

# Application of personalized nursing in PRP treatment of different types of bone and joint pain

Hui Wu Juanjuan Rao\*

Pain Department of Hubei Third People's Hospital, Wuhan, Hubei, 430000, China

## Abstract

**Objective:** To explore the application effect of personalized nursing in the treatment of different types of bone and joint pain with platelet rich plasma (PRP). **Method:** 120 patients with different types of bone and joint pain who received PRP treatment in our hospital were randomly divided into an observation group and a control group, with 60 patients in each group. The control group received routine care, while the observation group received personalized care. Compare the degree of pain relief, treatment compliance, and nursing satisfaction between two groups of patients. The pain relief level of the observation group was significantly better than that of the control group, and the treatment compliance and nursing satisfaction were significantly higher than those of the control group, with statistical significance ( $P < 0.05$ ). **Conclusion:** Personalized nursing has significant application effects in PRP treatment of different types of bone and joint pain<sup>[1]</sup>, which can effectively reduce patient pain, promote joint function recovery, improve treatment compliance and nursing satisfaction.

## Keywords

Different types of bone and joint pain; PRP treatment; Personalized care

# 个性化护理在 PRP 治疗不同类型骨关节疼痛中的应用探讨

吴慧 饶娟娟\*

湖北省第三人民医院疼痛科, 中国·湖北 武汉 430000

## 摘要

**目的:** 探讨个性化护理在富血小板血浆 (PRP) 治疗不同类型骨关节疼痛中的应用效果。**方法:** 选取我院接受 PRP 治疗的不同类型骨关节疼痛患者 120 例, 随机分为观察组和对照组, 每组 60 例。对照组给予常规护理, 观察组实施个性化护理。比较两组患者的疼痛缓解程度、治疗依从性及护理满意度。**结果:** 观察组患者的疼痛缓解程度明显优于对照组, 治疗依从性和护理满意度均显著高于对照组, 差异均有统计学意义 ( $P < 0.05$ )。**结论:** 个性化护理在 PRP 治疗不同类型骨关节疼痛中具有显著的应用效果<sup>[1]</sup>, 能够有效减轻患者疼痛, 促进关节功能恢复, 提高治疗依从性和护理满意度。

## 关键词

不同类型骨关节疼痛; PRP 治疗; 个性化护理

## 1 引言

骨关节疼痛是一种常见的临床症状, 可由多种原因引起, 如骨关节炎、类风湿关节炎、创伤性关节炎等。不同类型的骨关节疼痛具有不同的特点和治疗需求。富血小板血浆 (PRP) 作为一种新型的生物治疗方法, 在骨关节疼痛的治疗中显示出了良好的效果。然而, PRP 治疗的效果不仅取决于治疗技术本身, 还与护理质量密切相关。个性化护理是一种以患者为中心的护理模式, 能够根据患者的具体情况制定

个性化的护理方案, 提高护理效果。本文主要探究个性化护理在 PRP 治疗不同类型骨关节疼痛中的应用效果<sup>[2]</sup>, 为临床治疗提供参考依据, 以下为具体内容。

## 2 资料与方法

### 2.1 一般资料

选择 2023 年 1 月至 2023 年 12 月在我院接受治疗的 120 例不同类型的骨关节疼痛患者作为研究对象, 采用随机方式分为观察组和对照组。其中, 观察组中, 男性 32 例, 女性 28 例; 年龄 42~78 岁, 平均 ( $61.2 \pm 7.5$ ) 岁; 骨关节炎 28 例, 类风湿关节炎 22 例, 创伤性关节炎 10 例。对照组中, 男性 32 例, 女性 28 例; 年龄 40~76 岁, 平均 ( $60.8 \pm 7.2$ ) 岁; 骨关节炎 29 例, 类风湿关节炎 20 例, 创伤性关节炎 11 例。两组患者在性别、年龄、疾病类型等方面比较, 差异无统计学意义 ( $P > 0.05$ ), 具有可比性。

