

护理干预对类风湿性关节炎患者疼痛的影响研究

陈慧丽 姜明华 王 新 徐佳慧 宋 彦 李 丽

(哈尔滨医科大学附属第二临床医学院 风湿免疫科 黑龙江 哈尔滨 150001)

摘要 目的 本研究旨在探讨实施护理干预对类风湿性关节炎患者疼痛的影响。方法 选取我院 2010 年 1 月--2011 年 6 月风湿免疫科收治的 300 例类风湿性关节炎患者为研究对象,将 300 例患者随机分为两组,对照组与干预组,每组 150 例患者。对照组实施常规护理措施,干预组在常规护理的基础上,侧重对患者的心理护理及康复指导等。分别于入院时及入院 15d 对两组患者使用 11 点疼痛数字等级量表 (PI-NRS) 对患者的疼痛程度进行评估。结果:患者入院 15d 后,对两组使用 11 点疼痛数字等级量表 (PI-NRS)对患者的疼痛程度进行评估。统计结果显示,对照组与干预组间存在差异, $P<0.05$,有统计学意义,即干预组好于对照组。结论:实施护理干预对类风湿性关节炎患者的疼痛治疗有积极明显的作用,有效的心理护理及康复指导可以促进患者的康复。

关键词 类风湿性关节炎 疼痛 护理干预

中图分类号: R593.22, R473.5 文献标识码: A 文章编号: 1673-6273(2012)06-1157-03

The Impact of Nursing Intervention on the Pain of Patients with Rheumatoid Arthritis

CHEN Hui-li, JIANG Ming-hua, WANG Xin, XU Jia-hui, SONG Yan, LI Li

(Division of Rheumatology The 2nd Affiliated Hospital of Harbin Medical University Harbin 150001, China 150001)

ABSTRACT Objective: To explore the impact of nursing intervention on the pain of patients with rheumatoid arthritis. **Methods:** 300 patients diagnosed as rheumatoid arthritis in our hospital from January 2010 to June 2011 were selected in this study. They were randomly divided into two groups, the control group and the intervention group, with each of 150 cases. The control group received conventional nursing measures. In intervention group, in addition to conventional nursing measures, patients were given the psychological care and rehabilitation guidance. All patients had 11-point numeric pain rating scale (PI-NRS) assessment at the time of hospital admission and 15d after treatment. **Results:** The 11-point pain numerical rating scale (PI-NRS) assessment showed that there were differences between the control group and intervention group, $P<0.05$, and the difference had statistically significance, that is, the intervention group had a better result than the control group. **Conclusion:** Implementation of nursing intervention has a positive significant effect on patients with rheumatoid arthritis pain. Effective psychological care and recovering guidance can promote the rehabilitation of patients.

Key words: Rheumatoid arthritis; Pain; Nursing intervention

Chinese Library Classification: R593.22, R473.5 **Document code:** A

Article ID: 1673-6273(2012)06-1157-03

前言

类风湿性关节炎 (rheumatoid arthritis, RA) 是一种病因不明的自身免疫性疾病,常见于女性,临床表现为关节疼痛、肿胀以及功能下降,严重者出现关节畸形和功能障碍^[1]。RA 病情复杂且反复发作,病情发展及转归个体差异性大,致残率高,对患者的工作和生活都产生巨大的影响,同时也给患者带来严重的心理压力^[2]。现我国 RA 患病率为 0.32--0.36%^[3]。本研究旨在探讨实施护理干预对类风湿性关节炎患者疼痛的效果影响,为临床护理提供科学的依据,同时也为类风湿性关节炎患者缓解疼痛提供有效的途径。

1 材料与方法

1.1 一般资料

作者简介 陈慧丽(1980-) 女,大学本科 研究方向:风湿免疫科疾病的护理。电话:13936524285, E-mail: hanyin1125@163.com
(收稿日期: 2011-11-08 接受日期: 2011-12-03)

选取我院 2010 年 1 月--2011 年 6 月我科收治的 300 例类风湿性关节炎患者为研究对象,将 300 例患者随机分为两组,对照组与干预组,每组 150 例患者。300 例患者均符合 ARA 制定的诊断标准。对照组 150 例患者中,男性患者 32 例,占 21.33%;女性患者 118 例,占 78.67%。干预组 150 例患者中,男性患者 29 例,占 19.33%;女性患者 121 例,占 80.67%。平均年龄为 57.15 岁。病程 9 个月--17 年。对两组患者性别、年龄、病情复杂程度、病情严重程度等进行统计分析 P 值大于 0.05,无显著差异,两组间具有可比性。

