

肩袖损伤行肩关节镜手术治疗的围手术期的护理体会

计俊林 李俊^{通讯作者}

江苏省中西医结合医院 江苏南京 210028

摘要：目的：研究肩袖损伤行肩关节镜手术术中实施围手术期护理后实际效果。方法：本次在我院收入的肩关节镜手术患者中选取了研究对象，共 33 例，均在 2020 年 4 月~2021 年 4 月入院。所有患者均进行围手术期护理，分析护理前、后患者 CMS（肩关节功能）评分。结果：围手术期护理后患者肩关节功能评分明显高于护理前，差异具有统计学意义（ $P<0.05$ ）。结论：在肩袖损伤行肩关节镜手术术中实施护理干预能够加快肩关节功能恢复，因此值得推广应用。

关键词：肩袖损伤；肩关节镜手术；围手术期护理；CMS；VAS

肩袖损伤是引发肩周疼痛、肩关节功能障碍最常见的疾病之一^[1]。肩关节镜手术是治疗肩袖损伤重要方法，治疗过程中加入有效护理干预能够提高治疗效果。此次研究则分析对肩袖损伤患者行肩关节镜手术中加入护理干预后实际效果，主要内容如下：

1 资料与方法

1.1 一般资料

本次在我院收入的肩关节镜手术患者中选取了研究对象，共 33 例，均在 2020 年 4 月~2021 年 4 月入院。其中男女比例为 17:16，年龄范围：30 至 62 岁，平均年龄：52.33 $\pm$ 3.21 岁。纳入标准：①均知晓，并同意，②均为肩袖损伤患者，③均进行肩关节镜手术治疗。排除标准：①精神异常，沟通障碍，②手术禁忌，③肝肾脏损坏类合并疾病。所有患者上述一般资料数据进行比较不存在显著差异（ $P>0.05$ ），具备可比性。

1.2 方法

对所有患者均实施围手术期护理，主要内容：

术前护理

①心理指导，积极主动与患者沟通，交流，全面掌握患者内心真实想法，综合评估患者心理状况。给予患者较多关心、指导患者进行深呼吸，以此释放压力，调节情绪。除外还需要告知患者良好的心理状况有利于提高手术效果。

②健康宣教，通过 PPT 形式或者图片积极向患者讲解肩袖损伤、肩关节镜手术、护理等相关知识，提高患者认知和配合。对于理解能力较弱的可以进行一对一讲解。除外还需要向家属进行健康教育，让家属积极参与到护理中，保证护理效果。

③皮肤护理，保持患者手术区皮肤干净，对于出现皮肤损坏类患者应该及时进行治疗。积极做好皮肤准备。

术中护理

①手术室准备：严格控制手术室温度和湿度，严格控制人员进出，减少交叉感染。

②体温护理：密切观察患者体温变化，及时增减覆盖物，避免出汗，受凉。

术后护理

①体位护理：指导患者平卧位，并采取颈腕吊带将患者患肢抬高。给予肩关节外展支具，告知患者使用方法。在固定中需要放置棉垫和毛巾，适当调整固定角度。时刻注意患肢末端皮肤颜色和温度，询问患者有无异常感觉。

②疼痛护理：了解患者疼痛情况，可以指导患者倾听舒缓音乐或者和患者进行家常聊天，给予冰袋冷敷。必要时可以给予一定镇痛药物。

③功能恢复：术后 1 周，进行关节周围肌肉收缩训练，每日 2 次。术后 0 至 4 周，进行制动康复训练，肘、腕、

前臂等部位进行主动训练。每日 1 次。术后 4 至 6 周，利用体操棒在肩胛平面进行辅助关节活动练习，每日 2 次。术后 6 至 12 周，主要以功能和肌力康复练习为主。利用体操棒进行肩关节前屈、外展等训练。训练过程中加强对患者观察和指导，保证患者训练安全。

1.3 观察指标

根据 CMS 评分对患者护理前、后肩关节功能进行分析。总分为 100 分，分数越高则说明肩关节功能恢复越明显。

1.4 统计学方法

研究所得到的数据均采用 SPSS 23.0 软件进行处理。（ $\bar{x}\pm s$ ）用于表示计量资料，用 t 检验；当所计算出的 $P<0.05$ 时则提示进行对比的对象之间存在显著差异。

2 结果

2.1 患者护理前、后 CMS 评分

护理前 CMS 评分（70.33 $\pm$ 3.12），护理后 CMS 评分（86.33 $\pm$ 4.10），两组 CMS 评分（ $t=17.840$, $P=0.001$ ）。研究结果显示，围手术期护理后患者肩关节功能评分明显高于护理前，差异具有统计学意义（ $P<0.05$ ）。

3 讨论

肩袖损伤主要是由于创伤、血供不足或者肩部慢性撞击损伤等引起的。临床常表现为疼痛、肩关节外展功能障碍等症状。肩袖损伤如果不及时进行治疗，则会导致肩关节不稳或者继发性关节挛缩症，导致关节功能性障碍^[2]。肩关节镜手术是微创类手术治疗方法，治疗肩袖损伤效果更佳。为加快术后肩关节功能恢复，则需要重视高效护理措施。

围手术期护理主要通过对患者手术前、手术时、手术后实施护理措施。通过给予患者全方位护理，以此保证患者治疗效果^[3]。由于肩袖损伤患者对疾病、治疗、护理人认识较弱，极容易出现不良情绪。加上术后需要较长恢复时间，患者自理能力较弱，因此给予患者心理干预、健康宣教等措施。除外给予一定功能训练，还能提高患者肩关节功能，从而加快病情恢复，有效保证患者治疗效果。此次研究则分析肩袖损伤行肩关节镜手术术中实施围手术期护理后实际效果。结果发现，围手术期护理后患者肩关节功能评分明显高于护理前，差异具有统计学意义（ $P<0.05$ ）。

综上所述，在肩袖损伤行肩关节镜手术术中实施护理干预能够加快肩关节功能恢复，因此值得推广应用。

参考文献

- [1] 郑凤丽, 宋淑梅, 孙冰, 等. 肩关节镜下肩袖损伤修补术围手术期护理[J]. 国际护理学杂志, 2020, 39(12): 2273-2275.
- [2] 张小燕. 围手术期护理干预在关节镜下肩袖损伤修补术患者中的应用[J]. 医疗装备, 2019, 32;385(12): 146-147.
- [3] 刘莹. 关节镜治疗膝关节骨关节炎患者的围手术期护理效果观察[J]. 饮食保健, 2019, 6(010): 134-135.