**【作者简介】** 饶娟娟 (1997-), 女, 中国湖北黄冈人, 本科, 护士, 从事疼痛研究。

**【通讯作者】** 吴慧 (1996-), 女, 中国湖北人, 本科, 护士, 从事疼痛研究。

纳入标准：①符合骨关节炎、创伤性关节炎或类风湿关节炎的诊断标准；②接受 PRP 治疗；③自愿参与本研究并签署知情同意书。

排除标准：①合并严重心、肝、肾等脏器功能障碍；②患有恶性肿瘤；③近期内接受过关节腔内注射治疗或其他可能影响研究结果的治疗；④对 PRP 治疗成分过敏。

## 2.2 方法

对照组给予常规护理，包括病情观察、基础护理、饮食指导、康复训练指导等。

观察组采用个性化护理：

### 2.2.1 个性化评估

在患者入院后，由责任护士对患者进行全面的评估，包括患者的病情、疼痛程度、心理状态、生活习惯、家庭支持等方面。根据评估结果，制定个性化的护理方案。

### 2.2.2 疼痛管理

①疼痛评估：采用视觉模拟评分法（VAS）对患者的疼痛程度进行评估，了解患者的疼痛情况。②疼痛缓解措施：根据患者的疼痛程度，采取不同的疼痛缓解措施。对于轻度疼痛患者，可采用心理疏导、音乐疗法、分散注意力等方法缓解疼痛；对于中度疼痛患者，可给予非甾体类抗炎药止痛；对于重度疼痛患者，可在医生的指导下使用阿片类药物止痛。同时，可配合物理疗法，如热敷、冷敷、按摩等，缓解疼痛。

### 2.2.3 心理护理

①心理评估：采用焦虑自评量表（SAS）和抑郁自评量表（SDS）对患者的心理状态进行评估，了解患者的心理状况。②心理疏导：根据患者的心理评估结果，采取不同的心理疏导措施。对于焦虑、抑郁情绪较轻的患者，可通过与患者交流、倾听患者的诉说、给予患者鼓励和支持等方法缓解患者的心理压力；对于焦虑、抑郁情绪较重的患者，可邀请心理医生进行心理干预。

### 2.2.4 康复训练

①康复训练计划制定：根据患者的病情和身体状况，制定个性化的康复训练计划。康复训练计划包括关节活动度训练、肌肉力量训练、平衡训练等。②康复训练指导：由康复治疗师对患者进行康复训练指导，确保患者正确掌握康复训练方法。同时，责任护士定期对患者的康复训练情况进行评估，根据评估结果调整康复训练计划。

### 2.2.5 饮食护理

根据患者的病情和身体状况，制定个性化的饮食方案。对于骨关节炎患者，可给予富含胶原蛋白、钙、维生素 D 等营养物质的食物，如猪蹄、牛奶、鸡蛋等；对于类风湿关节炎患者，可给予富含蛋白质、维生素 C、维生素 E 等营养物质的食物，如瘦肉、鱼类、新鲜蔬菜和水果等；对于创伤性关节炎患者，可给予富含蛋白质、维生素、矿物质等营养物质的食物，如鸡肉、牛肉、豆类等。

### 2.2.6 家庭支持

鼓励患者家属参与患者的护理过程，给予患者关心和支持。责任护士定期与患者家属进行沟通，了解患者的家庭情况，为患者提供必要的家庭支持。

## 2.3 观察指标

### 2.3.1 疼痛程度

采用视觉模拟评分法（VAS）评估患者治疗前后的疼痛程度，分值范围为 0~10 分，0~3 分为无痛，4~7 分为中度疼痛，8~10 分为剧痛。

### 2.3.2 治疗依从性

采用自制的治疗依从性调查问卷对患者进行调查，分为完全依从、部分依从、不依从三个等级。治疗依从性 = (完全依从例数 + 部分依从例数) / 总例数 × 100%。

