

康复锻炼在骨科术后护理中的应用

陈 从

郑州大学第一附属医院 河南 郑州 450000

【摘要】目的：研究康复锻炼在骨科术后护理中的应用。方法：选取本院 72 例骨科手术患者开展研究，标本纳入时间为 2018 年 02 月 -2020 年 02 月，随机分为参照组和观察组，各 36 例。分别实行常规康复护理和康复训练，对比护理成效。结果：观察组的并发症发生率低于参照组，且和参照组相比，观察组护理满意度相对较高，差异均具有统计学意义（ $P < 0.05$ ）。结论：在对骨科手术患者所进行的护理中，康复训练能够减少患者的并发症，提高患者对护理干预的满意度。

【关键词】康复锻炼；骨科术后护理；应用

骨科疾病通常是因为意外因素所造成的，在对患者实行骨折手术治疗的过程中，对于患者来说，对其实行相应的康复训练是非常关键的。在骨科护理的过程中，康复训练有着非常重要的作用，可以在一定程度上降低患者的治疗时间，对于提高患者的生活质量以及促进患者的尽快恢复都有着非常重要的影响^[1]。另外，康复训练还可以进一步减低骨伤致残率，通常情况下，应该按照患者的自身特征以及病情状况对其实行相应的康复训练，严格遵循由简到难的原则，进而减少训练中其他伤害的产生^[2]。本文的主要目标就是研究康复锻炼在骨科术后护理中的应用，现报道如下。

1 资料和方法

1.1 一般资料

选取本院 72 例骨科手术患者开展研究，标本纳入时间为 2018 年 02 月 -2020 年 02 月，随机分为参照组和观察组，各 36 例。参照组男、女患者各 20 例和 16 例；平均年龄为（ 33.26 ± 4.15 ）岁，观察组男、女患者各 21 例和 15 例；平均年龄为（ 33.21 ± 4.08 ）岁。两组基线资料对比无统计学意义（ $P > 0.05$ ），具有可比性。

1.2 纳入和排除标准

纳入标准：所有患者均为下肢或者上肢完全离断性骨折，并且所有患者均实行切开复位术进行治疗。

排除标准：排除存在精神障碍患者；存在严重心肝肾等功能障碍患者；排除神经损伤患者以及无法配合手术治疗的患者。

1.3 方法

1.3.1 参照组

本组实行常规护理，主要是对患者实行补液治疗以及抗感染治疗，对患者实行健康教育。

1.3.2 观察组

本组实行康复锻炼。心理护理。护理人员应该按照患者的病情状况对其锻炼强度进行适当增加。使患者明确长时间固定很容易产生关节僵硬，并且产生僵硬的主要因素就

是痉挛，也就是关节囊内空间紧缩以及关节四周肌肉所产生的短缩。提高患者对自身疾病的了解和掌握，缓解其不良心理，进而使其更好地接受治疗。早期阶段。在患者骨折之后的 1-2 周，实行康复治疗的目标主要是缓解患者肿胀，促进肢体血液循环，进而对肌萎缩的产生进行有效预防。因为如果患者患肢产生肿胀的现象，则很容易产生骨折以及位移的现象，对其所实行的训练应该以患肢主动收缩为主，通常是不对其骨折上下关节进行活动，而是对其身体的其他关节实行相应的康复训练。中期阶段：也就是患者的骨折时间为 2 周以上，患肢肿胀状况基本消除，患者疼痛感降低，骨折部位已经存在纤维连接并且逐渐稳定，这时则应该对其骨折上下关节实行相应的活动。按照骨折的稳定状况对其活动范围以及活动强度进行合理调整，同时在医生的辅助下接受训练，进而对关节僵硬以及肌萎缩的产生进行有效预防。

晚期阶段。骨折已经完全愈合并且可以除去对其所进行的固定，这时是对患者实行康复治疗的重要阶段，特别是对于早中期康复治疗不足的患者来说，都应该实行锻炼来对其关节僵硬以及肿胀状况进行有效缓解，进而使肌力以及关节活动度可以获得尽快恢复。

