

舒适护理应用于颈椎病患者术后 康复期中的研究进展



范辛, 崔香淑*

延边大学护理学院, 吉林延吉 133002

摘要: 目的: 舒适护理是新型护理干预模式, 强调在整个护理活动中, 使患者在生理、心理及社会层次上达到舒适的状态, 对患者的治疗和康复具有一定的优势, 本文将综述国内外舒适护理在颈椎病患者术后康复期中应用的研究进展, 以期为今后颈椎病患者的术后护理和相关学者对颈椎病术后患者康复的研究提供参考和思路。方法: 通过检索并阅读相关文献, 采用归纳总结的方法, 综述舒适护理在颈椎病患者术后康复期的应用。结果: 研究表明, 颈椎病患者在术后康复期间, 舒适护理的介入, 可以有效减轻患者牵引的疼痛, 改善患者心理状态, 减少其负性情绪的产生, 提高治疗效果并缩短颈椎病患者的康复时长。结论: 了解并运用舒适护理, 加强护理工作中对颈椎病患者的舒适护理, 可以提高患者康复治疗的依从性, 提升患者的医疗满意度, 从而为颈椎病患者的康复提供有力的保障。

关键词: 颈椎病; 舒适护理; 康复期

DOI: [10.57237/j.nhres.2023.01.001](https://doi.org/10.57237/j.nhres.2023.01.001)

Research Progress on the Application of Appropriate Care in the Postoperative Rehabilitation Period of Patients with Cervical Spondylosis

Fan Xin, Cui Xiangshu*

College of Nursing, Yanbian University, Yanji 133002, China

Abstract: *Objective:* Comfort nursing is a new model of nursing intervention that emphasizes the comfort of patients at the physiological, psychological and social levels throughout nursing activities, and has certain advantages for the treatment and rehabilitation of patients. In this paper, we will review the research progress of the application of comfort care in the postoperative rehabilitation period of cervical spine patients at home and abroad, in order to provide reference and ideas for future postoperative care of cervical spine patients and related scholars' research on the rehabilitation of postoperative patients with cervical spine disease. *Methods:* By searching and reading the relevant literature, an inductive approach was used to review the application of comfort care in the postoperative rehabilitation period of patients with cervical spondylosis. *Results:* Studies have shown that the intervention of comfort care during postoperative rehabilitation of patients with cervical spondylosis can effectively reduce the pain of traction, improve the psychological state of patients, reduce their negative emotions, improve the treatment effect and shorten the recovery

*通信作者: 崔香淑, 1819204224@qq.com

time of patients with cervical spondylosis. Conclusion: Understanding and applying comfort care and enhancing comfort care for patients with cervical spondylosis in nursing care can improve patient compliance with rehabilitation treatment and enhance patient satisfaction with medical treatment, thus providing a strong guarantee for the rehabilitation of patients with cervical spondylosis.

Keywords: Cervical Spondylosis; Comfort Care; Convalescence

1 引言

颈椎病是一种临床常见的退行性病变，数据表明，超过 70% 年龄 65 岁以上的老年人表现出该病变或者影像学特征[1]，它包括自身颈椎椎间盘组织改变及病变，并会累积周围组织结构比如神经根、脊髓、椎动脉、交感神经及脊髓前中央动脉等[2]。该病往往有肩颈僵硬麻痹并向后上肢部位放射、恶心呕吐、严重者头晕头痛，甚至造成残疾和瘫痪，影响患者的日常生活。目前，国内外颈椎病患者在诊疗过程中，大多以物理牵引为主，对患者自身的舒适程度及护理仍有待提升[3]，基于颈椎疾病患者自身的特点，传统的护理模式易使患者疼痛感加剧、继发感染等并发症，已经无法满足颈椎病患者舒适康复的需求[4]，因此，本论文运用舒适护理提升患者术后整体康复的舒适性，满足患者的需求重点，有效增强颈椎病康复期患者的舒适体验，减轻疼痛程度[5]。现从舒适护理的定义、舒适护理在颈椎病患者康复期的研究现状和发展趋势综述如下。

