

# 护理老年骨质疏松性骨折 ——护士压力源相关因素调查分析及对策

徐艳

中图分类号: R473 文献标识码: A 文章编号: 1006-7108(2012)12-1164-04

**摘要:** 目的 随着生物-心理-社会医学模式的转变,全新护理老年骨质疏松性骨折对骨科护士身心健康所造成的压力及危害的压力源,为骨科护士减轻压力、提高护士生活质量提供依据。**方法** 自行设计骨科临床一线护士压力源调查表进行调查。调查表包括5个方面共13种压力源,在相对范围内对80%以上护士造成压力的压力源作为共同压力源。**结果** 骨科临床一线护士共同压力源来自超负荷及紧张的工作状态,工作量大,护理人员紧缺,医院优质护理服务要求严格,注重专科内涵,社会支持保障不足,年轻护士专科知识不过硬,心理,自我提升(考试、晋升、考核),家庭社会,以及工作环境压力等。**结论** 医院护理管理者在注重提高优质护理服务质量的同时,必须关注护士的身心健康,制定有效的减压措施,以维护骨科护理队伍的稳定。

**关键词:** 骨质疏松性骨折;护士;压力源;减压

**Nursing of senile osteoporotic fractures: investigation and analysis of related factors of nurse pressure sources and strategy** XU Yan. Department of Nursing, The Second People's Hospital of Huai'an, Huai'an 223002, China

Corresponding author: XU Yan, Email: haeyhlby@163.com

**Abstract: Objective** With the change of bio-psycho-social medical model, the new nursing of senile osteoporotic fractures causes the pressure source of physical and mental health harm for nurses. Evidence is provided for reducing stress and improving their life quality of the nurses. **Methods** A survey was conducted in the nurses working at the first line in the Department of Orthopedics using a self-designed questionnaire about pressure sources. The questionnaire included 13 kinds of pressure sources in 5 aspects. Common pressure sources were recognized when they were acknowledged by more than 80% nurses. **Results** The common pressure sources of nurses working at the first line in the Department of Orthopedics included stress from overload, tense working state, large workload, the shortage of nurses, strict requirements of hospital quality care, focusing of specialty connotation, insufficient social support, lack of specialist knowledge in the young nurses, psychology, self-improvement (examination, promotion, evaluation), family and society, and the pressure of work environment. **Conclusion** At the same time when hospital nursing managers focus on improving the quality of nursing service, they must pay attention to the physical and mental health of nurses, and make effective relief measures, in order to maintain the stability of nursing team in the Department of Orthopedics.

**Key words:** Osteoporotic fracture; Nurse; Pressure source; Decompression

骨质疏松症是老年人的一种常见病、多发病。它是骨组织显微结构受损,骨矿物质成分和骨基质比例不断减少,骨脆性增加和骨折危险度升高的一种全代谢性疾病<sup>[1]</sup>。骨质疏松性骨折是骨质疏

松症最严重的后果,被称为骨衰竭。导致患者被迫卧床,生活不能自理,继发性引起栓塞性疾病引发心脑血管疾病<sup>[2]</sup>。随着人们对健康的要求不断提高,为进一步贯彻落实卫生部关于公立医院改革的要求,全面加强临床护理工作,深化延展专业内涵,促进优质护理服务可持续发展<sup>[3]</sup>。全新的模式不仅要求护士帮助患者恢复健康,还要帮助和指导健康

人群维护健康。人们的健康需求和维权意识不断提高,法律意识增强,医患纠纷、护患纠纷、医护矛盾日益增加。为了自我保护,要求护士必须按规范化要求不断完善繁琐而复杂的护理工作,而我院骨科护士的配置又存在严重不足的问题,护士面临着各种压力,长时间过大的心理压力会诱发许多心身疾病,引起心身耗竭综合征、工作疲劳感和焦虑等疾病<sup>[4]</sup>。诸如:高血压、月经不调、失眠、胃病等疾病。这些疾病严重影响了护士的身心健康和工作效率,也导致大量护士流失。2011年8月~2012年8月,笔者对我院骨1-骨2进行调查,护士的共同压力源,旨在为护士减压提供依据。