1.4 观察指标

对比两组患者的并发症状况，主要包括肿胀、出血、瘢痕；并且对两组患者的护理满意度进行详细记录。

1.5 统计学分析

通过 SPSS21.0 软件统计分析数据，计量资料使用（ $\bar{x} \pm s$ ）表示，并开展 t 检验；以（%）表示并发症发生率以及护理满意度通过百分数的形式进行表示，并实施卡方检验，如果统计值 P 值小于 0.05，则表示差异存在统计学意义。

2 结果

2.1 两组并发症状况比较

观察组并发症发生率低于参照组且差异显著（ $P < 0.05$ ）。详见表 1。

表 1 两组并发症状况比较 [n(%)]

组别	例数	肿胀	出血	瘢痕	总发生率
参照组	36	2	3	4	75.00%
观察组	36	0	1	1	94.00%
χ^2					5.257
P					0.021

2.2 两组护理满意度比较

参照组的总体满意度显著低于观察组 ($P < 0.05$)。详见表 2。

表 2 两组满意度比较 [n(%)]

组别	例数	非常满意	基本满意	不满意	满意度
参照组	36	19	6	11	69.44%
观察组	36	20	14	2	94.44%
χ^2					7.603
P					0.005

3 讨论

人们生活质量和生活水平的提高,对于医疗护理所提出的要求越来越高,并且对于实行骨科手术的患者来说,实行科学有效的康复训练,能够有效降低患者的恢复时间,并且对于缓解患者的疼痛感也有着非常显著的作用,能够降低患者的住院时间,最大程度地缓解经济压力和负担,有利于提高患者的生活质量。护理人员在对患者实行康复训练的过程中,应该对其生命体征状况进行密切观察,按照其病情状况对其锻炼时间以及锻炼速度进行合理调整^[3]。另外,护理

人员应该和患者保持积极的沟通和交流,这样一来不但能够在一定程度上拉近医患关系,并且对于提高患者的治疗依从性、促进患者的尽快恢复有着非常重要的影响^[4]。

在对骨科患者所进行的护理中,因为康复锻炼的级别不同,因此其所呈现出的效果也有着一定的差异性,因此对于骨科来说,康复训练的专业性是相对较强的。对此,为了可以进一步提高患者的护理效果,护理人员在对患者进行护理的过程中应该重视对骨科疾病相关知识进行了解和掌握^[5]。一旦在护理过程中产生了问题,则可以及时告知医生并且采取措施进行有效解决,这样一来能够进一步提高护理人员的护理能力和护理经验。另外,医院应该加大骨科的人力以及财力投入,进而使患者、医生以及护士之间的关系更加和谐,这不管是对于促进患者的尽快恢复还是提高康复训练的指导水平都有着非常重要的影响^[6]。本次研究结果显示,观察组的并发症发生率低于参照组,且和参照组相比,观察组护理满意度相对较高,差异均具有统计学意义($P < 0.05$)。这表明在对骨科手术患者所进行护理中,康复训练能够减少患者的并发症,提高患者对护理干预的满意度。

4 结束语

综上所述,在对骨科手术患者所进行的护理中实行康复训练,能够获得非常显著的效果,提高患者的护理满意度,对于减少患者的并发症以及促进患者的尽快恢复有着非常重要的影响。

【参考文献】

- [1] 韩晓芳. 医护一体化护理模式在骨科患者术后快速康复中的应用效果 [J]. 四川解剖学杂志, 2019(2):110-111.
- [2] 邓小琼. 中医康复护理模式在骨科术后恢复期的护理临床应用 [J]. 中外女性健康研究, 2019(18).
- [3] 陈芳. 心理护理与康复锻炼在骨科术后护理中的应用效果 [J]. 医学信息, 2018(048):219,220.
- [4] 金施恩. 目标管理在骨科关节置换术后患者康复锻炼管理中的应用 [J]. 中医药管理杂志, 2017, 023(022):147-148.
- [5] 陈晓萍, 马娥. 专职康复护理在骨科护理中的应用及效果评价 [J]. 饮食保健, 2018, 005(022):229.
- [6] 夏佩芳, 陆秀珍. 浅谈骨科康复护理在脊柱脊髓损伤术后的应用 [J]. 实用临床护理学电子杂志, 2019, 4(20).