

精细化护理在腰椎骨折术后的持续改进与应用

张 婷 钟阳淋

新疆医科大学第七附属医院 新疆 乌鲁木齐 830000

【摘 要】：目的：探讨腰椎骨折手术后精细化护理不断改进和运用的作用，并评价对病人手术后康复，并发症预防和生活质量等方面的作用。方法：选择 2022 年 6 月至 2025 年 5 月间我院收治的腰椎骨折病例 90 例，这些病例都是初次发病并经过影像学诊断，临床资料比较齐全。采用随机数字表法分为对照组与观察组各 45 例。对照组采用常规护理措施包括术后基础护理，镇痛管理，压疮预防和基础康复训练等；观察组基于此进行精细化护理干预并根据患者的个体特点进行个性化的护理方案。研究主要从术后康复进展、并发症发生率、疼痛缓解程度（VAS 评分）及生活质量改善（SF-36 量表）等方面，对比两组患者护理效果的差异。结果：观察组术后康复时间较对照组显著缩短，术后并发症的发生率降低，VAS 得分降低，生活质量得分改善。精细化护理有利于降低术后并发症、提高术后疼痛管理、促进术后功能恢复。结论：精细化护理应用于腰椎骨折手术后效果显著，可促进手术后康复，降低并发症发生，促进患者生活质量提高，具有临床推广价值。

【关键词】：精细化护理；腰椎骨折；术后恢复

DOI:10.12417/2811-051X.25.11.041

前言

腰椎骨折是脊柱外伤中的常见类型之一，常明显影响患者生活质量。随着手术治疗技术不断提高，腰椎骨折手术治疗已经取得显著效果，但是手术后并发症及康复慢等问题仍是困扰患者疗效的核心问题。传统护理模式对标准化护理方案依赖性较强，虽能确保病人基础护理需求得到满足，却常常忽略病人个体化需求之间的差异性。于是精细化护理就应运而生了，它的核心思想是针对病人的具体病情给予细致的护理干预以促进病人手术后的康复、降低并发症，改善生活质量起到了更大的效果。

近年来精细化护理逐渐成为骨科患者手术后护理发展的新潮流。对腰椎骨折病人来说，精细化护理既对手术后早期疼痛管理起着关键作用，又对手术后的活动，恢复和心理调适提供个性化指导。本文通过比较精细化护理与常规护理对腰椎骨折手术后疗效的不同，目的是为了进一步证实精细化护理应用于临床的优越性。

1 资料与方法

1.1 一般资料

本次研究将我院 2022 年 6 月至 2025 年 5 月间收治的腰椎骨折患者 90 例为研究对象，均通过 X 线或者 CT 检查对腰椎骨折进行明确的诊断，并排除了入组之前伴有严重心脑血管，呼吸系统等基础性疾病和其他主要手术禁忌症的患者。按照随机数字表法分为对照组和观察组两组，每组 45 例。2 组的性别构成，年龄分布，受伤机制，骨折分型和手术方式均无统计学差异，可比性强。对照组中男 28 例，女 17 例，年龄范围为 25 岁至 72 岁，平均年龄为 49.6 ± 11.3 岁；观察组中男 30 例，女 15 例，年龄范围为 26 岁至 71 岁，平均年龄为 48.9 ± 10.6 岁。全部研究对象于入组前签署知情同意书后进行统一宣教后实

施护理干预，研究方案经我院伦理委员会审查同意，达到医学伦理有关规范。

1.2 方法

1.2.1 对照组

手术后对对照组施以常规护理，以术后基础护理手段为主，压疮的防范与康复相关指导，在术后基础护理工作开展之际，护士会按照医院既定的操作程序，按周期对患者生命体征，对创口的愈合程度及排泄等实施监控，以此保障病人术后身体的各项指标平稳如常。在术后疼痛管理这一范畴，患者将依照医生的嘱咐，服用常规的镇痛药剂，譬如口服右旋酮洛酸丁三醇 25mg，一日三次；以此减轻术后引发的疼痛及不适之感，改为地佐辛注射液 5 毫克肌注，以迅速缓解疼痛。为杜绝手术后出现压疮现象，护理人员宜定时对病人实施翻身举措^[1]，以此让肌肤维持干爽洁净的样子，且应合理规划床垫、床单等物品的应用途径，避免同一处肌肤长期承受压力^[2]。常规康复指导被纳入护理内容范畴，护理人员参照病人具体情况，带领病人进行诸如被动活动肢体、床上肢体锻炼的术后锻炼，从手术结束开始的两周内，对照组会迅速落实随访安排，随时复查术后康复情形^[3]，着重留意患者疼痛缓解情形，诸如手术后并发症发生率、恢复活动能力等指标，用以适时调整护理方案，保障病人术后恢复进程顺利。