## 1 对象与方法

### 1.1 调查对象

以我院骨1病区、骨2病区从事临床一线的30名女护士作为研究对象,平均年龄26.5岁,20~28岁22人,30~48岁8人;已婚12人,未婚18人;工龄0~5年8人,6~10年14人,11~25年8人,本科9人,大专16人,中专/大专在读5人。骨科平均床位60张,床:护为1:0.25。住院周转率平均67.3%,病床使用率96.5%,患者平均住院11天。每科年均接治患者6900例次左右,年均手术4200例次左右。

### 1.2 调查方法

**1.2.1 调查工具:**研究者分别在骨1病区和骨1病区中选择部分低年资、中年资、高年资护士进行交谈,让她们在没有顾虑的情况下说出对自己造成压力的压力源、心情不畅的原因及存在的健康问题等。将访谈收集到的资料进行归类分项。参考我国学者对项目的筛选方法和标准,采用分析法筛选相关项目<sup>[5]</sup>自行设计骨科临床一线护士压力源调查表,此调查表主要内容包括5个方面共13个压力源。调查表Cronbach S a 0.933;采用主观分析法来检验量表的表面效度,在问卷调查前请有关专家和一线工作人员审阅调查表,均认为13个压力源反应的是同一调查主题,调查表具有较好的表面效度。

**1.2.2 调查方法:**采用访谈法进行调查。设定访谈大纲,以半结构性的深入访谈方式收集资料。预先设计访谈提纲,作为访谈的指引,避免因遗漏而影响资料收集的完整性和准确性<sup>[6]</sup>。2011年8月~2012年8月,由研究者将此表30份发至骨科护士手中,采用统一调查语,注意避免暗示,所有问卷力求护士本人填写,填写完毕当场收回,30份均有效收回。

**1.2.3 调查对象的伦理问题:**为保护被访谈者的隐私,研究者遵循知情同意原则,在访谈前向被访谈者讲明研究的内容、目的、方法,承诺用编码代替姓名,以保护隐私,取得他们的理解和配合。

**1.2.4 资料收集:**研究者与被访谈者共同商议访谈地点,选择双方交谈方便、不受干扰的地方面谈,并经被访谈者同意采取现场录音。在访谈中,根据被访谈者的意愿采用访谈录音、笔录和及时回忆的方法对访谈内容进行记录,尤其注意观察和记录被访谈者的表情、语速、语调等的变化,同时对其感受或观点进行及时澄清、确认,不断循环的提问和证实,以保证资料的准确性,如此循环直至饱和。

**1.2.5 资料分析:**访谈后的资料均以被访谈者的编码进行整理,反复阅读记录,并力求使自己沉浸在资料中,从参与者的观点来看问题,对被访谈者的谈话内容及当时的表达方式进行细致地分析,深入理解资料的含义。经过整理后的材料通过自省、比较、归纳,采用类属分析法,形成并提炼主题。

## 2 结果

对调查表中打“√”的各个项目的数量进行统计,相对范围内>85%的项目共12项,骨科护士面临的共同压力源,见表1。

表1 骨科护士面临的共同压力源(n=30)

压力源	人数	百分率(%)
工作压力		
工作量	28	95.0
轮夜班	28	95.0
生活无规律	24	80.0
专科知识不过硬	20	66.0
急救技能知识不过硬	25	83.0
书写急救护理记录	27	90.0
心理压力		
视力下降	4	13.0
为上级领导、熟人操作	24	80.0
情绪压力		
医护奖金分配不合理	100	100.0
自我提升压力		
考试、晋升、考核	24	80.0
家庭社会压力		
地位低,找男朋友难	16	53.0
孩子上学需照顾	9	30.0

