

# 康复护理对腰椎间盘突出症手术患者康复的影响分析

罗慧琴

(南化中心卫生院 湖北十堰 442523)

**【摘要】**目的：探讨康复护理对腰椎间盘突出症手术患者的实际影响。方法：整理我院于2024.04-2025.03期间接收的腰椎间盘突出症手术患者病例资料，随机分为参照组（常规护理，n=26）和观察组（康复护理，n=26），比较康复效果。结果：观察组和参照组经不同护理干预后的康复效果分别为96.15%、80.77%，数据差异显著（ $P<0.05$ ）。结论：围绕腰椎间盘突出症手术患者的个体差异开展康复护理，可显著提升整体康复效果，具备大力推广价值。

**【关键词】**康复护理；腰椎间盘突出症；康复效果

Analysis of the impact of rehabilitation nursing on the rehabilitation of patients undergoing surgery for lumbar disc herniation

Luo Huiqin

(Nanhua Center Health Center, Shiyan, Hubei 442523)

**[Abstract]** Objective: To explore the practical impact of rehabilitation nursing on patients undergoing surgery for lumbar disc herniation.

Method: The case data of patients with lumbar disc herniation who underwent surgery in our hospital from April 2024 to May 2023 were sorted out and randomly divided into a reference group (conventional nursing, n=26) and an observation group (rehabilitation nursing, n=26) to compare the rehabilitation effects. Result: The rehabilitation effects of the observation group and the reference group after different nursing interventions were 96.15% and 80.77%, respectively, with significant differences in data ( $P<0.05$ ). Conclusion: Rehabilitation nursing based on individual differences of patients undergoing lumbar disc herniation surgery can significantly improve the overall rehabilitation effect and has great promotion value.

**[Key words]** rehabilitation nursing; Lumbar disc herniation; Rehabilitation effect

腰椎间盘突出症是因腰部纤维环破裂，促使髓核外流并压迫神经的腰部疾病，多数患者可因腰背痛疼痛、下肢麻木而影响日常行为能力，严重者可因腰部功能破坏而引发瘫痪，促使生存质量直线下降<sup>[1]</sup>。保守治疗无效者多开展手术治疗，即解除椎间盘对神经根或脊髓压迫，帮助患者逐步恢复腰椎功能<sup>[2]</sup>。为加速神经修复进程，临床主张在术后加强

康复护理。基于此背景，我院特选取若干腰椎间盘突出症手术患者开展康复护理试验，报告如下。

## 1 资料与方法

### 1.1 一般资料

将我院试验节点（2024.04-2025.03）收治的腰椎间盘突出

出症手术患者的病例资料予以整理,随机分为以下两组:参照组男性 16 例,女性 10 例,平均年龄 ( $58.37 \pm 2.93$ ) 岁,平均病程 ( $1.37 \pm 0.52$ ) 年;观察组男性 15 例,女性 11 例,平均年龄 ( $58.23 \pm 2.64$ ) 岁,平均病程 ( $1.46 \pm 0.63$ ) 年。

纳入标准:(1)符合腰椎间盘突出症诊断标准者;(2)视听、认知功能正常且愿意配合长期随访者;(3)耐受康复训练者。

排除标准:(1)因精神障碍而无法配合康复护理者;(2)因无法持续随访而缺乏临床资料者;(3)合并严重并发症而影响护理试验者。

## 1.2 方法

1.2.1 参照组 常规护理,观察腰椎间盘突出症手术患者生命体征,为其提供饮食管理,强调清淡饮食的重要性,遵医嘱指导患者按时、按量服用相关药物,观察药物疗效及不良反应,为其提供舒适病房环境,并发放疾病宣教手册。

1.2.2 观察组 康复护理,措施如下:(1)术后早期康复护理,保持切口敷料清洁干燥,观察有无红肿、渗液等异常状况,术后 6h 开展踝泵运动、间隔 2h 翻身,并加强健康宣教,帮助患者深入了解康复训练的重要性<sup>[3]</sup>。同时遵医嘱服用镇痛药物,观察镇痛疗效及不良反应。早期活动指导以床边坐立训练、短距离行走活动为主,其训练强度、频率遵循