1.2 方法

1.2.1 一般方法 研究采用对照组实施常规护理措施,干预组在常规护理的基础上,侧重对患者的心理护理及康复指导等。分别于入院时及入院 15d 对两组患者使用 11 点疼痛数字等级量表 (PI-NRS) 对患者的疼痛程度进行评估。对两组评估结果进行比对。11 点疼痛数字等级量表 (PI-NRS) 为测定临床病人疼痛的量表,分值从 0 分--10 分,表示不同的疼痛程度,0 分为无疼痛,依次上升,10 分为严重疼痛。

1.2.2 统计学方法 本研究所得数据使用 EXCEL2007 软件包及 SPSS19.0 统计软件进行分析。

2 结果

2.1 入院时 PI-NRS 测定

对两组患者于入院时及入院 15d 进行 PI-NRS 疼痛评估。数据分析显示,两组患者入院时 PI-NRS 疼痛测量分值较为接近。对照组患者测量分数为 6-8 分间,平均分 6.12。干预组 150 例类风湿性关节炎患者经 PI-NRS 测定,分数为 6-8 分间,平均分数为 6.18。对入院时两组患者 PI-NRS 测定值进行 t 检验 $P>0.05$,这就表明,对照组与干预组患者入院 PI-NRS 测定无显著差异。

2.2 入院 15d PI-NRS 测定

对入院 15d 患者再次进行 PI-NRS 测定。测定结果显示,对照组 150 例患者 PI-NRS 平均分数下降至 5.04。干预组患者 PI-NRS 平均分数下降至 3.78。对入院 15d 两组患者 PI-NRS 测定值进行 t 检验 $P<0.05$,表明两组患者 PI-NRS 测定存在显著差异,有统计学意义。

2.3 两组患者不同时间 PI-NRS 评分比较

统计结果显示,经过 15d 的护理干预,干预组患者疼痛评分明显低于对照组,经过 t 检验,有统计学意义。即,干预组好于对照组。详情见表 1。这就说明,通过科学有效的护理干预,可以有效降低类风湿性关节炎患者的疼痛,提高患者的生活质量。

表 1 两组患者不同时间段 PI-NRS 评分比较情况

Table 1 Comparison of the PI-NRS score at different time periods between two groups

组别 Groups	例数 Number of cases	入院时 PI-NRS 平均分数 Admission average scores PI-NRS	入院 15d PI-NRS 平均分数 Average admission 15d PI-NRS score	t	P
对照组 The control group	150	6.12	5.04	16.05	$P<0.05$
干预组 Intervention group	150	6.18	3.78	2.17	$P<0.05$
t		0.075	--8.29		
P		>0.05	<0.05		

3 讨论

3.1 心理干预

中国古代医学圣典《黄帝内经》有这样的记载:“……恬淡虚无,真气存之,精神内守,病安从来。”这说明,保持良好积极的心态,对疾病的治愈有重要的影响^[4]。RA 病程长,治愈困难,严重者甚至导致患者致残,在这样高度的心理压力下,RA 患者极易出现情绪低沉、忧思抑郁,对生活甚至生命充满悲观与失望^[5]。面对患者这样的情绪,护理人员在实施常规护理的基础上,更要及时发现患者存在的心理问题,以真诚、温暖的态度,耐心细致的服务帮助患者排除心疾,使患者树立积极面对疾病的生活态度,使其以充沛的信心面对治疗和护理,保持乐观积极的态度,以促进疾病的好转^[6-10]。此外,要劝导患者家属更多的给予患者关于、理解与心灵的支持,以亲人的温暖帮助患者渡过生命的黑暗时期,使患者慢慢接受现实^[11-14]。最后,医院应创造温馨的住院环境,使入院患者在医院感受到家的温暖。消除入院病人住院的心里恐惧感和陌生感^[15]。

3.2 康复指导干预

3.2.1 急性期康复指导 患者处于疾病的急性期时,应以卧床休息为主,以适宜的伸展锻炼为辅^[16]。卧床休息主要目的在于使关节充分的休息,我科主要采用采用使用支架等办法制动^[17]。辅助的伸展运动要在患者可承受的最大耐受范围内进行,每日 1-3 次,伸展活动既可以帮助患者的关节充分活动,也可以防止关节久不动而废用^[18]。进行关节活动前可采用热敷等方式肌肉痉挛^[19]。护理人员要尤其注意患者制动休息时的常规护理,