## 3 讨论

### 3.1 结果分析

(1)工作压力源及其危害:结果显示,96.0%的护士认为“工作量大”。首先是工作繁杂,骨科护

士,除了执行医嘱、书写护理病历、基础护理、专科护理、健康教育、出院指导外,还兼有电子医嘱、领药摆药发药、取标本送检、送患者做辅助检查、保洁等杂务工作;尤其在开展优质服务后,又增加诸多服务项目。其次是护士配置少,远不能满足患者需求。再次是优质护理要求规范,为了避免发生护患纠纷,护理工作必须按规范化要求进行。最后是用药不合理,静脉输液成为常规治疗。如此超负荷的护理工作,且生活无规律,又无法正常安排休息,时常加班加点,导致护士身心疲惫,注意力分散,执行医嘱时张冠李戴<sup>[7]</sup>。技术方面的压力源及其危害:很多年轻护士都害怕为患者行静脉穿刺。患者要求护士穿刺成功能一针见血,故对穿刺技术不过硬的新护士,便造成压力,尤其是晚上单独值班。急救方面专科知识的压力源及其危害:85.0%以上的护士害怕重危患者,更担心书写重危患者的护理记录。因为骨科抢救患者时人手显得非常不够,且急救技术不熟悉,所以急救时常手忙脚乱。这无形中给护士带来压力,致使护士在有无患者的情况下都感到高度紧张。这些压力源的长期作用便威胁到护士的身心健康。(2)心理压力源及其危害:本次结果显示,4名40岁以上护士感到视力下降成为自己工作的障碍,也因此造成压力。(3)不良情绪的压力源及其危害:一方面,来自治疗方面的压力;另一方面,医院对护士不重视,医护奖金分配不合理,同一科室,主管护师所得奖金不如刚毕业医生的奖金,导致护士工作时心情不舒畅。护士在高压环境下得不到劳动付出后应得的合理报酬,而医院也忽视了护士的心理需求和心理健康问题,造成了护士心理健康问题的恶性循环。(4)自我提升方面的压力源及其危害:83.0%护士认为,参加工作后,因工作繁忙、家务事多和孩子的管教问题等,学习便成了苦差事,但又不得不为了学历、晋升而应付各种考试;而护士的最初学历大都是中专,故一生中都在为学历、晋升、年终考核不停地考试;每到考试考核时护士高度紧张,尤其是年轻护士,常常胆战心惊,甚至出现失眠、胃纳差、月经不调等身心健康问题。(5)社会家庭压力:未婚护士认为护士地位低难找男朋友,也时常为此心情不畅,郁闷不安;已婚护士因受收入低、住房及孩子教育等问题的长期困扰,也影响了身心健康。

### 3.2 护理对策

护理管理者在注重提高护理质量的同时,建议从以下几个方面释放护士的压力,维护护士的身心  
万方数据

健康。在病房护理工作中:(1)取得领导的重视和后勤的支持,减少不属于护理专业的杂务工作,减少体力消耗,把时间还给护士,保证晚班后能安排休息,恢复体力。由此提高护理质量,减少护理差错。加强后勤支持系统,减少护士从事非护理工作量,增加护士编制,以缓解护士工作压力。(2)充分利用计算机网络和自动化仪器设备,加强护理职业规范,减轻工作负担。配备先进的仪器设备,提高机械化程度,高效率地开展护理工作。(3)护士长弹性排班,合理增加人员配置,必要时制定弹性排班制,增加中午班、夜班人员,以减轻护士的体力消耗,缓解心理压力,以免护士长期超负荷工作,减少体力消耗,减轻心理压力。突发事件发生时,尽快稳定护士情绪、维护护士自尊心,在不影响工作的前提下,护士长可安排其休息或暂时调换较轻松的工作,以缓解护士的身心疲劳。(4)适时帮助护士减轻和消除压力:护理管理者要积极引导护士正确对待各种压力,关心护士冷暖,还要通过各种沟通途径针对不同年龄段和不同情况下护士的心态,给予及时疏导,使护士的心理压力有机会释放,以保持心理平衡。当护士有负面情绪又无法解除时,要帮助她们寻找正确的宣泄方式和寻求外在支持。如向家人、亲朋好友倾诉。(5)加强护理急救技能操作培训和护士专科知识培训,熟练掌握常规操作技能和急救技术。有了过硬的技术和专科知识,工作起来就轻松愉快,既能提高工作效率,又能提高生活质量。(6)充分调动高年资护士工作积极性,让她们感到自己有用武之地,有受人尊重的荣誉感。(7)改善工作环境,加强职业防护,减少职业暴露,确保护士安全。(8)提高护士的社会支持度,稳定护士情绪。护士的不良情绪是诱发各种护理差错不可忽视的重要因素,会导致注意力不集中,对患者态度粗暴,无端发脾气,甚至发生护患纠纷,给患者带来不安全感或对护士身心产生不利影响<sup>[8]</sup>。(9)提高护士的薪酬待遇,让社会和医院管理者都来理解关心护士,减轻护士的压力。(10)护士在工作之余学会自我放松,如进行深呼吸训练,看轻松的节目,听音乐或旅游等。护士在工作中要善于调整自己的心态,学会有计划的工作,巧妙交替脑力和体力劳动,记住以往的教训,尽量不犯同样的错误<sup>[9]</sup>。