2 舒适护理的定义

护理初期，Nightingale [6]认为舒适护理是指病室内的环境条件应保持空气新鲜，安静整洁，保证患者所处的环境温、湿度适宜。在 1995 年，美国学者 Kolcaba [7]提出舒适护理理论，认为舒适护理是一个整体，是值得关注的，应在给予患者基础护理的同时更加侧重于患者的舒适感及满意程度。1998 年，萧丰富[8]提出舒适的护理模型：萧氏双 C 护理模式，认为舒适护理应让患者在生理、心理以及社会交往等多方面均达到舒适的状态，从而减少患者不愉快的程度，促进患者疾病康复。Anne M Kelemen [9]等人表示对于舒适护理在讨论中仍有含糊之处，既将舒适护理认为是满足患者需要，保证患者身心健康的一种促进健康的医疗方式，又将舒适护理认为是临终或重病患者治疗中的早期姑息关怀，患者的舒适取决于患者个人背景、家庭状况等多种因素，是多样性的。目前，对于舒适护理，

国内外并没有明确的界定其定义，临幊上舒适护理采纳更多的是萧丰富等学者的观点。

3 舒适护理在颈椎病患者康复期的研究现状

3.1 颈椎牵引的舒适护理

Sho Takahashi [10]指出，颈椎病患者在康复期由于生理的不适或者是体位的不正确可能会给自身的颈椎部位带来过渡的压力，从而导致肩胛肌群的过度紧张，具体体现在患者会出现头晕的症状，从而对患者的身体健康和日常生活造成严重的影响。牵引可以采用多种患者医疗器械及自身活动，一项颈椎牵引治疗的试验评价表明，颈部牵引可以减少疼痛，改善患者的治疗并维持长期有效的康复[11]。谭萍娟[12]的研究表明，颈椎病患者可间断性佩戴颈托，学会颈椎康复操、扩胸等进行康复训练也可以有效的缓解颈椎疼痛，提升患者的生理舒适感，促进疾病康复，防止复发。这与吴红玉等[13]的研究结果相似。李建飞[14]等研究通过对照试验探讨针对性推拿式手法以及悬吊运动对颈椎病患者的疗效，实验结果表明，悬挂推拿运动的技术可以增加患者颈部肌肉的耐受程度和维持治疗的时间，从而达到有效的减轻患者的疼痛感的目的，这与阴涛[15]的研究结果相似。同时，卢惠萍[16]等研究表明，颈椎病患者在康复的过程中，可从肌电测评和 VAS 评分等方面进行评估，采用多种运动训练方式可以使患者颈部的肌群得到充分的锻炼，从而在耐力方面得到加强，减少肌肉劳损。而颈椎病牵引治疗专家[17]从牵引治疗的角度切入，由患者牵引的场所和体位、牵引模式、牵引重量、牵引角度和牵引的时间也进一步表明适当的舒适护理在颈椎病患者牵引过程中的作用。

3.2 人文关怀的舒适护理

人文关怀在患者的康复治疗中可以保证患者心情舒适, 提高患者护理满意度, 对疾病康复起到一定的积极作用。陈笑宇[18]采用分组研究将 102 例患者分为实验组和对照组各 51 例, 对照组行常规护理, 实验组通过焦虑自评量表 (SAS)、抑郁自评量表 (SDS) 对实验对象行心理护理, 实验表明, 经心理护理后的患者得分明显低于对照组, 患者满意度的调查实验组满意度 98.04% 明显高于对照组 76.47%, 差异均具有统计学意义 ($P<0.05$), 结果表明, 对颈椎病患者在康复期实施心理护理可以有效的缓解患者的情绪, 减少患者的疼痛感, 加快其康复疗程。对此, 李星[19]等研究进一步表明, 医护人员对患者采用积极正向的心理暗示, 音乐疗法等方式对其进行适当的心理干预, 可以在一定程度上缓解患者的心理压力, 但要注意的是, 在音乐时长以及播放音量上还需进行适当的调整, 得以使患者拥有积极乐观的心态面对疾病。此外, 彭琴琴[20]等研究表明, 及时有效的将患者的负面情绪释放出来, 给予相应的护理干预可以使患者的病情得到稳定。