以免患者发生褥疮等;对于进行康复活动的患者,要叮嘱患者家属做好保护措施,防止跌倒等意外的发生^[20]。

3.2.2 舒缓期康复指导 舒缓期关节的康复主要以患者可承受的康复锻炼为主。舒缓期的康复锻炼可分为两部分,一是患者在家属的帮助下每日主动进行的康复训练,一是患者被动接受的康复锻炼,由康复科医生及护理人员协助完成^[21]。患者在康复科进行的康复锻炼,可以有效的缓解关节压力,保持关节的活力,同时配合以全身的伸展活动,在轻松的康复锻炼中,不仅可以舒缓患者的关节疼痛,同时可以有效缓解患者的心理压力^[22]。患者每日进行的康复活动,时间由患者自行安排,可早晚各一次,有活动精力的患者还可在午后阳光充沛时增加一次^[23]。行走无障碍的患者,可由家属陪同在较为宽敞、空气清新的绿地进行锻炼,但要注意防止患者的滑倒。无活动精力的患者,可在阳光充裕的午后,由家属陪同进行日光浴 40 分钟--90 分钟^[24]。

RA 病程长,反复发作,严重影响患者的生存质量。科学优质的护理是提高治疗效果、改善预后的重要保证。本研究从护理干预入手,确定了心理干预及康复指导对 RA 患者疼痛的重要作用。

参考文献(References)

- [1] 杨爽,王钰,崔莉.类风湿性关节炎病人护理干预效果研究[J].护理研究,2009,6,23(6):1535-1536
Yang Shuang, Wang Yu, Cui Li. Study on effect of nursing intervention for patients with rheumatoid arthritis[J]. Chinese nursing research, 2009,6,23(6):1535-1536(In Chinese)
- [2] 曾莹,谭微,陈芳兰.165 例类风湿性关节炎的护理体会[J].西南军