护士作为医院的一个主体,维护着千千万万生命的安康。全新护理老年骨质疏松性骨折患者已成

(下转第1163页)

### 3 讨论

当前,有关绝经后女性骨密度低下与骨折风险的研究数据很少,其中最宝贵的数据来自美国国家骨质疏松风险评价试验<sup>[5-7]</sup>(the National Osteoporosis Risk Assessment, NORA),在该试验中共有 200160 名绝经后妇女参与,其中 50~64 岁中年妇女占 53%,试验评估指标之一是在 1 年之中报告骨折情况,之二是采用超声波检测法或外周双能 X 线吸收法或单光子 X 线吸收法检测调查对象的 BMD,检测部位有脚跟、前臂或手指。结果显示, T 值小于 -1 人群骨折率却高于正常 T 值群。虽然在这个调查中,老年妇女(>65 岁)发生骨折率占了大多数,但是小于 65 岁妇女骨折占到所有调查人群骨折的三分之一。该研究显示,不管是绝经后中老年女性还是绝经后老年群体, T 值减少时骨折发生率都升高。

本研究表明不良的生活方式、钙元素及维生素 D 摄入不足和缺乏运动及缺乏骨质疏松预防知识是骨量减少发展成骨质疏松的重要原因之一<sup>[8]</sup>。骨量减少是临床骨质疏松发生前的重要阶段,有目的的 1 年以上的平衡饮食、戒烟限酒、钙和维生素 D 补充、阳光日晒及适量的有氧运动等积极健康的生活方式调整,可有效的防止和延缓绝经后腰椎和髋部的骨量丢失,预防骨质疏松症的发生。

因此,在骨量减低阶段进行积极有效干预,尤其对日常生活方式的调整,对预防和延缓骨质疏松症

及骨折的发生十分重要。

#### [ 参 考 文 献 ]

- [ 1 ] International Osteoporosis Foundation ( 2003 ) The facts about osteoporosis and its impact. 1 - 3. International Osteoporosis Foundation.
- [ 2 ] 中华医学会,临床诊疗指南:骨质疏松症和骨矿盐疾病分册,人民卫生出版社,2006:101-103.
- [ 3 ] 李慧林,朱汉民,程群,等.绝经妇女绝经后年限及年龄与骨量丢失率的关系,中国骨质疏松杂志,2007;13(7):502-504.
- [ 4 ] ACOG Committee Opinion No. 407: Low Bone Mass ( Osteopenia ) and Fracture Risk. , *Obstetrics & Gynecology*, 2008,1259-1261.
- [ 5 ] Sift ES, Miller PD, Barrett-Connor E, et al. Identification of fracture outcomes of undiagnosed low bone mineral density in postmenopausal women: results from the National Osteoporosis Risk Assessment. *JAMA*, 2001, 286:2815-2822.
- [ 6 ] Sift ES, Brenneman SK, Miller PD, et al. Predictive value of low women for 1 year fracture outcomes is similar for postmenopausal women ages 50 - 64 and 65 and older: results from the National Osteoporosis Risk Assessment( NORA ). *J Bone Miner Res*, 2004, 19:1251-1220.
- [ 7 ] Miller PD, Sift ES, Barrett-Connor E, et al. Prediction of fracture risk in postmenopausal white women with peripheral bone densitometry: evidence from the National Osteoporosis Risk Assessment. *J Bone Miner Res*, 2002, 17:2222-2230.
- [ 8 ] 朱秀芬,林华.生活方式与骨量变化.中国骨质疏松杂志,2007,13(8):588-591
- [ 9 ] 林华,陈新,朱秀芬,等.生活方式调整干预绝经后骨量减少.中华骨质疏松杂志,2008,14(6):409-413.

