

系统化健康教育在脊柱骨折护理中的应用

周娟

中国人民解放军联勤保障部队第906医院

DOI:10.12238/carnc.v2i4.10582

[摘要] 目的: 探讨系统化健康教育在脊柱骨折护理中的应用效果。方法: 选取2023年1月至2024年1月期间在我院接受治疗的64例脊柱骨折患者作为研究对象,随机分为对照组和研究组,每组32例,对照组接受常规护理,研究组在常规护理基础上接受系统化健康教育,对比两组患者护理后的舒适度、切口疼痛、尿管舒适度、睡眠质量及护理满意度等数据,评估两种护理模式的效果。结果: 研究组患者舒适度、切口疼痛、尿管舒适度、睡眠质量等方面的评分高于对照组,患者对护理的满意度显著高于对照组,差异具有统计学意义($P<0.05$)。结论: 系统化健康教育在脊柱骨折护理中具有显著的应用效果,能够改善患者的康复体验,提高护理满意度,建议在脊柱骨折患者的护理中推广和应用系统化健康教育,进一步提升护理质量,促进患者早日康复。

[关键词] 系统化健康教育; 脊柱骨折; 舒适度; 切口疼痛; 睡眠质量; 满意度

中图分类号: G479 文献标识码: A

Application of Systematic Health Education in Spinal Fracture Nursing

Juan Zhou

906 Hospital of the Joint Service Support Force of the Chinese People's Liberation Army

[Abstract] Objective: To explore the application effect of systematic health education in the nursing of spinal fractures. Method: 64 patients with spinal fractures who received treatment in our hospital from January 2023 to January 2024 were selected as the research subjects. They were randomly divided into a control group and a study group, with 32 patients in each group. The control group received routine care, while the study group received systematic health education on the basis of routine care. The comfort, incision pain, urinary catheter comfort, sleep quality, and nursing satisfaction data of the two groups of patients after nursing were compared to evaluate the effectiveness of the two nursing models. Result: The scores of comfort, incision pain, urinary catheter comfort, and sleep quality in the study group were higher than those in the control group. The satisfaction of patients with nursing was significantly higher than that in the control group, and the difference was statistically significant ($P<0.05$). Conclusion: Systematic health education has significant application effects in the nursing of spinal fractures, which can improve patients' rehabilitation experience and nursing satisfaction. It is recommended to promote and apply systematic health education in the nursing of spinal fracture patients, further improve nursing quality, and promote early recovery of patients.

[Key words] Systematic health education; Spinal fracture; Comfort level; Incision pain; Sleep quality; Satisfaction

脊柱骨折是临床常见的严重创伤性疾病,常见于高能量损伤或骨质疏松症患者,脊柱骨折不仅给患者带来巨大的身体痛苦和功能障碍,还严重影响其生活质量和心理健康。有效的护理干预对于促进脊柱骨折患者的康复至关重要,传统护理主要集中在术后伤口护理、疼痛管理等方面,虽然能够在一定程度上改善患者的康复效果,但仍存在护理效果不理想、患者满意度不高等问题^[1]。近年来系统化健康教育作为一种新型的护理干预模式,逐渐受到关注和应用,系统化健康教育是指通过系统、科学

的教育和指导,帮助患者及其家属了解疾病相关知识、治疗过程、康复方法以及注意事项,从而提高患者的自我护理能力,增强其参与治疗和康复的积极性,研究表明系统化健康教育能够显著改善患者的心理状态,提高其对护理的满意度,促进术后康复效果^[2]。本研究探讨系统化健康教育在脊柱骨折护理中的应用效果。

1 资料与方法

1.1 一般资料

Clinical Application Research of Nursing Care

选取2023年1月至2024年1月期间在我院接受治疗的64例脊柱骨折患者作为研究对象,随机分为对照组和研究组,每组32例,对照组男性18例,女性14例,年龄最小23岁,最大68岁,平均45.6±12.3岁,病程时间最短2小时,最长7天,平均3.2±1.8天。研究组男性17例,女性15例,年龄最小22岁,最大69岁,平均46.1±11.9岁,病程时间最短1.5小时,最长6天,平均3.0±1.6天。两组患者性别、年龄、平均年龄、病程时间及平均病程等一般资料经统计学分析,差异无显著性($P>0.05$),具有可比性。

