

观察半月板损伤患者应用关节镜手术与康复训练联合治疗方案的临床效果

温建国 刘属君

重庆三峡医药高等专科学校附属中医院, 中国·重庆 404120

【摘要】目的: 观察分析半月板损伤选择关节镜手术联合康复训练治疗方案的临床效果。方法: 80例半月板损伤患者, 均接受关节镜手术治疗, 观察组在手术治疗同时联合康复训练治疗, 对比不同治疗方案临床应用效果。结果: 相比于观察组, 对照组恢复优良率较低, 对照组膝关节功能评分及生活质量评分较低 ($P < 0.05$)。结论: 半月板损伤选择关节镜手术联合康复训练治疗方案, 可提升治疗有效性, 强化患者康复效果, 促进膝关节功能恢复和生活质量提升, 应用价值较高。

【关键词】半月板损伤; 关节镜损伤; 康复训练; 预后

1 资料与方法

1.1 一般资料

本次总计纳入 80 例半月板损伤患者, 均为本院 2020 年 1 月 - 2020 年 12 月。根据治疗方案不同进行分组, 对照组, 男女比例为 23:17, 年龄 18-65 (40.24 ± 3.28) 岁。观察组, 男女比例为 3:2, 年龄 18-63 (40.36 ± 3.35) 岁。以上患者基线资料具有同质性 ($P > 0.05$)。

1.2 方法

两组患者均接受关节镜手术治疗, 术前依据检查结果确定入路方式, 并综合考虑患者半月板损伤情况制定手术方案, 主要治疗目的为对半月板进行修复、缝合、全部或是部分切除。

观察组在手术治疗基础上联合康复训练: (1) 术前健康宣教时, 不但要重视进行心理疏导改善消极情况, 强化手术认知, 提升治疗依从性; 同时需要介绍术后康复训练的重要性和必要性, 告知康复训练流程和可能面对的问题, 做好心理建设, 强化患者康复训练信心, 确保术后尽快康复; (2) 术后麻醉完全消退后, 护理人员协助患者开展股四头肌收缩练习, 目的为改善静脉回流和肢体肿胀, 避免发生 DVT; 练习时患者保持平躺, 要求肌肉绷紧符合练习要求, 坚持 12s 后放松, 每组练习 10 次, 每日练习 5 组; 踝泵运动训练, 伸直膝关节保持踝关节背伸同时收缩股四头肌, 每次坚持 5s, 每组 10 次, 每日练习 5 组; 患肢提高练习, 要求抬高患肢同时绷紧肌肉, 确保和肢体保持合理角度, 练习 5s 发送, 每组 20 次, 每次练习 5 组; 术后康复训练主要目的为恢复血液循环, 强化肌肉能力, 促进关节能力恢复。

1.3 观察指标

术后 3 月复查, 依据 Lysholm 评分量表评价患者关节功能, 分值越高表明关节功能恢复效果越理想。依据 SF-36 量表评价患者生活质量, 分值和生活质量正相关。

治疗 6 月后, 以优 (关节活动正常, 无痛感、绞索或叩响)、良 (关节活动基本正常, 无绞索或叩响, 活动时偶见轻微疼痛)、可 (关节活动基本正常, 关节存在叩响, 活动时伴中度疼痛)、差 (关节活动受限, 存在绞索或叩响, 活动时伴明显疼痛) 作为评价指标计算康复优良率^[1]。

1.4 统计学分析

SPSS23.0 处理数据, ($\bar{x} \pm s$) 与 (%) 表示计量与计数资料, 分别以 t 与 χ^2 检验, $P < 0.05$ 为差异有统计学意义。

2 结果

2.1 术后恢复效果两组对比

治疗后, 对照组恢复效果优良率高于观察组, 组间差异显著 ($P < 0.05$) 见表 1。

表 1 术后恢复效果两组对比[n(%)]

| 组别 | 例数 | 优 | 良 | 可 | 差 | 优良率 |
|----------|----|----|----|---|---|------------|
| 观察组 | 40 | 18 | 21 | 1 | 0 | 39 (97.50) |
| 对照组 | 40 | 15 | 19 | 5 | 1 | 34 (85.00) |
| χ^2 | | | | | | 3.914 |
| P | | | | | | 0.048 |

2.2 治疗后化妆膝关节功能及生活质量评分组间对比

治疗后, 对照组膝关节功能及生活质量评分均低于观察组, 两项组间差异显著 ($P < 0.05$)。见表 2。

表 2 治疗后化妆膝关节功能及生活质量评分组间对比($\bar{x} \pm s$, 分)

| 组别 | 例数 | Lysholm 评分 | SF-36 评分 |
|-----|----|------------------|------------------|
| 观察组 | 40 | 86.31 ± 8.22 | 90.23 ± 4.12 |
| 对照组 | 40 | 72.34 ± 7.41 | 86.37 ± 3.68 |
| t | | 7.983 | 4.419 |
| P | | 0.000 | 0.000 |

3 讨论

膝关节是人体主要负重关节, 受损后极易导致半月板损伤, 临床中发生率较高。半月板对于维持膝关节正常功能, 保证稳定性、分散应力方面发挥着积极作用^[2]。其受损后会对膝关节运动质量产生直接影响, 主要表现为局部疼痛、股四头肌萎缩、关节绞索、肢体无力等。半月板损伤高危人群为高龄老年或是青少年, 青年人多因外力损伤, 老年患者则多发生进行性退变导致损伤。选择关节镜手术治疗可获得理想效果, 但是术后患者膝关节功能存在一定不足, 极易诱发并发症发生主要包括关节肿胀、血瘀或是局部炎症, 无法确保获得理想康复效果。为此术后早期实施康复训练对关节功能、能力恢复和控制并发症具有积极作用。

研究结果显示, 治疗和对照组相比, 观察组膝关节功能评分及生活质量评分较高, 恢复优良率较高 ($P < 0.05$)。提示关节镜手术联合康复训练方案对于术后康复具有积极促进作用。

综上, 膝关节镜微创手术联合康复训练治疗半月板损伤效果理想, 可强化膝术后关节功能恢复, 明显改善患者生活质量, 对康复效果和质量具有积极作用, 应用价值较高。

参考文献:

- [1]徐欢, 郑翔, 应锦河, 郑荣宗. 一指禅推拿促进半月板损伤关节镜术后早期康复的疗效观察[J]. 浙江医学, 2020, v.42(20):92-95.
- [2]陆纯德. 气血并补荣筋汤联合关节镜对膝关节半月板损伤患者 Lysholm 评分、股四头肌萎缩和关节活动度的影响[J]. 陕西中医, 2019, 40(10):1422-1424.