个体差异。(2)中期康复护理,术后 2 周引导患者开展包括五点支撑、小燕飞在内的腰背肌基础训练、腹肌训练,下肢功能训练以直腿抬高训练、步态练习为主,同时纠正日常不良行为习惯,加强坐姿、站姿等姿势管理,并指导患者佩戴腰围<sup>[4]</sup>。(3)后期康复护理,待腰椎结构基本稳定后,强化核心训练,并尝试擦桌子、洗碗等轻度家务,选择中等硬度床垫,并推荐自由泳、蛙泳等低强度运动。同时,指导患者定期复查,以便医疗工作者根据腰椎实际恢复情况调整康复护理方案。

## 1.3 观察指标

根据临床症状改善程度评估康复效果,腰腿痛症状消失视为显效,症状减轻视为有效,症状加重视为无效。

## 1.4 统计学方法

采用 SPSS28.0 统计学软件分析数据,若  $P < 0.05$  为差异具有统计学意义。

## 2 结果

根据表 1 可知,观察组经康复护理干预后的康复效果为 96.15%,而参照组仅有 80.77%,数据差异显著 ( $P < 0.05$ )。

表 1 对比两组患者康复效果[n (%)]

组别	例数	无效	有效	显效	总有效率
观察组	26	1 (3.85)	11 (42.31)	14 (53.85)	25 (96.15)
参照组	26	5 (19.23)	12 (46.15)	9 (34.62)	21 (80.77)
$\chi^2$					4.592
P					0.021

### 3 讨论

腰椎间盘突出症作为多发于中老年群体的脊椎疾病,其发病机理错综复杂,大多数患者可因髓核突出持续压迫神经根或脊髓而产生下肢放射性疼痛症状,并且神经长期受压可导致下肢肌肉失去神经支配,影响日常生活能力。多数轻症患者可通过药物治疗、物理治疗、康复锻炼等保守治疗途径,缓解躯体疼痛症状,而保守治疗无效者则考虑通过手术治疗解除压迫。实际上,手术侵入性操作可对腰椎局部组织产生不同程度的损伤,为加快神经与脊柱功能恢复进程,临床主张患者加强术后护理管理质量。康复护理强调在腰椎间盘突出症患者手术后不同阶段落实康复训练,如:早期伤口清洁护理、翻身、踝泵运动可有效降低下肢深静脉血栓等并发症

风险,正确佩戴护具可避免腰椎二次损伤,五点支撑、小燕飞等康复训练可增强腰椎稳定性,并借助不良坐姿、站姿等姿势管理减轻腰椎负担。同时,康复护理注重健康宣教、心理疏导,帮助患者提高治疗依从性,减轻身心负担,以此保障康复护理效果。在本次研究中,观察组和参照组经不同护理干预后的康复效果分别为 96.15%、80.77%,数据差异显著( $X^2=4.592$ ,  $P=0.021$ ),说明康复护理可显著提高术后康复效果。在杜延英<sup>[5]</sup>研究中,31例观察组患者经综合康复护理干预后的腰椎功能、生活质量、康复效果均高于实施常规护理的对照组,与本次研究结果一致。

综上所述,针对腰椎间盘突出症手术患者实际情况开展康复护理,可有效提高康复效果,缓解临床症状,值得推广。

#### 参考文献:

- [1]张爱芸.腰椎间盘突出症患者康复护理中应用腰背肌功能锻炼的临床效果[J].反射疗法与康复医学, 2025, 6(01): 144-146+158.DOI: 10.16344/j.cnki.10-1669/r4.2025.01.020.
- [2]汤梅.标准化康复护理对腰椎间盘突出症术后恢复的效果影响[J].中国标准化, 2024, (24): 341-344.
- [3]陈恒梅,郑海伦,卓蕾菁.核心肌群训练对腰椎间盘突出症患者的效果分析[J].中国城乡企业卫生, 2024, 39(12): 62-64.DOI: 10.16286/j.1003-5052.2024.12.021.
- [4]苟丽丽.康复护理干预对腰椎间盘突出症患者生存质量及满意度的影响分析[J].婚育与健康, 2024, 30(14): 139-141.
- [5]杜延英,刘秀梅.综合康复护理对腰椎间盘突出手术患者康复的影响[J].中华养生保健, 2023, 41(15): 165-168.