

中医推拿护理应用于颈椎病患者护理中的应用效果研究

王豆豆 任冬英

山西中医药大学附属医院

DOI:10.12238/carnc.v3i5.15317

[摘要] 目的: 分析颈椎病用中医推拿护理所起到的作用。方法: 随机均分 2024 年 1 月-2025 年 1 月本院接诊颈椎病病人 (n=100)。试验组采取中医推拿护理, 对照组行常规护理。对比 NDI 评分等指标。结果: 关于 NDI 评分: 干预后, 试验组只有 (6.04±1.02) 分, 对照组高达 (10.83±1.76) 分, 差异显著 (P<0.05)。总有效率: 试验组 96.0%, 对照组 82.0%, P<0.05。VAS 评分: 干预后, 试验组只有 (2.03±0.57) 分, 对照组高达 (3.98±0.72) 分, 差异显著 (P<0.05)。满意度: 试验组 98.0%, 对照组 84.0%, P<0.05。sf-36 各维度评分: 干预后, 试验组均显著高于对照组 (P<0.05)。ADL 评分: 干预后, 试验组高达 (91.45±3.76) 分, 对照组只有 (83.85±4.64) 分, 差异显著 (P<0.05)。结论: 颈椎病病人用中医推拿护理, 疼痛与颈椎功能及生活质量和日常生活能力改善均更加显著, 护理效果及满意度也都更高。

[关键词] 颈椎病; NDI 评分; 中推推拿护理; VAS 评分

中图分类号: R681.5 文献标识码: A

Research on the Application Effect of Traditional Chinese Massage Nursing in the Nursing of Patients with Cervical Spondylosis

Doudou Wang, Dongying Ren

Affiliated Hospital of Shanxi University of Chinese Medicine

Abstract: Objective: To analyze the role of traditional Chinese massage nursing in cervical spondylosis. Method: Randomly and evenly divide the patients with cervical spondylosis admitted to our hospital from January 2024 to January 2025 (n=100). The experimental group received traditional Chinese massage care, while the control group received routine care. Compare indicators such as the NDI score. Result: Regarding the NDI score: After the intervention, the experimental group only had (6.04±1.02) points, while the control group was as high as (10.83±1.76) points, with a significant difference (P<0.05). Total effective rate: 96.0% in the experimental group and 82.0% in the control group, P<0.05. VAS score: After the intervention, the score of the experimental group was only (2.03±0.57) points, while that of the control group was as high as (3.98±0.72) points, with a significant difference (P<0.05). Satisfaction rate: 98.0% in the experimental group and 84.0% in the control group, P<0.05. Scores of each dimension of sf-36: After the intervention, the scores of the experimental group were significantly higher than those of the control group (P<0.05). ADL score: After the intervention, the score of the experimental group was as high as (91.45±3.76) points, while that of the control group was only (83.85±4.64) points, with a significant difference (P<0.05). Conclusion: For patients with cervical spondylosis who receive traditional Chinese massage care, the improvement in pain, cervical spine function, quality of life and daily living ability is more significant, and the care effect and satisfaction are also higher.

Keywords: Cervical Spondylosis NDI score Zhongtui Tui Na nursing; VAS score

引言

医院骨科中, 颈椎病作为一种常见病, 病因主要是颈椎结构老化磨损, 且病人在发病之后也通常会出现头晕、颈背僵硬、手臂发麻与颈背疼痛等症状, 若情况严重, 病人也有可能会出现行走困难等问题^[1]。正确的治疗能缓解颈椎病病人的症状, 若治疗时能辅以有效的护理, 更能提升病人疗效^[2], 但实践却表明, 颈椎病治疗期间运用常规护理, 并不能

满足病人的实际所需, 导致病人的疗效降低, 进而对其预后造成了不利影响^[3]。而中医推拿护理则是中医学中比较常用的一种护理技术, 具备无创与操作简便等特点, 不仅容易被病人接受, 还能起到舒经活络等作用。本文以 100 名颈椎病病人为例, 病例选取的时间是 2024 年 1 月—2025 年 1 月, 旨在剖析颈椎病用中医推拿护理所起到的作用。