3.3 环境的舒适护理

舒适的护理环境在为患者提供治疗以及患者自我康复训练的过程中是不可忽视的一个重要环节, 隋伟静等[21]的研究从 Watson 关怀理论、最佳治愈环境模型以及 Planetree 模式等多个方面进行表述, 表明舒适的环境是体现疗愈的积极作用之一。Rashid[22]等提出压力与环境的模型, 认为应保持病室内的环境应避免噪音, 保持充足的光线照射, 从而促进患者的舒适度, 将病室内设施进行合理的摆放, 保证温湿度的适宜, 从而促进患者身体康复。同时, Wayne B.Jonas[23]认为, 舒适的治疗环境应包括患者充足的社会地位, 良好的心理环境, 健康的身体以及正常的精神和行为, 良好的疗愈环境可以改善患者的康复效果, 促进患者的康复。此外, 颈椎病患者在康复期的过程中, 仍会存在一些颈部疼痛感, 为了防止患者的肩部因平时活动感到疼痛, 要告知患者要重视对于自身肩颈部的保暖工作, 避免出现吹风等肩颈部受寒的情况从而加重病情, 加强患者的生活护理, 可以使患者保持身心愉悦, 也有助于增强患者康复的信心。张淑娥[24]以八段锦为核心对患者的康复护理进行干预的试验表明, 提高患者睡眠质量, 充足饱满的睡眠可以使患者精力充沛进而

提升患者的生活质量, 这与段晓茹[25]的研究结果相似。保证患者保持良好的饮食习惯, 确保患者肠胃舒适, 合理正确的用药指导, 降低颈椎病复发率, 提高患者的生活舒适感。

综上, 良好舒适的护理环境可以影响患者心理、生理和环境等多个方面, 通过对颈椎病患者在康复期间的环境进行有效的干预, 可以提高患者的护理满意度, 使护理治疗的疗程缩短, 促进患者早日康复。

4 舒适护理在颈椎病患者康复期的发展趋势

4.1 提升护理宣教水准, 提升护理宣教水平

颈椎病康复期患者在日常生活中, 采用保守的方法如中医穴位推拿、手法按摩等方式, 对患者的康复效果并不理想, 因此医护人员应根据患者的个人情况, 采用需求式的宣教方式, 贺慧琼[26]等人的研究表明, 通过线上采用动静态相结合的模式在公众号分享相关的健康知识、提升患者颈椎病相关知识的知晓程度, 进而为患者提供现阶段的知识解惑及健康管理方案, 达到宣教的目的。同时, 对于颈椎病康复期患者自身的护理宣教, 黄秋菊[27]等人提出, 对患者进行运动宣教, 指导患者肩部运动可以有效的改善患者自我效能和生活质量。金琪颖[28]的研究表明, 通过专科医护人员设计的学习需求评估量表, 以 5 个维度, 每维度涵盖 6 个登记对患者疾病相关知识、身心照护等方面进行评估, 根据患者个人意愿对患者进行无差异化的指导宣教, 加快患者康复进程, 提高生活质量。霍明娜[29]等人探讨正强化理论对患者进行干预, 通过心理、健康训练和住院指导等方面均对患者表示积极的治疗态度, 增强护理效果, 提高患者护理满意度。

4.2 融入人工智能和大数据, 提高患者康复质量

结合国内外研究现状, 颈椎疾病患者的人数日益增多, 在其康复护理过程中, 英国剑桥大学 Mowforth[30]等人提出将智能设备引进社区, 通过对不同国家地区、不同年龄的颈椎病患者进行在线监测患者的生物参数, 结果表明用户体验需求可观。这与施强

