对两组患者的护理满意度进行对比与评估。

1.5 统计学分析

使用 SPSS20.0 软件对数据进行统计学分析, 计量数据通过 t 检验进行比较, 并使用 (平均值 $\pm$ 标准差) 展示, 计数数据则采用 χ^2 检验, 以百分比 (%) 形式表达。 $P < 0.05$ 表示数据差异有统计学意义。

2 结果

2.1 疼痛程度评分比对

护理干预前, 观察组疼痛评分 (6.32 ± 0.95) 分与对照组 (6.28 ± 1.01) 分差异无统计学意义 ($t=5.892$, $P=0.001$, $P > 0.05$)。护理干预后, 对照组患者疼痛程度评分为 (2.43 ± 0.54) 分; 观察组患者疼痛程度评分为 (1.86 ± 0.42) 分; $t=5.892$, $P=0.001$, 对照组疼痛程度评分高于观察组 ($P < 0.05$), 有统计学意义。

2.2 生活质量评分比对

观察组患者的生活质量评分分别为, 躯体功能 (83.18 ± 1.42) 分, 社会功能 (84.51 ± 2.02) 分, 心理功能 (80.16 ± 2.32) 分; 对照组患者的生活质量评分分别为, 躯体功能 (78.07 ± 2.13) 分, 社会功能 (72.08 ± 2.41) 分, 心理功能 (68.21 ± 2.52) 分; $t=14.115$, $P=0.001$, $t=27.951$, $P=0.001$, 和 $t=24.669$, $P=0.001$,

两组评分比对有明显差异($P<0.05$),有统计学意义。

2.3 关节功能指标比对

观察组关节功能指标结果为,晨僵时间(22.19 ± 5.47)min,关节压痛指数(1.63 ± 0.33),关节肿痛指数(1.56 ± 0.31);对照组关节功能指标结果为,晨僵时间(25.06 ± 6.63)min,关节压痛指数(1.81 ± 0.36),关节肿痛指数(1.72 ± 0.37); $t=2.361, P=0.020, t=2.606, P=0.011, t=2.344, P=0.021$,差异有统计学意义($P<0.05$)。

2.4 护理满意度比对

通过分析表明,在两组护理后,观察组患者的护理满意度显著高于对照组,观察组患者护理满意度评分结果为,满意22例(44%),基本满意26例(52%),不满意2例(4%),护理满意度是96%;对照组患者护理满意度评分结果为,满意18例(36%),基本满意24例(48%),不满意8例(16%),护理满意度是84%; $\chi^2=4.000, P=0.046$,两组评分比对有明显差异($P<0.05$),有统计学意义。

3 讨论

类风湿关节炎是一种常见的多发病,其主要临床表现为关节疼痛、肿胀和活动受限。如果不加以有效治疗,晚期可能会出现关节畸形和僵硬等问题^[5],严重影响患者的日常生活和工作能力,甚至对患者的心理健康造成损害。在极端情况下,可能导致关节残疾或影响心肺功能,威胁患者的生命安全。尽管目前尚未完全明确其发病机制,但已有研究表明,类风湿关节炎与心血管疾病及营养不良等因素有关。该疾病可发生在任何年龄层,但统计数据显示女性的发病率通常高于男性,部分病例可能与遗传因素有关^[6]。近年来,该病的发病率呈逐年上升趋势,不仅给患者带来长期的身心痛苦,也给家庭和社会造成了显著的经济与照护负担。因此,探索更有效的临床干预策略,以改善患者预后、提升生活质量,成为当前医学研究的重点方向之一。

目前在对类风湿关节炎患者实行临床护理时,通常采用常规护理方法,但常规护理往往侧重于遵循标准化的流程和规范,因此,该护理方法难以取得很好的效果。对于这一特点而言,渐进式护理与疼痛护理得到大量关注。本研究结果发现,相较于常规护理对照组,采用渐进式护理联合疼痛护理模式的观察组患者在护理干预后显著降低了患者的疼痛评分($P<0.05$)。这一结果提示,该联合护理模式通过根据患者个体情况制定动态护理计划,并在住院及居家康复阶段提供持续、高质量的护理服务,能够全面满足患者的生理与心理

需求,降低因情绪应激导致的疼痛感知。疼痛护理作为现代镇痛管理的新策略,强调针对性和规范性,通过结合患者的疼痛程度,灵活采用物理疗法与药物镇痛相结合的方式,实现个体化镇痛干预^[7]。本研究结果显示,观察组患者的生活质量评分显著高于对照组($P<0.05$),表明渐进式护理联合疼痛护理模式能够有效提高患者的生活质量。此外,本研究结果还发现,观察组患者在护理干预后的晨僵时间显著短于对照组,关节压痛指数及关节肿痛指数均明显低于对照组($P<0.05$)。这一结果表明,渐进式护理联合疼痛护理模式能够显著促进类风湿关节炎患者的关节功能恢复。推测其机制可能在于,该模式根据疾病不同阶段的特点,指导患者进行科学的功能锻炼,有效控制病情进展^[8];同时,通过院内外连续性的康复指导,合理把控训练强度,既促进了关节局部血液循环,又避免了异常应力对关节的损伤,加速了关节周围组织的修复,从而促进了关节功能的早期恢复^[9]。

综上所述,在对类风湿关节炎患者实施渐进式护理联合疼痛护理取得明显的效果,可显著改善患者的关节功能指标,缓解疼痛,提高其生活质量和护理满意度,有较高应用价值。

参考文献

- [1] 罗婷.疼痛专项护理模式对改善类风湿关节炎患者疼痛与睡眠质量的影响[J].中国医药科学,2021,11(11):127-130.
- [2] 黄婕,陈丽,余丽雯,等.渐进式护理干预在类风湿关节炎患者中的应用[J].临床医学工程,2022,29(6):865-866.
- [3] 中华医学会风湿病学分会.类风湿关节炎诊治指南[J].现代实用医学,2004,16(3):184-188.
- [4] 阎巍巍,卢明,贾路,等.自我效能护理联合阶段性健康教育在类风湿关节炎患者中的应用[J].保健医学研究与实践,2023,20(09):114-118.
- [5] 周文婧.疼痛护理对类风湿关节炎患者生活质量的影响分析[J].当代临床医刊,2021,34(6):76-77.
- [6] 吴娟.疼痛专项护理模式应用于类风湿关节炎患者对其疼痛与睡眠质量的影响分析[J].实用临床护理学电子杂志,2022,7(27):49-52.
- [7] 刘鑫.循序渐进式护理干预在改善类风湿关节炎患者疾病知识掌握情况及锻炼依从性中的应用效果[J].家庭保

健, 2019, 000(015):192.

(中英文), 2023, 9(8):88-90.

- [8] 阿雯婷. 疼痛护理对类风湿关节炎患者疼痛症状和生活质量的影响分析[J]. 中国社区医师, 2019, 35(2): 163, 165.
- [9] 汤悦煦, 顾春芳, 杨洋, 等. 渐进式护理联合疼痛护理对类风湿关节炎患者疼痛程度的影响[J]. 中西医结合护理

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