1 资料与方法

1.1 一般资料

纳入病例都是经专科检查明确诊断的颈椎病病人，共计100人，选取的起始时间是2024年1月，截止时间是2025年1月。本研究获得相关部门同意，且纳入病例的资料均完整。病人在入组之前都排除了皮肤破损、沟通障碍、中途退出研究、传染病、孕妇、精神心理疾病与癌症的病例^[4]。对纳入病例进行分组都用随机双盲法，各组人数50。当中，试验组女22人、男28人，年龄下限33、上限75，平均(46.51±8.75)岁；病程下限4个月、上限25个月，平均(9.71±1.35)个月。对照组女21人、男29人，年龄下限34、上限76，平均(47.02±9.13)岁；病程下限3个月、上限26个月，平均(9.94±1.51)个月。上述各组一般资料上存在的差异并不显著， $P>0.05$ ，具有可比性。

1.2 方法

对照组常规护理：制定个性化膳食方案；帮助病人完成专科检查；向病人普及颈椎病知识；纠正病人不良站姿与坐姿；正确指导病人用药；创造一个安全且舒适的诊疗环境；告诉病人生活中需注意的事项。

试验组增加使用中医推拿护理，详细如下：(1)让病人保持坐位，同时将身体稍微往前倾，告诉病人要充分放松全身，然后再对病人的背部与颈部和上肢肌肉进行轻柔的按摩，以病人出现酸麻与温热感为宜，8~10min/次。1次/d，总共需干预14d。(2)对病人的天宗穴、肩井穴、曲池穴与风池穴等穴位进行点按，每个穴位都需要点按半分钟。采取拿法与滚发，对病人的颈部疼痛部位进行刺激，5min/次，此后，再采取拔伸法干预2~3min。1次/d，总共需干预14d。(3)口头教育时配合短视频与图文等，向病人详细介绍颈椎病与中医推拿护理的内容，并耐心解答病人所提出的问题，安抚好病人情绪。推拿期间，要注意询问病人感受，并观察病人的反应，如有异常，立即停止操作。为避免病人出现焦虑与害怕等不良情绪，可在推拿的过程中播放一些节奏比较舒缓的音乐，也可指导病人幻想自己身处于大自然当中，以转移病人注意，提高病人舒适度。

1.3 评价指标^[5]

1.3.1 颈椎功能评估：本次评估使用的工具是NDI量表，涉及重物提起、头痛与疼痛等，总分24。评分和颈椎功能的关系：负相关。

1.3.2 护理效果评估。(1)无效，颈背僵硬等症状未缓解，颈椎功能未改善。(2)好转，颈背僵硬等症状缓解，颈椎功能有所改善。(3)显效，颈背僵硬等症状消失，颈椎功能基本复常。结果的表现形式： $(\text{好转}+\text{显效})/n*100\%$ 。

1.3.3 疼痛评估：本次评估所用工具是VAS量表，其评

分范围是0-10。评分和疼痛的关系：正相关。

1.3.4 本次满意度评估主要涉及宣教情况、操作水平与服务态度等。调查结果的表现形式是：评分为0-75时，提示不满意；评分为76~90分时，提示一般；评分为91~100时，提示满意。结果的表现形式： $(\text{一般}+\text{满意})/n*100\%$ 。

1.3.5 对生活质量的评估选用sf-36量表，主要涉及社会功能、躯体疼痛与总体健康等，各维度的分值范围都是0-100。评分和生活质量的关系：正相关。

1.3.6 本研究对日常生活能力的评价使用的是ADL量表，其内容主要涉及上下楼梯、穿脱衣与刷牙等，分值范围是0-100。评分和日常生活能力之间呈现出来的关系是正相关。

1.4 统计学分析

本文中的数据，在处理之时都用SPSS 24.0。对于统计学分析中 χ^2 与t各自的作用，前者主要是检验计数资料，后者主要是检验计量资料，且上述两种资料的展现方式依次是 $(\%)$ 、 $(\bar{x}\pm s)$ 。若分析结果提示，差异符合统计学标准，即可写作 $P<0.05$ 。