慧[31]等人的研究内容相符。Khan[32]的研究表明, 机器学习 (ML) 以及强大的人工智能 (AI) 如自然语言处理 (NLP) 就可以将患者的信息快速的提取, 使医护人员更加快捷、便利的了解患者的信息, 对颈椎病患者康复期的生活方式以及其他身体健康状况进行评估, 从而采取舒适的护理措施。因此, 将机器化引入颈椎病康复期患者的日常监测中是很有必要的。

5 结论

在康复期, 舒适护理的应用可以有效的改善患者颈椎情况, 缩短患者康复的时间, 对患者的康复和日常生活活动均起到正向作用。文献回顾发现, 国内外对于相关颈椎病患者康复期的护理措施关注较少, 文献数量相对较少。主要体现在国内多数脊椎病患者对在康复期的护理措施不够重视, 护理措施不够全面, 国外多将舒适护理应用于其他疾病当中, 对颈椎病的更新及未来的方向进行阐述, 对颈椎病患者康复期的护理较少。笔者建议, 医护人员要加强对患者日常颈椎活动等健康知识的宣教, 制定切实有效的计划, 做到实时追踪了解患者康复情况, 提升患者的生活质量。舒适护理在颈椎病患者康复期间可以有效提升治疗效率, 值得相关领域应用。

参考文献

- [1] Badhiwala, J. H., Ahuja, C. S., Akbar, M. A., Witiw, C. D., Nassiri, F., Furlan, J. C., Curt, A., Wilson, J. R., & Fehlings, M. G. (2020). Degenerative cervical myelopathy - update and future directions. *Nature reviews. Neurology*, 16 (2).
- [2] 李增春, 陈德玉, 吴德升, 等. 第三届全国颈椎病专题座谈会纪要 [J]. 中华外科杂志, 2008 (23): 1796-1799.
- [3] 鲁颖. 舒适护理在颈椎病患者康复期的应用探究 [J]. 中国城乡企业卫生, 2019, 34 (12): 161-162.
- [4] 崔玉, 田静娟. 颈椎病牵引治疗的护理方法探究与临床效果观察 [J]. 实用临床护理学电子杂志, 2019, 4 (49): 8, 31.
- [5] 梅洁, 王冬梅, 蔡钰, 等. 舒适护理在慢性心力衰竭患者中运用的研究进展 [J]. 当代护士(上旬刊), 2018, 25 (02): 7-9.
- [6] Nightingale F. 护理札记 [M]. 庞洵, 译. 北京: 中国人民大学出版社, 2004: 3.
- [7] Kolcaba K. Y. A theory of holistic comfort for nursing. *Journal of advanced nursing*, 1994, 19 (6), 1178-1184.
- [8] 萧丰富. 萧氏舒适护理模式[M]. 台北: 华杏出版社, 1998: 5.
- [9] Kelemen, A. M., & Groninger, H. Ambiguity in End-of-Life Care Terminology-What Do We Mean by "Comfort Care?". *JAMA internal medicine*, 2018, 178 (11), 1442-1443.
- [10] Takahashi S. Importance of cervicogenic general dizziness. *Journal of rural medicine: JRM*, 2018, 13 (1), 48-56.
- [11] Oakley, P. A., Ehsani, N. N., Moustafa, I. M., & Harrison, D. E. Restoring cervical lordosis by cervical extension traction methods in the treatment of cervical spine disorders: a systematic review of controlled trials. *Journal of physical therapy science*, 2021, 33 (10), 784-794.
- [12] 谭萍娟. 手法治疗护理结合运动康复护理对项痹病患者颈肩疼痛及眩晕症状康复效果的影响[J]. 国际护理学杂志, 2019, 38 (14): 2247-2250.
- [13] 吴红玉, 陈武胜, 曾晓丽, 等. 体位舒适护理对颈椎后路手术患者的影响[J]. 齐鲁护理杂志, 2021, 27 (22): 143-146.
- [14] 李建飞, 李倩, 李佳潞, 等. 悬吊推拿运动治疗颈型颈椎病的持续疗效 [J]. 中国康复理论与实践, 2021, 27 (7): 834-839.
- [15] 阴涛, 郑遵成, 高强. 悬吊运动疗法结合推拿改善神经根型颈椎病上肢神经传导的效果 [J]. 中国康复理论与实践, 2022, 28(1): 95-99.
- [16] 卢惠萍, 王乃针, 宋林, 等. 悬吊运动疗法对颈椎病患者颈部肌肉功能的影响[J]. 中华物理医学与康复杂志, 2020, 42 (2): 171-174.
- [17] 贺石生, 方凡夫. 颈椎病牵引治疗专家共识 [J]. 中国脊柱脊髓杂志, 2020, 30 (12): 1136-1143.
- [18] 陈笑宇. 心理护理在颈椎病患者康复期中的效果观察 [J]. 心理月刊, 2021, 16 (11): 101-102.
- [19] 李星. 对颈椎病康复期患者应用舒适护理的效果分析 [J]. 世界最新医学信息文摘, 2018, 18(27): 255-256.
- [20] 彭琴琴. 舒适护理应用于颈椎病患者护理中的效果观察 [J]. 临床医药文献电子杂志, 2019, 6 (87): 122.
- [21] 隋伟静, 宫晓艳, 庄一渝. 住院患者疗愈环境创建的相关理论研究进展 [J]. 护理与康复, 2021, 20 (1): 31-35.
- [22] RASHID M, ZINMRING C. A review of the empirical literature on the relationships between indoor environment and stress in health care and office settings: problems and prospects of sharing evidence [J]. *Environment and Behavior*, 2008, 40: 151-190.
- [23] RAKEL D, SAKALLARI B R, JONAS W. Chapter 2-creating optimal healing environments [M]. 4th ed. Mexico: Elsevier Press, 2018: 2-19.

