

## 优质护理作用于中医科慢性疼痛患者效果

朱盼

南昌市洪都中医院 江西南昌

**【摘要】**目的 分析中医科慢性疼痛患者应用优质护理的效果。方法 以我院中医科收治的 50 例慢性疼痛患者作为研究对象，时间为 2024 年 10 月-2025 年 1 月，应用随机数字表法分成两组，对照组与实验组均为 25 例，比较两组的护理效果。结果 实验组的疼痛程度、中医症状积分、生活质量评分和护理满意度均优于对照组，差异有统计学意义 ( $P<0.05$ )。结论 优质护理作用于中医科慢性疼痛患者，可有效减轻患者的疼痛程度，改善中医临床症状，提高患者的生活质量及护理满意度，应用价值高。

**【关键词】**优质护理；中医科；慢性疼痛；护理效果

**【收稿日期】**2025 年 12 月 22 日

**【出刊日期】**2026 年 1 月 20 日

**【DOI】**10.12208/j.jacn.20260037

### The effect of high-quality nursing on patients with chronic pain in the Traditional Chinese Medicine

Department

Pan Zhu

Nanchang Hongdu Hospital of Traditional Chinese Medicine, Nanchang, Jiangxi

**【Abstract】** Objective To analyze the effect of high-quality nursing on patients with chronic pain in the Department of Traditional Chinese Medicine. Methods Fifty patients with chronic pain admitted to the Traditional Chinese Medicine Department of our hospital were selected as the research subjects from October 2024 to January 2025. They were divided into two groups by random number table method, with 25 cases in both the control group and the experimental group. The nursing effects of the two groups were compared. Results The pain degree, TCM symptom score, quality of life score and nursing satisfaction of the experimental group were all better than those of the control group, and the differences were statistically significant ( $P<0.05$ ). Conclusion High-quality nursing applied to patients with chronic pain in the Department of Traditional Chinese Medicine can effectively reduce the pain level of patients, improve the clinical symptoms of traditional Chinese medicine, enhance the quality of life and nursing satisfaction of patients, and has high application value.

**【Keywords】** High-quality nursing; Department of Traditional Chinese Medicine; Chronic pain; Nursing effect

慢性疼痛是指持续时间超过 3 个月或反复发作的疼痛症状，是中医科比较常见的病症之一，涉及颈椎病、腰椎间盘突出症、类风湿关节炎、慢性腰肌劳损、骨质疏松症等多种疾病<sup>[1]</sup>。中医认为，慢性疼痛的形成与经络阻滞、气血运行不畅、脏腑功能失调密切相关，其核心病机为“不通则痛”和“不荣则痛”，以隐痛、胀痛、刺痛、酸痛等为主要临床表现，常伴有肢体麻木、活动受限、情绪异常等症状。疾病的的发生，不仅给患者带来身体上的痛苦，还容易出现焦虑、抑郁等心理问题，严重影响患者的睡眠质量、日常生活能力及社会功能，降低患者的生活质量<sup>[2]</sup>。基于患者的病情特征，除了要给予患者个性化的治疗外，还要加强护理干预，注重护理

方法的选择与应用。本文分析了优质护理作用于中医科慢性疼痛患者效果，现汇报如下。

### 1 资料与方法

#### 1.1 一般资料

选取 2024 年 10 月-2025 年 1 月前来我院接受治疗的 50 例慢性疼痛患者进行研究，采用随机数字表法将患者分为对照组与实验组。对照组 25 例患者中，男 14 例，女 11 例；年龄 30-73 岁，平均年龄 (53.12±9.86) 岁；病程 3-14 年，平均病程 (6.58±2.16) 年；中医辨证：气滞血瘀型 8 例，寒湿痹阻型 8 例，肝肾亏虚型 4 例，气血不足型 5 例。实验组 25 例患者中，男 13 例，女 12 例；年龄 28-72 岁，平均年龄 (52.36±10.24)

岁；病程3-15年，平均病程 $(6.82 \pm 2.34)$ 年；中医辨证：气滞血瘀型9例，寒湿痹阻型7例，肝肾亏虚型5例，气血不足型4例。比较两组的一般资料，差异不存在统计学意义 $(P > 0.05)$ 。