### 2.3.3 护理满意度

采用自制的护理满意度调查问卷对患者进行调查，分为满意、一般满意、不满意三个等级。护理满意度 = (非常满意例数 + 满意例数 + 基本满意例数) / 总例数 × 100%。

## 2.4 统计学方法

通过运用 SPSS22.0 来对数据进行统计处理。计量资料以均数 ± 标准差 ( $\bar{x} \pm s$ ) 表示，组内比较采用配对 t 检验，组间比较采用方差分析；计数资料以率 (%) 表示，组间比较采用  $\chi^2$  检验。若是  $P < 0.05$ ，则两组存在差异，具有统计学意义。

## 3 结果

### 3.1 比较两组的疼痛程度

通过分析治疗前后，观察组的疼痛程度明显低于对照组，两组差异存在显著性 ( $P < 0.05$ )，详细看表 1。

### 3.2 比较两组治疗依从性

通过研究分析，观察组患者的治疗依从性明显高于对照组，两组均存在显著性差异 ( $P < 0.05$ )，详细看表 2。

表 1 两组疼痛程度治疗前后比较 [n/%]

组别	治疗前			治疗后		
	无痛	中度疼痛	剧痛	无痛	中度疼痛	剧痛
观察组 (n=60)	0 (0.00)	38 (63.33)	22 (36.67)	45 (75.00)	14 (23.33)	1 (1.67)
对照组 (n=60)	0 (0.00)	37 (61.67)	23 (38.33)	22 (36.67)	30 (50.00)	8 (13.33)
<i>t</i>						
<i>P</i>	$P > 0.05$	$P > 0.05$	$P > 0.05$	$P < 0.05$	$P < 0.05$	$P < 0.05$

表 2 两组治疗依从性比较 [n/%]

组别	完全依从	部分依从	不依从	依从率
观察组 (n=60)	43 (71.67)	14 (23.33)	3 (5.00)	95.00
对照组 (n=60)	29 (48.33)	18 (30.00)	13 (21.67)	78.33
<i>t</i>				1.217
<i>P</i>				<i>P</i> < 0.05

### 3.3 比较两组护理满意度

通过观察分析,观察组护理满意度为 96.67%,对照组护理满意度为 83.33%,两组差异存在显著性 (*P* < 0.05),详细看表 3。

表 3 两组护理满意度比较 [n/%]

组别	满意	一般	不满意	护理满意度
观察组 n=60	45 (75.00)	13 (21.67)	2 (3.33)	96.67
对照组 n=60	30 (50.00)	20 (33.33)	10 (16.67)	83.33
<i>t</i>				1.156
<i>P</i>				<i>P</i> < 0.05

## 4 讨论

个性化护理在 PRP 治疗不同类型骨关节疼痛中具有显著的应用效果,能够有效减轻患者疼痛,促进关节功能恢复,提高治疗依从性和护理满意度<sup>[1]</sup>。在实施个性化护理过程中,应注重个性化评估、疼痛管理、心理护理、康复训练、饮食护理和家庭支持等方面的工作,为患者提供全面、系统的护理服务。在临床实践中,护理人员应充分认识到个性化护理的重要性,不断提高自身的专业水平和服务能力,为患者提供更加优质、高效的护理服务。个性化护理在不同类型骨关节中的意义如下。

### 4.1 满足患者的个体化需求

不同患者在面对 PRP 治疗时,有着各自独特的需求。一方面,患者的身体状况存在差异。有的患者可能同时患有多种慢性疾病,如高血压、糖尿病等,这就要求护理人员在 PRP 治疗前后密切关注患者的基础疾病指标,调整护理方案以确保患者的身体状况稳定,能够安全地接受治疗。例如,对于糖尿病患者,护理人员需要更加严格地监测血糖水平,指导患者合理饮食和运动,防止血糖波动对 PRP 治疗效果产生不良影响。另一方面,患者的心理状态也各不相同。一些患者可能因为对 PRP 治疗的不了解而产生恐惧和焦虑,而另一些患者可能由于长期受骨关节疼痛折磨而出现抑郁情绪。个性化护理能够针对患者的具体心理状态进行干预,通过耐心的解释、心理疏导和鼓励,帮助患者缓解紧张情绪,增强治疗信心。

