

四肢骨折肢体肿胀的原因分析及中医护理效果观察

辛廖敏

(柳州市中医医院 广西 柳州 545001)

【摘要】目的：探究骨折患者四肢肿胀的原因以及将中医护理方式应用于四肢骨折肿胀患者所取得的效果。方法：抽取四肢骨折患者 80 例，分为两组：实验 A 组和实验 B 组。实验 A 组实施常规护理，病例 40 例；实验 B 组实施中医护理模式，病例 40 例。两组比较患者的肢体肿胀消退时间、生活质量以及患者对护理模式的满意度。结果：实验 A 组患者护理后的肢体肿胀消退时间大于实验 B 组患者护理后的肢体肿胀消退时间，实验 B 组患者对生活功能、情绪功能、家庭功能、锻炼功能四个方面均高于实验 A 组患者的评分。实验 A 组患者对护理模式的总满意度为 60%，实验 B 组患者对护理模式的总满意度为 92.5%，即实验 B 组患者的满意度高于实验 A 组患者的满意度。结论：明确骨折患者四肢肿胀原因，而后制定专属护理方式，而中医护理对于患者的四肢肿胀消退情况效果显著在常规护理的基础上增加中医护理，使用中医的手段对骨折患者出现的四肢肿胀情况进行辅助治疗能有效地缓解患者四肢肿胀情况以及患者的疼痛度，以此促进患者康复的速度，可值得推广。

【关键词】骨折；肢体肿胀；中医护理

Analysis of the causes of limb swelling caused by limb fracture and observation of nursing effect of traditional Chinese medicine

Liaomin Xin

(Liuzhou Hospital of Traditional Chinese Medicine, Liuzhou, Guangxi, 545001)

[Abstract] Objective to explore the causes of limb swelling in patients with fracture and the effect of applying traditional Chinese medicine (TCM) nursing methods to patients with limb swelling. Methods: 80 patients with limbs fracture were divided into two groups: Experimental Group A and Experimental Group B. 40 cases in Group A were given routine nursing, and 40 cases in Group B were given traditional Chinese medicine nursing. The time of swelling subsiding, quality of life and patients' satisfaction with nursing mode were compared between the two groups. Results: The nursing time of the patients in Group A was longer than that of the patients in Group B, the scores of life function, emotional function, family function and exercise function in Group B were higher than those in Group A. The satisfaction rate of patients in group A was 60%, and that of patients in group B was 92.5%. The satisfaction rate of patients in Group B was higher than that of patients in Group A. Conclusion: The causes of limb swelling in patients with fracture were clarified, and then the special nursing mode was established. The effect of traditional Chinese Medicine Nursing on the reduction of limb swelling was significantly increased on the basis of routine nursing, the auxiliary treatment of limb swelling of fracture patients by means of traditional Chinese medicine can effectively relieve limb swelling and pain degree of patients, thus promoting the speed of rehabilitation of patients, and it is worth promoting.

[key words] Fracture; Limb swelling; TCM nursing

由于外力作用，人们的身体极易受到不同程度的创伤，大部分会造成骨折的情况。人一旦骨折后，常常会出现不舒服的症状，例如四肢出现肢体肿胀。这是由于人体受到伤害后，机体会自动出现保护性反应，以此释放出大量的发炎因子，使得人体发出疼痛讯号，导致肌肉、静脉等产生一系列反应造成血液回流遭到抑制，从而产生肿胀的情况。另外发炎因子也会造成血管内部液体交换的平衡障碍，导致较多液体流入组织间隙，由此造成肢体肿大。当出现四肢肿胀时，骨折部位往往会让患者感到不舒适，由此严重损害到患者的身心健康。所以对于骨折患者的后期护理显得很重要。中医护理应用于四肢骨折肢体肿胀所取得的疗

效以及影响需进一步研究，现报告如下。

1 资料和方法

1.1 资料

采用随机抽样法筛选 2021 年期间于我院就诊的四肢骨折患者共 80 例，将其分为实验 A 组和实验 B 组，每组平均 40 例。其中实验 A 组患者男性 13 例，女性 27 例，年龄在 24~77 岁之间，平均年龄(54.28±3.47)岁，肿胀程度：22 例轻度肿胀、10 例中度肿胀、8 例重度肿胀，该组实施常规护理模式。实验 B 组患者男 23 例，女 17 例，年龄在 26~72 岁之间，平均年龄(52.58±4.2)岁，肿胀程度：轻度肿胀 23 例、中度肿胀 12 例、重度肿胀 54 例，该组实施中医护理。两

组患者均确诊为骨折患者，骨折的原因包括车祸、跌伤等。两组患者均意识清楚，能够清晰准确地表达自己的想法，且都自愿参加，知晓并同意本次实验的治疗差异，已签署知晓同意书。将实验 A 组和实验 B 组的基本资料作比较， $P > 0.05$ 。