## 1.2 方法

对照组实施中医科常规护理；实验组在中医科常规护理的基础上应用优质护理干预，具体包括：

(1)中医辨证施护：①气滞血瘀型：以活血化瘀、行气止痛为护理原则，指导患者食用山楂、桃仁、红花等活血化瘀的食物，避免辛辣刺激食物；使用丹参、川芎等中药煎剂热敷疼痛部位，每次30分钟，每日1次；穴位按摩中，选取膈俞、太冲、血海等穴位，每个穴位按摩5分钟，每日2次，以局部酸胀为宜<sup>[3]</sup>。②寒湿痹阻型：护理原则为温经散寒、通络止痛，叮嘱注意患者保暖，避免受凉受潮，指导患者食用生姜、羊肉、桂圆等温热性食物；使用中药热奄包对疼痛部位进行外敷，每次20-30分钟，每日1次；行艾灸治疗时，选取足三里、阳陵泉、命门等穴位，每个穴位艾灸10分钟，每日1次。③肝肾亏虚型：护理原则为滋补肝肾、强筋健骨，指导患者食用枸杞、山药、核桃等滋补肝肾的食物；采用中药离子导入治疗，选用杜仲、牛膝、熟地等中药制成导入液，作用于疼痛部位，每次20分钟，每日1次；指导患者练习八段锦、太极拳等中医导引术，每日1次，每次30分钟，以提高身体素质<sup>[4]</sup>。④气血不足型：以益气养血、通络止痛为护理原则，指导患者食用红枣、桂圆、当归等益气养血的食物，确保营养均衡；穴位贴敷中，选取足三里、气海、血海等穴位，贴敷益气养血的中药膏剂，每周更换1次；指导并协助进行肢体按摩，以促进气血运行，缓解肌肉疲劳。

(2)个性化疼痛护理：①急性期，疼痛评分 $\geq 7$ 分，采用针灸强刺激治疗，将阿是穴、夹脊穴作为主穴位，配穴根据疼痛部位辨证选取，每日1次，运用提插泻法，刺激强度以患者耐受为主，同时配合耳穴压豆，在神门、皮质下、交感等穴位处用王不留行籽贴压，每日按压3-5次，每次3分钟，指导患者遵医嘱服用相应的镇痛药。②缓解期，VAS评分4-6分，针灸改为平补平泻法，隔日一次，配合穴位敷贴，每周3次，同时引入五行音乐疗法，根据患者的体质选取相应的音律，每日30分钟，目的是缓解患者的焦虑情绪<sup>[5]</sup>。③康复期，疼痛评分 $\leq 3$ 分，指导患者练习八段锦、五禽戏等中医引导术，每种进行1次情志疏导，建立疼痛日记，患者记录疼痛变化及诱发因素，护理人员通过微信定期随访，及时调整护理方案。

(3)情志疏导护理：慢性疼痛患者容易产生焦虑、抑郁等不良情绪，而负性情绪又会加重患者的疼痛感知，所以护理人员要定期与患者沟通交流，采用倾听、安慰、鼓励等方式缓解患者心理压力，与患者建立良好的护患关系，了解患者的心理需求，并进行针对性的心理疏导，组织患者参加病友交流会，分享治疗经验，增强治疗信心<sup>[6]</sup>。如果患者的焦虑、抑郁情绪比较明显，配合深呼吸、冥想等放松训练，每日2次，每次15分钟，以改善心理状态。

(4)康复指导与延续性护理：①康复训练指导：根据患者的疾病类型和身体状况，制定个性化的康复训练计划，比如：颈椎病患者进行颈部保健操、腰椎间盘突出症患者行小燕飞、五点支撑等训练，训练期间，加强对患者的指导，使其能够掌握正确的训练方法、强度和频率，避免过度训练加重病情。②生活方式指导：指导患者养成良好的生活习惯，避免久坐久站，保持正确的坐姿、站姿和睡姿，选择合适的床垫和枕头，注意饮食调理，根据辨证分型合理搭配饮食，戒烟限酒。③延续性护理：患者出院后，建立随访档案，通过电话、微信等方式定期随访，每周1次，持续8周，了解患者的疼痛情况、康复训练执行情况和生活质量，耐心回答患者或家属提出的问题，根据患者的恢复情况调整护理方案，确保护理的连续性和有效性。

## 1.3 观察指标

对比分析两组患者的疼痛程度、中医症状积分、生活质量评分和护理满意度。

## 1.4 统计学方法

使用SPSS23.0统计学软件处理研究过程中产生的数据，计量资料用 $(\bar{x} \pm s)$ 表示， $t$ 行组间检验；计数资料用(%)表示， $\chi^2$ 行组间检验。如果两组对比后存在差异，用 $P < 0.05$ 表示差异有统计学意义。

## 2 结果

### 2.1 VAS评分

护理前，两组的VAS评分比较无差异 $(P > 0.05)$ ；护理4周，实验组的VAS评分为 $(3.52 \pm 0.68)$ 分，护理8周，实验组的VAS评分为 $(2.16 \pm 0.54)$ 分，均低于对照组的 $(4.98 \pm 0.72)$ 分、 $(3.82 \pm 0.66)$ 分，差异有统计学意义 $(P < 0.05)$ 。