2 结果

2.1 颈椎功能分析

对比评估获取的NDI数据：未干预，试验组(15.47±2.51)分，对照组(15.83±2.81)分，差异不显著($t=0.0974$, $P>0.05$)；干预后：试验组只有(6.04±1.02)分，对照组高达(10.83±1.76)分，差异显著($t=4.2756$, $P<0.05$)。

2.2 护理效果分析

表1内总有效率：试验组96.0%，对照组82.0%， $P<0.05$ 。

表1 护理效果显示表[n, (%)]

组别	例数	无效	好转	显效	总有效率
试验组	50	2 (4.0)	15 (30.0)	33 (66.0)	96.0
对照组	50	9 (18.0)	21 (42.0)	20 (40.0)	82.0
χ^2					6.8105
P					0.0349

2.3 疼痛分析

对比评估获取的VAS数据：未干预，试验组(6.28±1.52)分，对照组(6.34±1.78)分，差异不显著($t=0.0653$, $P>0.05$)；干预后：试验组只有(2.03±0.57)分，对照组高达(3.98±0.72)分，差异显著($t=3.7693$, $P<0.05$)。

2.4 满意度分析

试验组：不满意1人、一般14人、满意35人，本组满意度高达98.0%；对照组：不满意8人、一般19人、满意23人，本组满意度只有84.0%。分析之后发现：试验组满意度的调查结果显著高于对照组($\chi^2=6.5117$, $P<0.05$)。

2.5 生活质量分析

Clinical Application Research of Nursing Care

sf-36 评估数据: 未干预, 试验组: 社会功能 (58.41±5.36) 分、总体健康 (57.85±4.97) 分、躯体疼痛 (59.31±5.02) 分、精神健康 (56.39±6.17) 分; 对照组: 社会功能 (58.03±5.78) 分、总体健康 (57.91±5.01) 分、躯体疼痛 (59.45±5.35) 分、精神健康 (56.72±6.34) 分, 差异不显著 ($t_1=0.0256$, $t_2=0.0526$, $t_3=0.0827$, $t_4=0.0904$, $P>0.05$); 干预后: 试验组各项分值如下: 社会功能 (89.42±3.74) 分、总体健康 (90.03±2.73) 分、躯体疼痛 (88.63±3.74) 分、精神健康 (89.15±4.06) 分, 对照组: 社会功能 (83.04±4.15) 分、总体健康 (84.12±3.91) 分、躯体疼痛 (83.97±3.63) 分、精神健康 (84.01±3.56) 分, 差异显著 ($t_1=4.0253$, $t_2=3.7192$, $t_3=4.2651$, $t_4=3.8109$, $P<0.05$)。

2.6 日常生活能力分析

对比评估获取的 ADL 数据: 未干预, 试验组 (63.14±5.74) 分, 对照组 (63.59±5.91) 分, 差异不显著 ($t=0.0763$, $P>0.05$); 干预后: 试验组高达 (91.45±3.76) 分, 对照组只有 (83.85±4.64) 分, 差异显著 ($t=4.7391$, $P<0.05$)。

3 讨论

临床上, 颈椎病十分常见, 以手臂发麻与颈背僵硬等为主症。有报道称, 颈椎病的发生和日常姿势不良、颈椎退行性变、突然撞击、运动过度与颈椎发育性椎管狭窄等因素相关, 对于明确诊断者, 医生可采取药物控制、理疗与运动治疗等方式进行干预, 但为能确保病人的疗效, 护士还应重视病人的护理工作^[6]。中医认为, 颈椎病的发生和经脉淤堵、风寒侵袭与气血不畅等因素有关, 故, 在干预的过程中, 需重视活血化瘀等原则。而中医推拿护理则是一种比较新型的护理技术, 能起到舒筋止痛与活血通络等作用。另外, 中医推拿护理的安全性也非常高, 且操作简便, 病人耐受度高。