( 收稿日期:2012-06-27 )

( 上接第 1166 页 )

为威胁骨科护士护理工作质量的主要因素之一,如何消除压力源,提高优质护理质量,深化优质护理内涵,使护士身心愉悦地投入工作,减少或降低因工作压力及社会心理因素对护理人员健康造成的影响是当今护理管理者值得研究、思考及解决的问题<sup>[10]</sup>。

#### [ 参 考 文 献 ]

- [ 1 ] 陈仲强,袁文. AO 脊柱手册 - 临床应用( 第 2 卷 ). 2010:419.
- [ 2 ] 陈继武,肖德明. 髋部 OP 骨折的危险性预测. 中国骨肿瘤骨病, 2004, 3( 1 ):13-17.
- [ 3 ] 赵丽萍, 2012 年江苏省优质护理服务实施方案.
- [ 4 ] 刘蕾,心理压力对免疫系统的影响及对策. 国外医学护理学分册, 2004, 23( 7 ):302.

- [ 5 ] 李选,主编. 护理研究与应用. 香港:华杏出版股份有限公司, 1997. 202-205, 212-214.
- [ 6 ] 陈向明,在行动中学做质的研究. 北京:教育科学出版社, 2003. 324-325.
- [ 7 ] 蔡湛宇,陈平雁. 综合医院门诊满意度预量表的分析. 中国医院管理, 2002, 8( 22 ):12-13.
- [ 8 ] 吕健,孙淑华,戴芳德,等. 临床科护理差错防范管理的实践. 解放军护理杂志, 2002, 19( 1 ):54-55.
- [ 9 ] 戴琴,冯正直,谢刚敏. 重症监护病房护士工作压力源与心理健康水平的相关性研究. 中华护理杂志, 2002, 37( 7 ):488-490.
- [ 10 ] 邹恂. 护理程序入门——现代护理新概念. 北京:中国协和医科大学北京医科大学出版社. 1992.

( 收稿日期:2012-09-11 )

# 护理老年骨质疏松性骨折——护士压力源相关因素调查分析及对策

作者: 徐艳, XU Yan  
作者单位: 江苏省淮安市第二人民医院护理部, 淮安, 223002  
刊名: 中国骨质疏松杂志   
英文刊名: CHINESE JOURNAL OF OSTEOPOROSIS  
年, 卷(期): 2012, 18(12)

## 参考文献(10条)

1. 陈仲强;袁文 A0脊柱手册-临床应用 2010
2. 陈继武;肖德明 髌部OP骨折的危险性预测[期刊论文]-中国骨肿瘤骨病 2004(01)
3. 赵丽萍 2012年江苏省优质护理服务实施方案
4. 刘蕾 心理压力对免疫系统的影响及对策[期刊论文]-国外医学(护理学分册) 2004(07)
5. 李选 护理研究与应用 1997
6. 陈向明 在行动中学做质的研究 2003
7. 蔡湛宇;陈平雁 综合医院门诊满意度预量表的分析 2002(22)
8. 吕健;孙淑华;戴芳德 临床科护理差错防范管理的实践[期刊论文]-解放军护理杂志 2002(01)
9. 戴琴;冯正直;谢刚敏 重症监护病房护士工作压力源与心理健康水平的相关性研究[期刊论文]-中华护理杂志 2002(07)
10. 邹恂 护理程序入门--现代护理新概念 1992

本文链接: [http://d.g.wanfangdata.com.cn/Periodical\\_zggzsszz201212024.aspx](http://d.g.wanfangdata.com.cn/Periodical_zggzsszz201212024.aspx)