### 2.2 中医症状积分

护理前，两组的中医症状积分比较无差异 $(P > 0.05)$ ；护理4周，实验组的中医症状积分为 $(8.36 \pm 1.72)$ 分，护理8周，实验组的中医症状积分为 $(4.58 \pm 1.26)$ 分，均优于对照组的 $(11.24 \pm 2.08)$ 分、 $(7.96 \pm 1.58)$ 分，差异有统计学意义 $(P < 0.05)$ 。

±1.58)分,差异有统计学意义( $P<0.05$ )。

### 2.3 生活质量评分

具体见表1。

表1 比较两组的生活质量评分( $\bar{x}\pm s$ ,分,n=25)

维度	时间	实验组	对照组	t	P
生理功能	护理前	52.36±8.42	53.12±8.16	0.3241	0.7473
	护理后	78.64±9.28	65.48±8.72	5.1672	0.0001
生理职能	护理前	48.52±9.16	49.24±8.98	0.2806	0.7802
	护理后	75.36±10.12	62.18±9.34	4.7853	0.0001
躯体疼痛	护理前	42.18±7.86	43.06±7.62	0.4019	0.6895
	护理后	82.48±8.64	68.32±8.16	5.9575	0.0001
一般健康状况	护理前	46.84±8.62	47.52±8.34	0.2835	0.7780
	护理后	76.52±9.36	63.28±8.92	5.1200	0.0001
精力	护理前	49.36±9.24	50.12±8.96	0.2952	0.7691
	护理后	79.28±10.08	66.48±9.52	4.6160	0.0001
社会功能	护理前	51.24±8.76	52.08±8.54	0.3433	0.7329
	护理后	78.46±9.42	65.36±9.08	5.0062	0.0001
情感职能	护理前	47.68±9.32	48.36±9.14	0.2605	0.7956
	护理后	74.82±10.24	61.58±9.66	4.7026	0.0001
精神健康	护理前	45.92±8.84	46.64±8.62	0.2916	0.7719
	护理后	77.36±9.58	63.84±9.22	5.0842	0.0001

### 3 讨论

中医认为,慢性疼痛属于“痹证”“腰痛”“颈痹”等范畴,发病机制复杂,与经络、气血、脏腑功能有关,以气血运行不畅、经络阻滞或脏腑亏虚、筋脉失养为主要病机。慢性疼痛的发生给患者的生活质量和身体健康带来严重影响,所以要给予重视,除了要选择合适方法积极治疗外,还要重视优质护理<sup>[7]</sup>。

优质护理遵循“以患者为本”的原则,将中医辨证施护与现代护理理念相结合,形成多角度、个性化的护理模式,将其应用在中医科慢性疼痛患者护理中,能够减轻患者的疼痛感,改善中医临床症状,提高患者的生活质量和护理满意度,加快患者的康复进程,为患者长期康复提供保障<sup>[8]</sup>。

综上所述,优质护理作用于中医科慢性疼痛患者效果显著,值得推广应用。

### 参考文献

- [1] 张莉峰,崔丽萍,段丽珍,等.老年慢性疼痛患者健康素养与自我管理行为的相关性分析[J].中西医结合护理,2025,11(2):13-20.
- [2] 李佳遥,崔怡,尼春萍,等.慢性疼痛住院患者心理弹性现

状及影响因素分析[J].中国医药导报,2025,22(5):107-112.

- [3] 陈少敬,涂芳,黎慧珊.优质护理联合火龙罐及红光照射对痰瘀阻络型慢性痛风性关节炎患者的影响[J].深圳中西医结合杂志,2025(8):126-129.
- [4] 韩燕.中医一体化优质护理方案在促进消化系统患者康复中的作用[J].中医药管理杂志,2023,31(4):59-62.
- [5] 王晶晶.优质护理对慢性盆腔炎患者护理中的效果评价[J].特别健康,2024(1):211-212.
- [6] 黄燕.优质护理联合饮食指导干预对慢性湿疹患者不良情绪,临床症状消失时间的影响观察[J].现代诊断与治疗,2024,35(11):1733-1735.
- [7] 张晓云.优质护理服务在慢性支气管炎护理中的应用价值[J].特别健康,2024(18):215-216.
- [8] 罗璇,唐明琴.优质护理干预在老年慢性阻塞性肺疾病患者护理中的应用效果[J].中国社区医师,2023,39(34):97-99.

**版权声明:** ©2026 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