

打下良好的基础。但作为一种新型教学方式改革,也存在一些限制,如课时占用较多、如何合理安排教学内容及进程,病例选取的深度及广度的限制等,因此,在今后的实施过程中还需进一步摸索及完善。

【参考文献】

- [1] Koufogiannakis D, Buckingham J, Alibhai A, et al. Impact of librarians in first-year medical and dental student problem-based learning (PBL) groups: a controlled study[J]. Health Info Libr, 2005, 22(3): 189-195.
- [2] 常华, 张琦. “以问题为基础”教学法在康复治疗学专业运

动法方向教学中的应用[J]. 中国康复医学杂志, 2007, 13(8): 787-788.

- [3] 罗峰, 祁奇, 陈文华, 等. 康复治疗专业学生社区实习教学效果问卷调查[J]. 中国康复理论与实践, 2010, 16(9): 890-892.
- [4] 丁树春. 改革教学方式, 培养创新人才[J]. 中国科教创新导, 2011, 25(1): 17-18.
- [5] 叶松茂. 草根创业的 5 项修炼[M]. 北京: 电子工业出版社, 2010, 324-642.
- [6] 张波. 开放性实验在实践教学体系构建中的研究[J]. 中国现代教育装备, 2010, 5(1): 81-83.

• 经验交流 •

综合康复护理治疗腰椎间盘突出症的疗效

李彩霞¹, 徐军²

【关键词】 射频热凝术; 臭氧注射; 腰椎间盘突出

【中图分类号】 R49; R681.53 【DOI】 10.3870/zgkf.2014.02.034

2012 年 7 月~2013 年 1 月我院收治的腰椎间盘突出症患者 100 例, 均符合腰突症的诊断标准^[1], 且经腰椎 CT 或 MRI 确诊。其中男 62 例, 女 38 例; 年龄 23 岁~78 岁; 病程 1 个月~6 年; L₃~₄ 突出 16 例, L₄~₅ 36 例, L₅~S₁ 48 例。所有患者均行射频热凝术中央穿刺法^[2]及臭氧注射治疗。在术前、术中及术后均给予相应的康复护理。术前训练患者正确佩戴腰围, 指导患者进行床上排便、排尿训练等; 向患者讲解该治疗技术, 消除负面情绪, 取得积极配合; 强调康复护理的重要性, 调动其术后功能锻炼的积极性。术中密切观察患者的生命体征变化及询问患者感受, 消除紧张情绪, 缓解肌肉痉挛。术后帮助患者翻身、转移、指导患者卧硬板床, 绝对卧床 2d, 指导患者床上大小便, 2 天后在腰围保护下方可下床适当活动。术后 24h 后指导或协助患者在床上进行直腿抬高试验、加强试验。每日 2 次, 每次 20 遍, 双腿交换进行。术后 3~4 周, 适时地进行腰背肌锻炼, 以增强脊柱稳定性。出院时, 向患者进行康复指导, 告知如何保护腰部等。

根据患者对康复护理执行的情况, 分为 2 组: ①未配合组 20 例, 男 12 例, 女 8 例; 年龄(42.0±2.0)岁, 病程(12.0±2.0)个月; ②配合组 80 例, 男 50 例, 女 30 例; 年龄(45.0±1.0)岁;

病程(13.0±1.0)个月, 2 组一般资料比较均差异无统计学意义。随访半年后, 采用改良的 MacNab 评定标准评定临床疗效^[3], 配合组优 63 例(直腿抬高试验>70°, 疼痛消失, 肢体感觉正常, 脊柱侧弯消失, 活动正常), 良 14 例(直腿抬高试验>70°, 偶有疼痛及麻木, 活动不受限), 可 3 例(直腿抬高试验较前增高, 但<70°, 常有疼痛, 活动受限), 差 0 例(直腿抬高试验及疼痛均无改善), 复发 0 例, 未配合组分别为 2、11、5、2 例, 复发 3 例, 配合组优良率明显高于未配合组(96.3%、65.0%, $P<0.05$)。

通过对腰突症患者采用相同的治疗手段及相应的康复护理后, 发现很好地配合了康复护理的患者, 恢复较好, 预后较好, 复发率低下, 可见康复护理在腰突症的治疗中起着至关重要的作用。腰突症疾病的发生很大一部分原因是不良的生活习惯和姿势造成, 故养成良好的生活习惯及姿势对该病的预防及护理起着很重要的作用。所以只有把治疗手段和康复护理相结合, 才能取得更加满意的疗效。

【参考文献】

- [1] 中华人民共和国中医药行业标准. 中医病症诊断疗效标准[S]. 南京: 南京大学出版社, 1994, 201-202.
- [2] 刘洪强, 张典学, 王瑞, 等. 射频医学[M]. 北京: 海洋出版社, 2011, 158-158.
- [3] Macnab L. Negative discexploration an analysis of the causes of nerveroot involvement instixty eight patients[J]. JBone Joint. Surg (AM), 1971, 53(5): 891-903.

收稿日期: 2013-12-10

作者单位: 1. 黄石市第二医院护理部, 湖北 黄石 435002; 2. 黄石市中医医院针灸科, 湖北 黄石 435000

作者简介: 李彩霞(1968-), 女, 主管护师, 主要从事临床疾病康复及心理护理研究。