

音乐疗法配合床上呼吸操训练干预腰椎内固定围手术期患者临床观察

曾秀云, 朱丹, 李红梅, 林红连

广东省中医院, 广东 广州 510006

[摘要] 目的: 观察音乐疗法配合床上呼吸操训练对腰椎内固定围手术期患者焦虑及疼痛的影响。方法: 纳入 100 例腰椎内固定手术患者, 采用随机数字表法分为观察组和对照组。对照组给予常规护理, 观察组在常规护理基础上增加音乐疗法并配合床上呼吸操训练。记录 2 组不同时段汉密尔顿焦虑量表 (HAMA) 评分、视觉模拟评分法 (VAS) 评分及不适症状发生情况。结果: 术后 6 h 及术后 1、2、3 天, 2 组 HAMA 评分均较术前 1 天降低 ($P < 0.05$); 观察组术后 6 h 及术后 1、2 天的 HAMA 评分均低于对照组同期 ($P < 0.05$); 2 组术后第 3 天的 HAMA 评分比较, 差异无统计学意义 ($P > 0.05$)。对照组术后 6 h、术后 1 天及观察组术后 6 h 的 VAS 评分均较术前升高 ($P < 0.05$); 2 组术后 2 天及术后 3 天的 VAS 评分均低于术前 1 天 ($P < 0.05$); 术后 6 h 及术后 1、2、3 天, 观察组的 VAS 评分均低于对照组同期 ($P < 0.05$)。术后 3 天, 观察组恶心呕吐、腹胀、失眠及眩晕的发生率均低于对照组, 差异均有统计学意义 ($P < 0.01$)。结论: 音乐疗法配合床上呼吸操训练能有效减轻腰椎内固定术患者的焦虑, 减轻疼痛, 缓解术后的各种不适。

[关键词] 腰椎间盘突出症; 腰椎内固定术; 音乐疗法; 床上呼吸操; 焦虑; 疼痛

[中图分类号] R681.5³ [文献标志码] A [文章编号] 0256-7415 (2017) 08-0142-03

DOI: 10.13457/j.cnki.jncm.2017.08.045

Effect of Music Therapy Combined with Respiratory Exercise on Bed in Intervening Patients with Internal Fixation of the Lumbar Spine

ZENG Xiuyun, ZHU Dan, LI Hongmei, LIN Honglian

Abstract: Objective: To observe the clinical effect of music therapy combined with respiratory exercise on bed in treating pain and anxiety of patients with internal fixation of the lumbar spine. Methods: Selected 100 patients with internal fixation of the lumbar spine and divided them into the observation group and the control group, according to random table method. The control group was given routine treatment, while the observation group was given music therapy combined with respiratory exercise on bed on the basis of the treatment of the control group. Recorded Hamilton depressive scale (HAMD) score and visual analogue scale (VAS) score and incidence of discomfort of the two groups in different period. Results: Six hours, one day and two days or three days after operation, HAMA scores of the two groups were all lower than those one day before treatment ($P < 0.05$). Six hours, one day and two days after operation, HAMA scores of the observation group were all lower than those of the control group in the same period ($P < 0.05$). There was no significant difference in HAMA scores of the two groups three days after operation ($P > 0.05$). Six hours, one day after operation, VAS scores of the control group were both higher than those before treatment; six hours after operation, the scores of the observation group were higher than those before treatment ($P < 0.05$). Two days or three days after operation, VAS scores of the two groups were all lower than those one day before treatment ($P < 0.05$); six hours, one day and two days or three days after operation, VAS scores of the observation group were all lower than those of the control group ($P < 0.05$). After three days of operation, incidence of nausea and vomiting, abdominal distension, insomnia and vertigo of the observation group were all lower than those of observation group, the differences being significant ($P < 0.01$). Conclusion: Music therapy combined with respiratory exercise on bed can effectively improve anxiety, pain, and discomfort of patients with internal fixation of the lumbar spine.

[收稿日期] 2017-02-28

[作者简介] 曾秀云 (1973-), 女, 副主任护师, 主要从事骨科护理工作。

Keywords: Lumbar disc herniation; Internal fixation of the lumbar spine; Music therapy; Respiratory exercise on bed; Anxiety; Pain

腰椎间盘突出症是一种常见病、多发病,随着人口老龄化加剧,腰椎间盘突出症患者日益增多。目前,腰椎内固定术是治疗腰椎间盘突出症的常用方法,但手术前后会引起患者强烈的心理应激反应,最常见的是焦虑反应^[1~2]。导致患者产生焦虑的主要原因为手术时间长、风险大、治疗费用高等。笔者采用音乐疗法配合床上呼吸操训练对患者进行干预,可减轻腰椎内固定围手术期患者的焦虑及疼痛程度,现报道如下。