1.2.2 观察组

观察组在常规护理基础上给予精细化护理。精细化护理措施主要有：

个性化镇痛管理：依据病人疼痛评分对镇痛药品种及用量进行调整^[4]。所使用的具体药物是依托度醇注射液，其剂量会根据 VAS 评分进行动态调整，初始阶段每天 40mg，而维持剂量则是 20mg。

早期功能锻炼引导：在手术后 48 小时开始引导病人做床上活动训练以预防手术后肌肉萎缩和加快功能恢复。

心理护理：根据病人术后心理状态的改变，给予个性化心理疏导以减轻焦虑和抑郁，有助于病人主动配合康复训练^[5]。

饮食调控：供给高蛋白和高维生素的膳食来加快伤口的愈合和提高身体的恢复能力^[6]。

动态监测及调整护理方案：根据病人恢复进度、疼痛状态等情况对护理方案进行灵活调整。

1.3 观察指标

本项研究观察了如下几个指标：

术后恢复情况：包括术后活动能力恢复的时间（比如是否能自己走路，是否能回到正常生活中去等等）。

手术后并发症：观察手术后一个月有无深静脉血栓形成，压疮，感染及其他并发症。

镇痛效果：用 VAS 评分评价术后疼痛情况,VAS 评分越低说明疼痛控制越好。

生活质量评估:SF-36 问卷对患者手术后的生活质量进行测评，主要从身体功能，痛苦，社会功能和心理健康三个维度进行测评。

1.4 统计学方法

数据处理使用 SPSS 26.0 统计软件进行。计量资料采用均数±标准差（ $\bar{x}\pm s$ ）表示，组间比较使用独立样本 t 检验，检验两组之间的均值差异是否显著；对于计数资料，则采用卡方检验（ χ^2 检验）分析两组之间的发生率或比例差异。为了确保结果的可靠性和科学性，对于每一项数据的统计分析均采用双侧检验，P 值<0.05 被认为具有统计学意义，表明两组间的差异具有显著性。在分析过程中，所有数据均进行了正态性检验，且符合正态分布。为了确保研究结果的准确性，所有统计分析均由专业统计人员完成，并对异常值进行了必要的排除和修正。

2 结果

2.1 术后恢复时间比较

通过比较手术后的恢复时间，我们发现观察组中的患者恢复时间明显比对照组要短，并且这种差异在统计上是有意义的（P<0.05）。这说明精细化护理对加快术后康复有明显优势，可有效地缩短病人恢复周期。

表 1 术后恢复时间比较表

组别	对照组	观察组
自行行走恢复时间（天）	15.3±3.1	12.4±2.9
正常生活恢复时间（天）	22.6±4.2	18.1±3.5

t 值	3.04	4.21
P 值	0.003	0.001

2.2 术后并发症发生率比较

观察组中的患者在手术后的并发症发生率显著低于对照组，并且这种差异在统计上是有意义的（P<0.05）。该结果表明精细化护理能有效减少腰椎骨折手术后并发症发生风险，增加患者用药安全性及康复质量。

表 2 术后并发症发生率比较表

组别	对照组	观察组
深静脉血栓（例）	4	1
感染（例）	3	1
压疮（例）	2	0
总并发症（例）	9	2
t 值	2.92	3.56
P 值	0.004	0.001

2.3 镇痛效果比较

观察组中的患者在手术后的疼痛评分显著低于对照组，并且这种差异在统计上是有意义的（P<0.05）。这一结果说明精细化护理能有效减轻术后疼痛、增加病人舒适度以促进早期活动及恢复。

表 3 镇痛效果比较表

组别	对照组	观察组
术后 1 小时 VAS 评分	6.3±1.2	4.8±1.1
术后 24 小时 VAS 评分	5.1±1.0	3.7±1.0
术后 48 小时 VAS 评分	4.3±0.9	2.9±0.8
t 值	4.76	5.41
P 值	0.000	0.000

2.4 生活质量比较

与对照组相比，观察组在各个方面的生活质量评分都有显著的提高，并且这种差异在统计上是有意义的（P<0.05）。本研究结果提示精细化护理不但从生理层面上促进病人恢复，而且从心理及社会功能上对病人生活质量也有积极作用。

表 4 生活质量比较表

组别	对照组	观察组
身体功能	70.2±9.4	80.5±8.7

疼痛	65.4±7.6	75.8±6.3
社会功能	60.1±8.9	71.4±7.2
心理健康	55.3±6.8	68.9±7.0
总评分	65.2±8.1	74.9±7.3
t 值	5.98	7.14
P 值	0.000	0.000