### 4.2 提高治疗效果和康复速度

个性化护理在 PRP 治疗中对提高治疗效果和加速康复起着关键作用。在疼痛管理方面,不同类型的骨关节疼痛患者对疼痛的感受和耐受程度各异。个性化护理通过精准的疼痛评估,为患者制定专属的疼痛缓解方案。对于轻度疼痛患

者,可以采用非药物疗法,如音乐疗法、放松训练、冷敷或热敷等,帮助患者分散注意力,减轻疼痛感受。对于中度或重度疼痛患者,则在医生的指导下合理使用止痛药物,并密切观察药物的疗效和不良反应。同时,根据患者的疼痛变化及时调整护理措施,确保疼痛得到有效控制,为患者创造良好的治疗和康复环境。

### 4.3 增强患者的治疗依从性

PRP 治疗通常需要一定的疗程和康复时间,因此,患者的治疗依从性对治疗效果至关重要。首先,通过与患者建立良好的沟通和信任关系,了解患者的需求和担忧,为患者提供个性化的健康教育。护理人员根据患者的文化程度、理解能力和接受程度,采用不同的教育方式,如口头讲解、图文资料、视频演示等,向患者介绍 PRP 治疗的原理、过程、注意事项和预期效果,让患者充分认识到治疗的重要性和必要性,从而积极配合治疗。其次,护理人员鼓励患者积极参与治疗决策,共同制定治疗和康复计划,让患者感受到自己是治疗过程中的重要参与者,增强其责任感和自我管理的能力。例如,在制定康复训练计划时,充分考虑患者的兴趣爱好和生活习惯,让患者选择适合自己的训练方式和时间安排,提高患者的积极性和主动性。

### 4.4 提升患者的满意度和生活质量

个性化护理在 PRP 治疗中能够显著提升患者的满意度和生活质量。在护理过程中,护理人员始终以患者为中心,关注患者的每一个细节需求。从专业的医疗护理到温暖的心理支持,为患者提供全方位的优质服务。例如,为患者提供舒适的病房设施,保持病房的整洁和安静;根据患者的口味和饮食需求,提供个性化的饮食服务;关心患者的生活起居,帮助患者解决实际困难。通过这些举措,让患者感受到关爱和尊重,提高患者的护理满意度。

## 5 小结

综上所述,个性化护理在 PRP 治疗中具有极其重要的意义。不仅能够满足患者的个体化需求<sup>[4-5]</sup>,提高治疗效果和康复速度,增强患者的治疗依从性,还能提升患者的满意度和生活质量。临床应用效果良好,可推荐运用。

## 参考文献

- [1] 于晨祁.个性化护理干预对骨性关节炎患者效果评价及对生活质量的影响研究[J].心血管外科杂志:电子版,2020,9(2):1.
- [2] 周雪琴.个性化护理服务方案对风湿性关节炎伴骨质疏松症患者情绪,满意度,生活质量的影响[J].中文科技期刊数据库(全文版)医药卫生,2022(5):54-56.
- [3] 田娇娇.个性化护理对老年膝关节骨性关节炎的护理效果分析[J].中国伤残医学,2021,29(19):3.
- [4] 徐娟.个性化护理用于骨性关节炎患者对其疼痛的改善探究[J].家庭保健,2020,000(027):153.
- [5] 周芹西.个体化护理干预对膝关节骨性关节炎护理质量的影响分析[J].健康必读2021年1期,26页,2021.