纳入标准:经X线、CT或MRI等影像学检查确诊为脊柱骨折;签署知情同意书,愿意参与本研究并接受相关护理。

排除标准:合并有其他严重疾病心脑血管疾病、恶性肿瘤等;有精神病史或认知障碍,无法配合护理。

1.2 方法

对照组接受常规护理:患者入院后,护理人员首先对其进行全面的病情评估,包括生命体征监测、疼痛程度评估以及神经功能检查等,确保及时了解患者的病情变化。根据患者的骨折部位和严重程度指导并协助患者采取正确的体位,减轻骨折部位的负担,促进骨折愈合。定期为患者翻身、拍背,促进痰液排出,预防肺部感染,指导患者进行深呼吸、咳嗽练习以及下肢的主动或被动活动,预防下肢深静脉血栓的形成。在患者病情稳定后根据患者的具体情况,为其制定康复计划,指导患者进行适当的康复训练^[3]。

研究组在常规护理基础上接受系统化健康教育:患者入院时,护理团队首先进行详细的入院教育,包括医院环境介绍、科室规章制度、治疗流程说明等,使患者尽快适应医院环境,减少陌生感和焦虑感,对患者的健康状况、生活习惯、心理状态等进行全面评估,为制定个性化的健康教育计划提供依据。通过图文、视频等多种形式,向患者详细讲解脊柱骨折的病因、病理生理过程、临床表现、治疗方案及预后等知识,使患者对自己的病情有充分的了解,增强治疗信心。演示并教会患者正确的体位摆放方法平卧硬板床、轴线翻身等,如何在不同体位下保持舒适和稳定,避免骨折部位的移位或加重。根据患者的具体情况,制定个性化的功能锻炼计划,包括床上主动活动、被动活动、下床活动等,促进骨折愈合和关节功能的恢复,详细讲解每个动作的要点和注意事项,并示范操作,确保患者能够正确执行。指导患者进行深呼吸、咳嗽练习以及有效排痰的方法,预防肺部感染,强调保持室内空气流通、定期翻身拍背的重要性。教育患者了解下肢深静脉血栓的危害,鼓励患者进行下肢的主动或被动活动踝关节的背伸、跖屈等,促进下肢血液循环,提醒患者注意观察下肢皮肤颜色、温度、肿胀等情况,一旦发现异常,及时报告医生。向患者讲解压疮的形成原因和预防措施,强调保持床单整洁、干燥的重要性以及定期翻身、按摩受压部位的方法。根据患者的营养状况和骨折愈合的需要,制定个性化的饮食计划,教育患者了解不同食物的营养成分和作用,富含钙质的食物有助于骨折愈合,富含维生素和纤维素的食物有助于预防便秘等,提醒患者注意饮食卫生,避免进食生冷、辛辣、油腻等

刺激性食物^[4]。脊柱骨折患者往往因疼痛、活动受限等原因而产生焦虑、抑郁等负面情绪,定期与患者进行沟通,了解患者的心理状态和需求,提供心理支持和情绪管理的方法,通过深呼吸、冥想、正念练习等方法缓解焦虑情绪,通过分享成功案例、鼓励患者树立战胜疾病的信心等方式提升患者的积极心态。在患者病情稳定后根据患者的具体情况,制定详细的康复计划,指导患者进行康复训练,包括康复目标设定、训练频率、强度、时间等,如何在家庭环境中进行康复训练的方法,强调康复过程中的注意事项和可能出现的问题以及应对策略。患者出院后定期进行电话随访或家访,了解患者的康复进展、病情变化及心理状态,根据随访结果及时调整康复计划,对患者进行健康教育的效果进行评估,包括患者对疾病知识的掌握程度、自我护理能力的提升情况等,确保健康教育的有效性和持续性^[5]。

1.3 评价标准

舒适度评分:包括身体姿势、体位变化、疼痛控制等方面的舒适度,采用视觉模拟评分法,0分表示完全不适,10分表示完全舒适。

切口疼痛评分:采用视觉模拟评分法(VAS),0分表示无痛,10分表示剧痛^[6]。

尿管舒适度评分:患者留置尿管期间的舒适度,包括尿管对尿道的刺激感、膀胱充盈度等,采用自编的尿管舒适度问卷,总分0-10分,0分表示尿管留置期间完全不适,10分表示尿管留置期间完全舒适。