- [24] 张淑娥. 以八段锦为核心的综合康复护理对颈型颈椎病患者疼痛程度、睡眠质量及生活质量的影响 [J]. 国际护理学杂志, 2021, 40 (23): 4348-4351.
- [25] 段晓茹, 刘晴. 关于中老年人颈椎病运动疗法睡眠质量改善效果的进展 [J]. 世界睡眠医学杂志, 2019, 6 (03): 309-310.
- [26] 贺惠琼, 胡伟玲, 李晓妮, 等. 微信平台健康教育模式构建应用于中医治疗颈椎病出院患者的效果研究 [J]. 山西医药杂志, 2021, 50 (11): 1863-1864.
- [27] 黄秋菊, 黄丹枫, 詹丽娜. 健康教育对门诊颈椎病患者的临床效果及价值体会 [J]. 特别健康, 2021 (11): 217-218..
- [28] 金琪颖, 盛芝仁, 陈娅莉, 等. 基于需求方向与迫切度评估的出院宣教在颈椎病患者中的应用[J].健康研究, 2021, 41 (3): 348-350.
- [29] 霍明娜, 尚静波, 李仁波.正强化理论护理干预对颈椎术后康复治疗患者颈椎功能及生命质量的影响[J]. 中国实用护理杂志, 2021, 37 (02): 93-98.
- [30] Mowforth, O. D., Davies, B. M., & Kotter, M. R. The Use of Smart Technology in an Online Community of Patients With Degenerative Cervical Myelopathy. *JMIR formative research*, 2019, 3 (2), e11364.
- [31] 施强慧, 张子凡, 胡博, 等. 深度学习与人工智能在颈腰椎退变性疾病诊断及治疗中的应用研究进展 [J]. 解放军医学杂志, 2021, 46 (10): 1034-1039.
- [32] Khan, O., Badhiwala, J. H., Grasso, G., & Fehlings, M. G. Use of Machine Learning and Artificial Intelligence to Drive Personalized Medicine Approaches for Spine Care. *World neurosurgery*, 2020, 140, 512–518.