1.2 方法

实验 A 组患者实施常规护理模式。护理主要内容如下：第一，病房整理。患者的病房应保持通风的状态，其适宜温度可在 20 至 24 摄氏度之间，室内湿度可保持在 50% 至 60%。而后每日可开窗消毒两次，床上用品保持干净整洁，应勤加更换。护理人员应定时对患者骨折部位进行消毒清洁，防止患者的骨折部位出现额外感染的情况，并且护理人员每日的定时查房时，应随时查看患者的情况。第二，健康知识普及。护理人员应宣传有关骨折的知识，使得患者能清楚了解自身疾病，包括四肢骨折的临床表现、骨折应注意的方面以及可能会发展的其他相关病症等。通过知识普及，使得患者对自身病情有足够的心理准备，得到患者重视，对于患者的疑问也要做到及时而清晰地答复。第三，心理护理。患者因为骨折会造成行动不便，生活不能独立自主的情况极易产生焦急、忧虑等不良情绪。况且老年患者的心理防线相对于要弱一些，由此产生不良的治疗情绪几率也更大，这会影响到治疗情况以及生活品质。此时应向患者传输治疗效果好的案例，并且用言语鼓励患者，使得患者能正确对待骨折，做到能直面骨折，不要恐惧，增强患者治疗的信心，使患者产生信任感。或者鼓励患者参加娱乐活动，以此来转移注意力，避免患者对自身病情的过度关注。综合上述因人而异制定心理疏通的方案，以此来减少患者的心理压力，及时关注患者的心理健康。第四，身体护理。若患者骨折部位出现肿痛的情况，护理人员应根据患者的疼痛程度进行消肿止痛并及时向医生反映，协助医生对患者实施后续的治疗。护理人员应告知患者尽可能减少长时间维持一个姿势不动，应多翻动身体，防止褥疮的产生。同时应当多擦拭全身，保证日常身体洁净，以避免病菌传染。

实验 B 组实施中医护理，即在常规护理的基础上，额外增加中医护理。主要内容如下：第一，中医饮食护理。中医理论认为，骨折患者应先消肿清淤。因此在饮食方面需格外注意。患者在护理期间，护理人员应先调查患者的日常饮食习惯，为患者定制其专门的健康饮食计划。患者应多食用清淡等容易消化的食物，可吃蔬菜瓜果、豆制品以及鱼汤等，饮食尽量少盐、少油、少糖。总之，骨折患者在护理期间的饮食可少

食多餐，补充营养，多吃新鲜蔬菜和水果，以此增加维生素的摄入，尽量不食用辛辣刺激性的食物。护理人员还应遵循医嘱给予患者中药药液，即是用肉桂、桃仁等中草药熬煮而成。第二，中医疗法护理。中医疗法是指使用冷热敷贴、熏蒸以及涂抹中药等方式对患者进行护理。中药熏蒸是将中药药材浸泡在水中并加热，通过上升的蒸汽对患者进行熏蒸，药材包括红花、当归、透骨草、桃仁、延胡索、独活、川牛膝等。患者进行中药熏蒸治疗，每日两次，以此达到化肿清淤的疗效。冷热敷贴是指将药材封包而后放在患者的骨折部位。患者骨折后的 48 小时以内可使用冷敷的方式，冷敷封包药材包括芒硝、冰片等。每隔两小时进行冷敷，以此缓解患者骨折部位的胀痛感。在实施冷敷时，护理人员应预防冻伤的情况，若是患者皮肤起泡以及肤色变红等状况，应立即暂停冷敷。患者骨折 48 小时以后可进行热敷，热敷封包药材包括吴茱萸、莱菔子、白芥子以及苏子等，将这些药材倒入粗盐中，混合均匀。热敷具有消肿镇痛的作用，但在热敷时，护理人员应随时关注患者的皮肤状况以及敷包的热度，防止患者烫伤。而涂抹中药是指将红花、白术、独活、桂枝、血竭、两面针等几十种中药以米酒浸泡而成，至少浸泡 1 周，而后可将此药水涂于肿胀部位，每日可涂抹两次，以此达到活血清淤、消肿镇痛的效果。

1.3 观察指标

根据实验要求，第一，将两组患者的四肢肿胀消退时间进行比较。第二，将两组患者的生活品质进行对比，主要从四个方面进行比较，即生活功能，情绪功能、家庭功能、锻炼功能，每个方面为一百分，分值越大则效果越好；第三，用问卷的形式来调查患者对护理模式的满意程度，其中选项有非常满意、一般满意、不满意。

1.4 统计学方法

研究数据使用 SPSS19.2 软件处理，使用 t 值查分析， $P < 0.05$ 差异具有统计学意义。

2 结果

2.1 两组患者的肢体肿胀消退时间比较

根据实验数据可知，实验 A 组患者护理后的肢体肿胀消退时间大于实验 B 组患者护理后的肢体肿胀消退时间， $P < 0.05$ ，实验数据如表 2-1 所示：

2.2 两组患者生活质量比较

根据实验数据进行科学计算得出结论：实验 B 组患者在生活功能、情绪功能、家庭功能、锻炼功能均高于实验 A 组患者的评分， $P < 0.05$ ，实验数据如表 2-2 所示：