- 医 2009,3,11(2) :355-356
- Zeng Ying, Tan Wei, Chen Fang-lan. 165 cases of rheumatoid arthritis Nursing [J]. Journal of Military Surgeon in Southwest China, 2009,3,11(2) :355-356(In Chinese)
- [3] 董其莲. 甲氨蝶呤与来氟米特联合使用治疗类风湿性关节炎 86 例临床分析[J].中国医药指南 2010,1,8(3) :26-27
- Dong Qi-lian. Methotrexate treatment of rheumatoid arthritis with leflunomide combined with analysis of 86 cases [J].Guide of China Medicine,2010,1,8(3) :26-27(In Chinese)
- [4] 孙玲. 综合治疗类风湿性关节炎的护理[J].河南职工医学院学报, 2011, 23,2:203-205
- Sun Ling. Comprehensive treatment of rheumatoid arthritis care[J]. Journal of Henan Medical College For Staff and Workers,2011, 23,2: 203-205(In Chinese)
- [5] 韩蓉. 恶性类风湿性关节炎的护理特点[J].临床误诊误治, 2009,8,22 (8) :89
- Han Rong. Characteristics of malignant rheumatoid arthritis care[J]. Clinical Misdiagnosis & Mitherapy,2009,8,22(8) :89(In Chinese)
- [6] 韩晶波, 陈桂英, 薄晓巍. 类风湿性关节炎的护理[J].黑龙江医药, 2008,21,4:139-140
- Han Jing-bo, Chen Gui-ying, Bao Xiao-wei. Rheumatoid arthritis care [J]. Heilongjiang Medicine journal,2008,21,4:139-140(In Chinese)
- [7] 陈仕飞. 类风湿性关节炎的护理[J].贵阳医学院学报 2010,6,35(3) : 323-324
- Chen Shi-fei. Rheumatoid arthritis care[J]. Journal of Guiyang Medical College,2010,6,35(3) :323-324(In Chinese)
- [8] 赵峰英. 甲氨蝶呤和强氯喹联用治疗 58 例类风湿性关节炎的护理体会[J].福建医药杂志 2009,12,31(6) :151-152
- Zhao Feng-ying. Methotrexate and chloroquine combined with strong treatment of 58 cases of rheumatoid arthritis nursing [J]. Fujian Medical Journal,2009,12,31(6):151-152(In Chinese)
- [9] 刘玉霞, 张素娟. 类风湿关节炎病人的健康教育[J].全科护理 2008,6 (11A) :2905
- Liu Yu-xia, Zhang Su-juan. Patients with rheumatoid arthritis health education[J]. Chinese General Nursing,2008,6(11A):2905(In Chinese)
- [10] 陈欢乐, 李素蘋. 英夫利西单抗治疗类风湿性关节炎的护理[J]. 护理与康复 2010,4,9(4) :358-359
- Chen Huan-le, Li Su-ping. Infliximab treatment of rheumatoid arthritis care[J]. Nursing and Rehabilitation Journal,2010,4,9(4) :358-359(In Chinese)
- [11] 刘凤茹, 孙亚萍, 杨玉欣. 幼年类风湿性关节炎的护理[J]. 护理实践与研究 2010,7,12 :72-74
- Liu Feng-ru, Sun Ya-ping, Yang Yu-xin. Juvenile rheumatoid arthritis care [J]. Attend to Practice and Research,2010,7,12:72-74 (In Chinese)
- [12] 巢萍. 云克治疗类风湿性关节炎的护理[J].中国实用医药 2011,1,6 (2) :207-208
- Chao Ping. MDP treatment of rheumatoid arthritis care[J]. China Practical Medical,2011,1,6(2) :207-208(In Chinese)
- [13] 李碧香, 滕淑平, 王建英, 等. 云克治疗类风湿性关节炎的护理体会[J].中国实用医药 2010,10,5(29) :189-190
- Li Bi-xiang, Teng Shu-ping, Wang Jian-ying, et al. MDP treatment of rheumatoid arthritis nursing [J]. China Practical Medical,2010,10,5 (29) :189-190(In Chinese)
- [14] 王玉洁, 简红静, 王慕朋. 中西医结合治疗类风湿性关节炎的护理体会[J].吉林医学 2009,1,30(2) :151-152
- Wang Yu-jie, Lin Hong-jing, Wang Mu-peng. Integrative Medicine Nursing treatment of rheumatoid arthritis [J]. Jilin Medical Journal, 2009,1,30(2) :151-152(In Chinese)
- [15] 黄金丽, 张伟明. 中药熏蒸治疗活动期类风湿性关节炎的护理体会[J].中国中医急症 2009,8,18(8) :1383
- Huang Jin-li, Zhang Wei-ming. Fumigation treatment of active rheumatoid arthritis medicine Nursing [J]. Journal of Emergency in Traditional Chinese Medicine,2009,8,18(8) :1383(In Chinese)
- [16] 刘玲玲. 类风湿性关节炎的临床护理探讨[J].中国民族民间医药, 2011,6 :124
- Liu Ling-ling. Clinical care of rheumatoid arthritis[J]. Chinese Journal of Ethnomedicine and Ethnopharmacy,2011,6 :124(In Chinese)
- [17] 杨晨旭, 林梅. 类风湿性关节炎的家庭健康指导 [J]. 科技资讯, 2011,12 :245
- Yang Chen-xu, Lin Mei. Rheumatoid arthritis of the family health guide[J]. Science & Technology Information,2011,12 :245(In Chinese)
- [18] 刘秋红. 中西医结合治疗类风湿性关节炎 34 例临床观察[J].实用临床医药杂志 2009,17:39-40
- Liu Qiu-hong. Integrative Medicine Clinical observation of 34 cases of rheumatoid arthritis [J]. Journal of Clinical Medicine in Practice, 2009,17:39-40(In Chinese)
- [19] 徐春毕, 陆芹, 陆浩惠, 等. 类克在治疗炎症性关节病中的应用护理[J].实用临床医药杂志 2009,16:20-21
- Xu Chun-bi, Lu Qin, Lu Hao-hui, et al. Class of grams in the treatment of inflammatory joint disease in the application of nursing[J]. Journal of Clinical Medicine in Practice,2009,16:20-21(In Chinese)
- [20] 何碧红. 类风湿关节炎患者的护理干预及效果分析[J].中华现代护理杂志 2011,7:788-790
- He Bi-hong. Patients with rheumatoid arthritis and effect of nursing intervention[J]. Modern Nursing,2011,7:788-790(In Chinese)
- [21] 郭粉莲, 李剑松, 叶志中, 等. 中药汽疗对减轻类风湿关节炎疼痛的效果[J].中华现代护理杂志 2009,32 :3387-3388
- Guo Fen-lian, Li Jian-song, Ye Zhi-zhong, et al. Chinese steam treatment to relieve the effects of rheumatoid arthritis pain [J]. Modern Nursing,2009,32 :3387-3388(In Chinese)
- [22] 王英, 奉丽丽, 刁永书等. 类风湿关节炎患者社会支持状况调查分析[J].中华现代护理杂志 2009,18 :1714-1717
- Wang Ying, Feng Li-li, Diao Yong-shu et al. Social support in patients with rheumatoid arthritis Investigation and Analysis[J]. Modern Nursing,2009,18 :1714-1717(In Chinese)
- [23] 王玉冰. 1 例幼年类风湿关节炎并发巨噬细胞活化综合症的护理[J].中华现代护理杂志 2009,10 :990-991
- Wang Yu-bing. 1 case of juvenile rheumatoid arthritis complicated by macrophage activation syndrome care [J]. Modern Nursing,2009,10 : 990-991(In Chinese)
- [24] 李静如. 类风湿关节炎下肢多关节置换的护理[J].中华现代护理杂志 2006,23 :2193-2193
- Li Jing-ru. Rheumatoid arthritis than lower limb joint replacement care[J]. Modern Nursing,2006,23 :2193-2193(In Chinese)