1 临床资料

选取本院骨科2014年6月—2015年6月收治的100例行腰椎内固定手术的患者,其中男48例,女52例;年龄18~80岁,平均(62.59±20.74)岁,按随机数字表法分为观察组和对照组各50例。2组性别、年龄等一般资料比较,差异均无统计学意义($P>0.05$),具有可比性。纳入标准:①诊断为腰椎间盘突出症,并行腰椎内固定术治疗的患者;②年龄18~85岁;③腰椎内固定手术后四肢活动正常的患者。排除标准:①老年痴呆患者;②有智力障碍的患者;③有脊髓神经损伤的患者;④有胸、腹及四肢外伤的患者;⑤有严重心肺疾病的患者。

2 护理方法

2.1 对照组 行常规护理,术前解释手术的目的、具体过程,可能出现的不适症状及应对方法,术后嘱患者放松心情,指导患者做蹬腿运动及踝泵运动。

2.2 观察组 在常规护理基础上实施音乐疗法配合床上呼吸操训练。由经过规范培训的专科护士向患者讲解本次研究的目的及意义,以取得患者配合,在播放班得瑞轻音乐的同时指导患者行床上呼吸操训练。①腹式呼吸训练:嘱患者全身放松平躺在床上,先用鼻吸气,缓慢放松腹部,使腹部逐渐鼓起,然后缓慢呼气,收紧腹部,将空气从肺部排出,训练时吸、呼比为1:2,连续做20次;②上肢运动配合腹式呼吸:吸气时双上肢屈曲,呼气时双上肢向上伸举,连做20次;③蹬腿运动配合腹式呼吸:屈膝时吸气,蹬腿时呼气,左右交替,连做20次;④踝泵运动配合腹式呼吸:双脚并拢,吸气时足背向上勾起,呼气时足背下压,连做20次。术前1天下午开始实施第1次,术后6h实施第2次,术后1~3天早晚各1次。

3 观察指标与统计学方法

3.1 观察指标 ①记录2组不同时段汉密尔顿焦虑量表(HAMA)评分,采用0~4分的5级评分法,量表共14项,总分0~56分,分值越高表示焦虑状况越重。②记录2组不同时段的视觉模拟评分法(VAS)评分,0分代表无痛,10分代表难以忍受的剧烈疼痛,让患者选取代表疼痛程度的评分。③统计术后恶心呕吐、腹胀、失眠及眩晕的发生情况。

3.2 统计学方法 采用SPSS16.0统计学软件分析数据。计量资料以($\bar{x}\pm s$)表示,采用 t 检验;计数资料以率(%)表示,采用 χ^2 检验。 $P<0.05$ 表示差异有统计学意义。

4 干预结果

4.1 2组干预前后HAMA评分比较 见表1。术前1天,2组HAMA评分比较,差异无统计学意义($P>0.05$);术后6h及术后1、2、3天,2组HAMA评分均较术前1天降低($P<0.05$);观察组术后6h及术后1、2天的HAMA评分均低于对照组同期($P<0.05$);2组术后第3天的HAMA评分比较,差异无统计学意义($P>0.05$)。

表1 2组干预前后HAMA评分比较($\bar{x}\pm s, n=50$) 分

组别	术前1d	术后6h	术后1d	术后2d	术后3d
对照组	16.62±4.25	10.78±4.80	8.98±4.45	6.42±3.65	4.22±2.77
观察组	16.26±3.50	8.24±2.37	5.44±1.54	4.66±1.72	3.96±2.56

与同组术前1天比较,① $P<0.05$;与对照组术后同期比较,② $P<0.05$

4.2 2组干预前后VAS评分比较 见表2。术前1天,2组VAS评分比较,差异无统计学意义($P>0.05$)。对照组术后6h、术后1天及观察组术后6h的VAS评分均较术前升高($P<0.05$);2组术后2天及术后3天的VAS评分均低于术前1天($P<0.05$);术后6h及术后1、2、3天,观察组的VAS评分均低于对照组同期($P<0.05$)。

表2 2组干预前后VAS评分比较($\bar{x}\pm s, n=50$) 分

组别	术前1d	术后6h	术后1d	术后2d	术后3d
对照组	2.48±1.78	5.18±1.41	3.46±0.79	2.20±0.64	1.32±0.79
观察组	2.44±1.42	4.56±1.28	2.96±0.95	1.82±0.69	1.12±0.72

与同组术前比较,① $P<0.05$;与对照组术后同期比较,② $P<0.05$

4.3 2组术后不适症状发生率比较 见表3。术后3天,观察组恶心呕吐、腹胀、失眠及眩晕的发生率均低于对照组,差异均有统计学意义($P<0.01$)。

表3 2组术后不适症状发生率比较 例(%)