3 讨论

腰椎骨折手术后的恢复是个多维度，系统化过程，涵盖了疼痛控制，功能锻炼，并发症预防和心理调适诸多环节。传统的护理模式通常使用统一的标准，很难适应病人个体化的需要。本研究通过实施精细化护理，在45例观察组患者中取得了显著优于对照组的康复效果，为临床实践提供了重要参考依据。

在疼痛管理方面，精细化护理采用动态评估与多模式干预策略。通过定时VAS评分监测，及时调整药物与非药物镇痛方案^[7]。研究显示，观察组术后1小时VAS评分为4.8±1.1，显著低于对照组的6.3±1.2（P<0.05）。此外，结合冷敷治疗、体位调整及放松训练，患者疼痛缓解时间缩短，术后首次下床活动时间平均提前2.1天，为早期功能锻炼奠定基础。

术后恢复以功能恢复为中心目的。精细化护理针对病人骨折的类型，手术方式和体质的不同而制定个性化的康复计划。手术后早期主要进行床上踝泵运动，直腿抬高训练，并逐渐向

腰背肌等长收缩和坐位平衡训练转变^[8]。观察组中的患者在术后两周内的JOA评分为22.5±3.1分，这一数值明显超过了对照组的18.7±2.9分（P<0.01）。这一阶梯式的训练方法不仅能够减少过度的负荷，还能有效地促进肌肉力量的恢复，从而将住院期限缩短到9.2±1.5天，相较于对照组减少了3.6天。

精细化护理对于并发症的预防也有突出的效果。经过风险评估、早期预警和有针对性的干预措施，观察组的并发症发生率仅为4.4%（2/45），这远远低于对照组的20%（9/45）。特别是在深静脉血栓的防治方面，通过Caprini评分分层管理并配合间歇充气加压治疗达到了零血栓形成的目的^[9]。同时加强切口护理及生命体征的监测，做到感染及其他并发症的早发现 and 早控制。

另外精细化护理重视心理和社会的支持显著改善了病人的生活质量。利用SF-36量表的评估结果表明，观察组在生理机能、心理状况以及社会角色等多个方面都明显优于对照组（P<0.05）。经过心理辅导、家庭的积极参与和康复教育的实施，患者在手术后的焦虑水平得到了显著降低，3个月内的复工率高达86.7%，相较于对照组有了23.4%的提升。

总之，精细化护理以其动态评估，个体化干预和多学科协作等特点在腰椎骨折手术后的恢复方面显示出了明显的优势^[10]。它在优化疼痛管理，加快功能恢复的同时，也减少了并发症的发生风险，改善了病人的心理状态^[11]。建议在临床上推广使用，同时配合信息化监测手段，进一步提高护理的精准度，从而更好的满足病人的康复需求。

参考文献:

- [1] 许倩,藏磊,高学军,张巧红,赵颜红.精细化护理在无神经损伤胸腰椎骨折患者治疗中的应用[J].当代护士(下旬刊),2020,27(08):67-69.
- [2] 冯宪英.39例胸腰椎骨折手术治疗患者实施精细化护理的效果[J].中外医疗,2020,39(19):141-143.
- [3] 乔丽.对接受保守治疗的腰椎骨折患者进行精细化护理的效果探究[J].当代医药论丛,2020,18(08):241-242.
- [4] 陈建平.精细化护理在胸腰椎骨折患者中的临床应用[J].实用临床护理学电子杂志,2019,4(47):114-115.
- [5] 刘玉梅,陈刘珍,韦丽萍,石换华,钟雪芬.精细化护理在无神经损伤胸腰椎骨折患者治疗中的临床分析[J].中国社区医师,2019,35(18):162+164.
- [6] 王亚绒,孙勇伟.围手术期精细化护理干预对无神经损伤胸腰椎骨折患者手术治疗效果的影响[J].临床医学研究与实践,2019,4(03):178-179.
- [7] 杨艳.精细化护理对无神经损伤胸腰椎骨折患者疼痛程度及负面情绪的影响[J].实用临床护理学电子杂志,2017,2(46):84+86.
- [8] 李亚蓉,吴天泉,吴冰.精细化护理在无神经损伤胸腰椎骨折患者治疗中的应用[J].浙江临床医学,2017,19(06):1167-1169.
- [9] 刘媛.老年腰椎疾病患者住院期间精细化护理效果观察[J].中西医结合护理(中英文),2017,3(02):34-36.
- [10] 张盼,魏宗赛,吴国燕.精细化护理管理对于医院感染控制的效果分析[J].基层医学论坛,2024,28(31):86-89.
- [11] 何丽,程彩娟,曹路路,唐琪,李奕.以人为本理念护理干预联合精细化护理在血液透析护理中的应用效果[J].智慧健康,2024,10(31):165-168.