

肘关节骨折术后早期康复的临床疗效观察

张玉玲 刘 丽 (通讯作者)

牡丹江医学院附属红旗医院康复医学科, 中国·黑龙江 牡丹江 157000

【摘要】目的: 分析早期康复应用于肘关节骨折术后护理的效果。方法: 以60例肘关节骨折术患者为例, 时间为2018.01-2019.10之间, 将60例按照不同干预分为2组(各组30例)。采用延迟康复护理为参照组, 实验组基于前组上应用早期康复护理。比较2组VAS、肘关节HSS、ROM评分及肘关节恢复情况。结果: 2组对比VAS、肘关节HSS、ROM评分及肘关节恢复情况等数据后发现实验组更优, 统计显示差异明显较大($P < 0.05$)。结论: 早期康复应用于肘关节骨折术后能有效改善患者的疼痛情况, 提高肘关节功能, 促进肘关节的康复。

【关键词】早期康复; 肘关节骨折术后; 效果

肘关节是人体重要关节之一, 由于该关节处结构复杂, 血管及神经密布, 且人们工作与生活离不开肘关节, 极易造成该关节骨折。在骨折的愈合过程中, 需要更加注意保护措施, 若有操作不当或保护不到位极易造成关节功能障碍, 引发上肢活动受阻, 给日常生活及工作带来严重的影响。该关节由于结构复杂, 治疗难度较大, 有关研究表明, 肘关节术后应用早期康复护理措施, 能有效改善肘关节的功能, 促进患者的康复^[1]。本文即探讨了早期康复应用于肘关节骨折术后护理的效果, 现做下述阐述:

1 资料与方法

1.1 资料

以60例肘关节骨折术患者为例, 时间为2018.01-2019.10之间, 将60例按照不同干预分为2组(各组30例)。患者各项信息经统计软件处理: 实验组统计男性、女性、年龄均值分别为17例、13例、(38.36 ± 3.65)岁(区间20-67岁), 参照组统计男性、女性、年龄均值分别为14例、16例、(39.62 ± 3.79)岁(区间21-66岁), 结果发现各组结果对比无较大差异, P 值 > 0.05。

1.2 方法

采用延迟康复护理为参照组, 主要是在患者术后, 经过一段时间的休养, 骨折愈合、外部固定装置取下后进行康复护理; 训练内容有肘关节被动及主动训练、日常行为训练等, 循序渐进的原则, 逐渐恢复关节功能。实验组基于前组上应用早期康复护理, 具体如下: (1) 术后当天开始训练: 当患者清醒后, 即协助患者开始康复训练, 结合患者的患肢功能及弯曲程度进行屈伸训练, 以促进血液循环, 缓解肿胀等症状。(2) 术后1-2天锻炼: 指导患者进行握拳训练, 缓慢移动患肢, 使上肢的肌力得到有效的锻炼。(3) 术后3天训练: 指导患者锻炼肩关节的活动能力, 根据患者的耐受进行循序渐进的上举训练等。(4) 术后4天至2周锻炼: 指导患者锻炼肘关节的屈伸, 结合耐受情况调整锻炼力度。(5) 术后3-8周锻炼: 在外支架的保护下, 增加训练强度及活动范围, 逐渐让患者自主开始日常生活。(6) 术后8-12周锻炼: 结合患者的恢复情况, 训练患肢的灵活性, 可拆除支架, 让肘关节自由屈伸, 同时根据患者的情况加大力度, 增加训练时间。

1.3 评价指标^[2]

比较2组VAS、肘关节HSS评分、ROM及肘关节恢复情况。VAS: 工具为视觉模拟评分量表, 评估患者的疼痛, 各项分值越低越好。HSS: 肘关节HSS工具为肘关节功能评分表, 各项分值越高越好。ROM: 肘关节活动度。

1.4 分析数据

文中数据由统计人员处理分析并得出结论, 工具为SPSS22.0软件, 计量、计数等结果资料用 χ^2 、 t 检验差异大小, 分别用“ $\bar{x} \pm s$ ”和(%)表示结果, 当 $P < 0.05$ 时, 统计显示差异明显较大。

2 结果

2.1 对比2组VAS、肘关节HSS、ROM评分

表1中所示, 2组对比VAS、肘关节HSS评分、ROM等数据后发现实验组更优, 统计显示差异明显较大($P < 0.05$)。

表1 对比2组VAS、肘关节HSS、ROM评分($\bar{x} \pm s$)

组别	n	VAS(分)	HSS(分)	ROM(度)
实验组	30	0.51 ± 0.92*	80.06 ± 16.65*	104.25 ± 21.94*
参照组	30	0.82 ± 1.13	69.01 ± 18.60	88.96 ± 30.49

注: 与参照组相比, * $P < 0.05$ 。

2.2 对比2组肘关节恢复情况

表2中所示, 2组对比肘关节恢复情况等数据后发现实验组更优, 统计显示差异明显较大($P < 0.05$)。

表2 对比2组肘关节恢复情况[n(%)]

组别	n	差	良	优	中	优良率(%)
实验组	30	1(3.33)	8(26.67)	16(53.33)	5(16.67)	29(96.67)*
参照组	30	5(16.67)	9(30.00)	11(36.66)	5(16.67)	25(83.33)

注: 与参照组相比, * $P < 0.05$ 。

3 讨论

由于肘关节与日常生活及工作关系密切, 临床对于肘关节骨折的治疗多采用手术, 能更好的修复肘关节功能等, 促进患者的康复。康复护理是结合患者的病情及实际情况, 对患者采取针对性的护理措施, 促使患者的骨折尽快愈合, 关节功能也恢复正常水平, 临床实践表明, 康复护理措施越早实施, 在患者治疗中越能抓住最佳的康复时机, 让关节软骨尽早得到关节囊滑液的渗透, 受损关节尽快得到修复, 改善关节的症状, 消除关节中的不良代谢产物^[3]。在早期康复护理实施过程中, 坚持循序渐进的原则, 结合患者的恢复情况, 实时调整康复护理方案, 促进患者的康复^[4]。本文结果显示, 2组对比VAS、肘关节HSS、ROM评分及肘关节恢复情况等数据后发现实验组更优, 统计显示差异明显较大($P < 0.05$)。

综上, 早期康复应用于肘关节骨折术后能有效改善患者的疼痛情况, 提高肘关节功能, 促进肘关节的康复。

参考文献:

- [1]张秀萍. 早期综合康复护理对复杂肘关节骨折术后恢复的影响[J]. 河南医学研究, 2020, 30(1): 180-181.
- [2]吴宗碧. 早期综合康复护理对复杂肘关节骨折术后功能恢复的干预价值[J]. 饮食保健, 2020, 7(21): 141.
- [3]彭玉杰. 早期综合康复护理对复杂肘关节骨折术后肘关节功能评分影响观察[J]. 中国伤残医学, 2020, 28(4): 69-70.
- [4]万华. 复杂肘关节骨折患者行早期综合康复护理干预的效果观察及其术后恢复影响[J]. 健康大视野, 2020(2): 207.
- [5]李德荣, 孙东兰. 早期综合康复护理对复杂肘关节骨折术后功能恢复的影响[J]. 黑龙江中医药, 2020, 49(1): 221-222.