组别	n	恶心呕吐	腹胀	失眠	眩晕
对照组	50	37(74.0)	20(40.0)	39(78.0)	35(70.0)
观察组	50	7(14.0)	4(8.0)	6(12.0)	5(10.0)

与对照组比较,① $P<0.01$

5 讨论

人之七情分为怒、喜、思、悲、忧、恐、惊,《素问·阴

阳应象大论》指出：“肺在志为忧，忧伤肺”^[3]。焦虑在七情中属忧的范畴，而“肺主气，司呼吸，朝百脉，主治节”，人体全身血脉均汇聚于肺，并通过呼吸进行体内外气体交换。若肺气瘀阻，可引起血脉运行不畅，严重者会导致血脉瘀滞。“气虚血瘀，本虚标实”是椎间盘退变的根本原因，气虚则推动无力，血瘀则滞而不行，引起疼痛。腰椎内固定手术创伤大、耗时长、费用高，术后患者因疼痛，担心伤口愈合不好等原因而不愿活动，导致全身肌肉酸痛、萎缩。有研究指出，当情志过激，超过人体的正常耐受程度时就会引起气机紊乱，脏腑阴阳气血失调，导致疾病发生或使病情加重^[4]。

音乐疗法是指科学系统的运用音乐特性对人的影响，协助个人在疾病和残障过程中达到生理、心理及情绪整合，并通过艺术感染力以及音乐特有的物理特性、特定的频率等影响人们的生活节奏，从而在心理和精神方面对医疗起到一定的辅助作用^[5]。温秀芬等^[6]认为音乐可以刺激大脑听觉中枢引起兴奋，从而抑制相邻的痛觉中枢，并刺激脑垂体分泌具有镇痛作用的吗啡肽，从而减轻疼痛感受。Mayor S^[7]研究表明，患者在围手术期听音乐可降低疼痛和焦虑状况，减少镇痛药物的使用，改善睡眠质量。本研究在采用音乐疗法的同时，配合床上呼吸操对患者进行干预，所采用的床上呼吸操以腹式呼吸为主，四肢运动为辅。腹式呼吸可扩大肺活量，改善心肺功能，减轻因麻醉方式带来的不适，预防肺炎的发生，同时腹式呼吸通过对腹部脏器的按摩也可改善脾胃功能，减轻恶心呕吐、腹胀等症状，而辅助的四肢运动又可缓解肌肉紧张感，预防肌肉萎缩。

本研究结果显示，观察组患者术后各时段的焦虑评分均低于对照组($P < 0.01$)，提示音乐疗法配合床上呼吸操训练能有效缓解患者的焦虑状况。术后3天，患者身体机能逐渐恢复，术后不适症状明显减轻，焦虑感也显著降低，此时2组患者

的焦虑评分比较无差异($P > 0.05$)。术后6h，由于患者处于应激状态，且刚从麻醉中恢复，因此2组VAS评分均高于术前1天，但观察组患者干预2天后疼痛情况均轻于对照组($P < 0.05$)，且术后不适症状发生率也低于对照组($P < 0.05$)。表明音乐疗法配合床上呼吸操训练可以降低患者的术后疼痛感及减轻术后不适症状。本研究采用音乐疗法配合床上呼吸操训练对腰椎内固定围手术期患者进行干预，可有效缓解患者的焦虑感及术后疼痛程度，改善术后失眠及胃肠道不适等症状。

[参考文献]

- [1] 田琛妍, 蒋巍, 孙剑, 等. 焦虑情绪对腰椎间盘突出症手术疗效的影响[J]. 医学临床研究, 2014, 31(12): 2367-2368.
- [2] 刘中浩, 王其艳, 邢德国, 等. 腰椎间盘突出症患者术前焦虑与术后恢复的关系[J]. 中国心理卫生杂志, 2009, 23(6): 394-397.
- [3] 滕晶, 齐向华. 中医情志致病学说浅谈[J]. 中医药临床杂志, 2007, 19(3): 301-302.
- [4] 蒋巧娣. 运用中医情志理论实施对骨科患者的心理护理[J]. 中外医学研究, 2010, 8(26): 57-58.
- [5] 郑小金, 李秀莲, 敖兵, 等. 音乐干预对甲状腺瘤切除术患者的影响[J]. 现代临床护理, 2007, 6(3): 11-13.
- [6] 温秀芬, 陈云超, 张晖, 等. 放松训练联合音乐疗法在局麻手术病人中的应用研究[J]. 护士进修杂志, 2014, 29(19): 1733-1735.
- [7] Mayor S. Listening to music helps reduce pain and anxiety after surgery, review shows [J]. BMJ, 2015, 351: h4398.

(责任编辑: 吴凌, 刘迪成)