本研究, 对比评估获取的 NDI 数据: 干预后, 试验组更低 ($P<0.05$); 对比护理效果: 试验组更高 ($P<0.05$); 对比评估获取的 VAS 和 sf-36 数据: 干预后, 试验组均显著优于对照组 ($P<0.05$); 在满意度这项数据上: 试验组也更高 ($P<0.05$); 对比评估获取的 ADL 数据: 干预后, 试验组更高 ($P<0.05$)。通过对病人的天宗穴进行推拿, 可起到舒经止痛等作用。对病人的风池穴进行推拿, 能起到通利清热之功效。对病人的肩井穴进行推拿, 能起到祛风消肿等作用^[7]。中医推拿护理可促进病人神经根的血供, 同时也能改善血液循环, 能让血流加快, 以减轻病人的颈背僵硬等症状, 同时也能改善病人的颈椎功能^[8]。对病人的颈背部进行按揉, 可活血化瘀, 并能舒经缓痛, 提高病人肌肉组织的活动度。中医推拿能舒缓病人颈背部肌肉的压力, 同时也能有效矫正病人的骨骼, 改善病人颈动脉血供, 而这对于缓解病人症状与促进病人颈椎功能恢复来说则起着显著作用。常规护理时, 对颈椎病病人辅以中医推拿护理, 不仅能取得显著成效, 还能促进病人疼痛等状况的缓解及生活质量的改善。中医推拿

护理期间, 护士还要做好病人的宣教与心理疏导工作, 让病人能知晓中医推拿护理的目的, 以提高其配合度, 从而有助于提升病人护理效果及满意度。常规干预期间, 对颈椎病病人辅以中医推拿护理, 可取得较为理想的成效, 且此法也能促进病人颈椎功能与日常生活能力的改善, 及疼痛的缓解。另外, 正确的宣教与情绪安抚也能改善病人身心状态, 利于病人满意度的提升。

综上, 颈椎病病人用中医推拿护理, 疼痛缓解与颈椎功能及日常生活能力改善都更加显著, 护理效果也更好, 生活质量与满意度都更高, 值得推广。

[参考文献]

- [1] 卢娜, 黄艳青, 吴沪. 推拿理筋手法对神经根型颈椎病患者穴位针灸后的作用效果[J]. 当代护士, 2025, 32(1): 104-107.
- [2] 唐子峰, 谷艳, 李林栖. 耳穴压豆结合改良导引易筋经九鬼拔马刀式治疗中老年颈型颈椎病的临床疗效观察[J]. 首都食品与医药, 2024, 31(24): 146-149.
- [3] 乔红娟, 向莉, 王雅慧, 等. 中医针灸推拿护理在颈椎病患者护理中的应用效果[J]. 医学信息, 2024, 37(z1): 100-101, 104.
- [4] 高庆兰. 中药热奄包护理技术对神经根型颈椎病患者疼痛程度的影响[J]. 生命科学仪器, 2024, 22(2): 218-220.
- [5] 施燕燕. 中医护理联合健康教育护理模式对颈椎病患者的临床护理分析[J]. 医学食疗与健康, 2024, 22(3): 42-44.
- [6] TAO, QIUYING, WANG, KAIYU, WEN, BAOHONG, et al. Assessment of image quality and diagnostic accuracy for cervical spondylosis using T2w-STIR sequence with a deep learning-based reconstruction approach[J]. European spine journal: official publication of the European Spine Society, the European Spinal Deformity Society, and the European Section of the Cervical Spine Research Society, 2024, 33(8): 2982-2996.
- [7] WENLONG, YU, FAN, ZHANG, YUANYUAN, CHEN, et al. Efficacy and safety of laminoplasty combined with C3 laminectomy for patients with multilevel degenerative cervical myelopathy: a systematic review and meta-analysis [J]. European spine journal: official publication of the European Spine Society, the European Spinal Deformity Society, and the European Section of the Cervical Spine Research Society, 2024, 33(10): 3915-3932.
- [8] 林璐, 余苏苹, 官小丽. 中医综合护理结合健康教育对神经根型颈椎病疼痛、健康行为及睡眠质量的影响[J]. 国际护理学杂志, 2025, 44(1): 125-128.

作者简介:

王豆豆 (1993.03-), 女, 汉族, 山西运城人, 本科, 主管护师, 研究方向为护理学。