睡眠质量评分:采用匹兹堡睡眠质量指数(PSQI)进行评估,总分范围为0~21,得分越高,表示睡眠质量越差^[7]。

患者对护理的满意度评分:采用自编的护理服务满意度问卷,包括护理人员的态度、专业技能、健康教育效果等,总分10-50分。

1.4 统计学计算

采用SPSS22.0统计软件进行数据分析,包括描述性统计、t检验、卡方检验等,以 $P<0.05$ 为差异有统计学意义。

2 结果

研究组患者舒适度、切口疼痛、尿管舒适度、睡眠质量等方面的评分高于对照组,患者对护理的满意度显著高于对照组,差异具有统计学意义($P<0.05$),见表1。

表1 两组护理效果对比[$\bar{x}\pm s$,分]

组别	例数	舒适度	切口疼痛	尿管舒适度	睡眠质量	满意度
研究组	32	8.5 ± 1.2	2.3 ± 0.6	8.2 ± 1.0	4.5 ± 1.0	42.2 ± 0.6
对照组	32	6.8 ± 1.5	4.1 ± 1.1	6.4 ± 1.3	6.2 ± 1.4	31.8 ± 1.0
t		4.02	3.66	3.81	4.21	3.91
P		<0.05	<0.05	<0.05	<0.05	<0.05

3 讨论

Clinical Application Research of Nursing Care

脊柱骨折是指脊椎骨折裂或断裂,通常由高能量创伤车祸、跌倒或运动损伤引起,还可发生于骨质疏松症患者,因为脆弱的骨骼更容易受伤,脊柱骨折的症状包括剧烈背痛、脊柱畸形和神经功能障碍,严重的脊柱骨折可能导致脊髓损伤,进而引发瘫痪或其他严重后果,治疗方法包括保守治疗、手术固定和康复训练,通过及时、有效的治疗和护理,患者可以逐步恢复正常活动,减轻疼痛,改善生活质量。本研究结果显示,系统化健康教育在脊柱骨折护理中的应用具有显著的临床效果,研究组患者在各方面的评分显著高于对照组,表明系统化健康教育在改善患者舒适度、减少切口疼痛、提高尿管舒适度和提升睡眠质量方面具有积极影响。系统化健康教育通过详细讲解脊柱骨折的病因、治疗方法、术后护理及康复锻炼的重要性,帮助患者树立正确的康复观念,增强其战胜疾病的信心,通过个性化的护理方案和指导,患者能够在术后更好地管理自己的健康状况,减少了由于知识不足导致的并发症发生,护理人员在实施系统化健康教育时,不仅注重病情的科普教育,还通过定期的随访和评估,确保患者在康复过程中得到持续的支持和帮助^[8]。

综上所述,系统化健康教育在脊柱骨折护理中的应用效果显著,不仅有助于提升护理质量,还能有效改善患者的康复体验,在脊柱骨折护理中的应用前景广阔,随着护理理论和实践的不断发展,建议在临床护理中进一步推广和应用系统化健康教育,不断优化护理措施,提升护理服务的整体水平。

[参考文献]

[1]褚婷婷,王婧.保护动机理论下的个体化时间康复训练在

老年脊柱骨折患者术后康复中的应用[J].中西医结合护理(中英文),2023,9(12):1-4.

[2]王拂晓,夏莹苹.目标导向式康复护理对脊柱骨折手术患者康复自我效能、自我护理能力及并发症的影响[J].航空航天医学杂志,2023,34(10):1273-1275.

[3]何美飞,胡爱花.脊柱骨折患者术前手术室护理健康教育的临床研究[J].浙江创伤外科,2023,28(09):1791-1793.

[4]赵辉.整体护理在脊柱骨折患者围术期中实施效果探讨[J].基层医学论坛,2023,27(27):141-143.

[5]张玲秀.基于多学科合作的康复训练在老年脊柱骨折患者中的应用效果[J].当代护士(下旬刊),2023,30(08):54-57.

[6]邱玉,孔亚丽,孙婷婷.以问题为中心的结构式护理对脊柱骨折合并脊髓损伤患者的影响[J].齐鲁护理杂志,2023,29(12):87-90.

[7]赵丽萍.临床教育路径与系统化健康教育在脊柱骨折术后康复护理中的应用[J].婚育与健康,2023,29(10):178-180.

[8]岳晓香,王一公,菅炎鹏.健康教育能够提高脊柱骨折患者对疾病的认知能力——评《临床常见疾病护理健康教育路径参考》[J].中国实验方剂学杂志,2023,29(04):17.

作者简介:

周娟(1992—),女,土家族,湖南省泸溪县人,现就职于:中国人民解放军联勤保障部队第906医院,主管护师,本科,研究方向:护理。