表 2-1 两组患者的肢体肿胀消退时间比较 (d)

| 组别 | 病例数 | 肢体肿胀消退时间 |
|-----|-----|-----------|
| A 组 | 40 | 4.5 ± 1.8 |
| B 组 | 40 | 7.3 ± 1.5 |
| t | | 1.26 |
| p | | 0.035 |

表 2-3 两组患者满意度比较 (n%)

| 组别 | 病例数 | 非常满意 | 一般满意 | 不满意 | 总满意度 |
|-----|-----|--------------|--------------|------------|------|
| A 组 | 40 | 11 (27.5) | 13 (32.5) | 16 (40) | 60 |
| B 组 | 40 | 30 (75) | 7 (17.5) | 3 (7.5) | 92.5 |

表 2-2 两组患者生活质量对比

| 组别 | 病例数 | 生活功能 | 情绪功能 | 家庭功能 | 锻炼功能 |
|-----|-----|--------------|--------------|--------------|--------------|
| A 组 | 40 | 64.47 ± 3.17 | 66.89 ± 3.43 | 70.45 ± 4.21 | 61.74 ± 1.42 |
| B 组 | 40 | 88.43 ± 3.94 | 79.61 ± 3.89 | 81.59 ± 4.93 | 70.47 ± 1.85 |

2.3 两组患者满意度比较

根据调查结果进行统计得出结论：实验 A 组患者对护理模式的总满意度为 60%，实验 B 组患者对护理模式的总满意度为 92.5%。实验 B 组患者的满意度高于实验 A 组患者的满意度， $P < 0.05$ ，实验数据如表 2-3 所示：

3 结论

经上研究可知，人一旦骨折后，常常会出现不舒服的症状，例如四肢出现肢体肿胀。这是由于人体受到伤害后，机体会自动出现保护性反应，以此释放大量的发炎因子，使得人体发出疼痛讯号，导致肌肉、静脉等产生一系列反应造成血液回流遭到抑制，从而产生肿胀的情况。另外发炎因子也会造成血管内部液体交换的平衡障碍，导致较多液体流入组织间隙，由此造成肢体肿大。当出现四肢肿胀时，骨折部位往往会让患者感到不舒服，由此严重损害到患者的身心健康。所以对于骨折患者的后期护理显得很重要。患者在外力的压迫情况下造成骨折，骨折后，由于骨断裂的端口有出血的情况，骨折部位的局面了迅速肿胀。如果此肿胀情况不能及时消除，就会影响到患者肢体的血液循环以及血液供应，也会造成营养物质供给不足的情况。如果患者的四肢出现重度水肿情况，则患者体内的压力将会靠近动脉血压值，此时会出现四肢缺血，以至于出现肢体残废的局面，所以四肢肿胀的问题是不可忽视的。中医护理的主要原理在于消肿清淤，因此中医综合护理的穴位敷贴、熏蒸以及涂抹中药等方式中包含的药材大多具有消肿止痛，疏通血脉，

活血化淤，散结理气的功效。

根据本次实验数据可知，实验 A 组患者护理后的肢体肿胀消退时间大于实验 B 组患者护理后的肢体肿胀消退时间，实验 B 组患者在生活功能、情绪功能、家庭功能、锻炼功能四个方面均高于实验 A 组患者的评分。实验 A 组患者对护理模式的总满意度为 60%，实验 B 组患者对护理模式的总满意度为 92.5%，即实验 B 组患者的满意度高于实验 A 组患者的满意度。综上所述，在常规护理的基础上增加中医护理，使用中医的手段对骨折患者出现的四肢肿胀情况进行辅助治疗能有效地缓解患者四肢肿胀情况以及患者的疼痛度，以此促进患者康复的速度，可值得推广。

参考文献：

- [1] 李逵. 中医疗法对患者四肢骨折后肢体肿胀的临床疗效 [J]. 名医, 2020(04):247
- [2] 严学军, 郭舟桐. 中医方法治疗四肢骨折后肢体肿胀 50 例临床观察 [J]. 宁夏医学杂志, 2018,40(08):754-756. DOI:10.13621/j.1001-5949.2018.08.0754
- [3] 龙隆. 四肢骨折肢体肿胀的原因分析及中医护理效果观察 [J]. 中外女性健康研究, 2016(24):43+46
- [4] 刘新宁. 四肢骨折术后肢体肿胀的中医护理效果观察 [J]. 光明中医, 2016,31(10):1470-1471
- [5] 刘玉芬, 黄志嫦. 四肢骨折肢体肿胀的原因分析及中医护理效果观察 [J]. 医学理论与实践, 2013,26(03):380-381. DOI:10.19381/j.issn.1001-7585.2013.03.072