

# 家庭护理干预对膝关节损伤患者术后的效果观察及 VAS 评分影响评价

余思璇

华中科技大学同济医学院附属同济医院 湖北武汉 430000

**【摘要】**目的：针对于膝关节损伤患者，采用家庭护理干预方法，分析和研究最终的护理效果。方法：在 2019 年 2 月-2020 年 2 月，我院共收治了 100 例膝关节损伤患者，经商议，决定将这 100 例膝关节损伤患者作为本次研究对象，并按照随机抽样方法，将其平均分为两个组别，一组是对照组，另一组是观察组，每组中各有膝关节损伤患者 50 例，其中，给予对照组患者常规护理干预方法，给予观察组患者家庭护理干预方法，对比两组最终的护理效果。结果：在术后护理效果方面，观察组数据（98%）高于对照组数据（80%），数据之间差异性显著， $P < 0.05$ ，具有一定的统计学意义。干预前，观察组患者的 VAS 评分与对照组患者的 VAS 评分之间不具有显著的差异性， $P > 0.05$ ，无统计学意义。干预后，观察组患者的 VAS 评分优于对照组患者的 VAS 评分，数据之间差异性显著， $P < 0.05$ ，具有一定的统计学意义。结论：家庭护理干预对膝关节损伤患者的护理效果显著，临床应用价值较高。

**【关键词】**家庭护理干预；膝关节损伤；效果观察；VAS 评分

在临床骨科中，膝关节是一种常见的疾病，其中男性患者相较于女性患者数量较多，常见职业有体力劳动者和运动员，患有此疾病的患者会饱受痛苦，影响着患者日常的生活与工作<sup>[1]</sup>。为此，需要高度重视护理膝关节疾病患者，缓解患者的疼痛感，加快膝关节功能恢复的速度，以此稳步提升护理工作的效率和质量。在术后，膝关节损伤患者会经历较长时间的恢复周期，由于在各种条件的影下，包括：个人、经济、医疗等，往往会影响术后护理工作的效率<sup>[2]</sup>。而通过研究发现，加强家庭护理工作的效率，有助于促进膝关节患者的身体康复，提高患者以及患者家属对于护理工作的满意程度<sup>[3]</sup>。此次研究内容为：采用家庭护理干预方法来护理膝关节损伤患者，实际内容如下：

## 1. 资料与方法

### 1.1 一般资料

我院决定选取 2019 年 2 月-2020 年 2 月收治的 100 例膝关节损伤患者作为本次研究工作的对象，并依据随机抽样方法，将这 100 例膝关节损伤患者平均分为观察组和对照组，每组中各有膝关节损伤患者 50 例。其中，在对照组中，年龄最小值为 22 岁，年龄最大值为 62 岁；平均年龄值为  $(42.56 \pm 2.45)$  岁；女患者 18 例，男患者 32 例；住院最短时间为 3 天，住院最长时间为 9 天；平均住院时间为  $(6.02 \pm 0.35)$  天；有 12 例半月板伴韧带损伤、有 15 例韧带损伤、有 23 例半月板损伤。在观察组中，年龄最小值为 23 岁，年龄最大值为 61 岁；平均年龄值为  $(42.59 \pm 2.44)$  岁；女患者 19 例，男患者 31 例；住院最短时间为 4 天，住院最长时间为 9 天；平均住院时间为  $(6.06 \pm 0.38)$  天；有 14 例半月板伴韧带损伤、有 14 例韧带损伤、有 22 例半月板损伤。从以上方面得知，包括：年龄最小值、年龄最大值、平均年龄值、男患者人数、女患者人数、住院最短时长、住院最长时长、平均住院时长、半月板伴韧带损伤患者例数、韧带损伤患者例数、半月板损伤患者例数，两组数据差异性不明显，均通过统计学，研究整理组间基本资料，即  $P$  值  $> 0.05$ ，具备比较研究意义。

纳入标准：病历资料完整；经影像学检查确诊；同意参加本次研究工作。

排除标准：患有传染病者；患有精神类疾病患者；患有脏器疾病患者；病历资料不完整；有膝关节疾病史或者是膝关节手术史。

### 1.2 方法

对照组：采用常规护理干预方法，其中包括：饮食指导、心理疏导等，定时帮助患者更换体位，患者出院后，叮嘱患者定期复查。

观察组：采用家庭护理干预方法。（1）创建患者个人档案：护理工作人员在患者入院后，需要做好各项基础信息的记录工作，包括：病史、年龄、文化程度等，依据患者的切实状况，由科室设计术后访问膝关节损伤术后患者登记表，做好患者评估结果、检查结果等内容登记工作，每隔七天需要致电访问患者一次基本情况，每隔三十天需要登门随访患者，叮嘱患者定期来医院复查，正确指导患者正确康复训练的方法和技巧，按照患者出院后的身体恢复情况，适当的增加致电、上门访问频次。

（2）培训护理人员：按照实际科室的状况，优选具有亲和力、丰富经验、高职业素养的护理工作人员进行培训，需要护理工作人员全面掌握和熟悉相关内容，包括：缓解膝关节疼痛方法、评定关节功能方法、膝关节功能康复训练知识以及评估技能表等，不断提升护理工作人员的实践操作能力和专业技能，待培训后，需要考核护理人员，待考核结果达到相关标准后，才能够上岗实操。（3）膝关节康复训练：康复训练主要分为八个步骤。①联系抬高直腿：护理工作人员帮助患者行仰卧位，要求患者将双下肢伸直，直腿抬高患肢，严格控制创面与抬高患肢之间的距离，最宜为 20 厘米，动作维持五分钟-十分钟后，缓慢放下，一天三组，一组重复十次。②无负重屈膝练习：护理人员指导患者练习患膝屈曲，行半蹲动作，在同一水平面维持双臀部，脚趾尖不超过膝关节，一日三次，一次十分钟至十五分钟，负重量按照患者的疼痛耐受情况和体重而定。③有负重屈膝练习：患者将双手抬高握单杠，减轻人体重量，通过自体重，不断增加负重量，脚趾尖不超过膝关节，在同一水平面维持双臀部，患者眼看前方，保持直视状态，一日三次，一次十分钟至十五分钟。④上台阶练习：护理工作人员指导患者保持患肢站立，借助于患肢，逐渐地上台阶，防止臀部抬高，脚趾尖不超过膝关节，一日三次，一次五至六个台阶便可。⑤下台阶训练：护理工作人员指导患

者保持患肢站立,依托于健肢作用,使患肢缓慢地下台阶,一日三次,一次五至六个台阶便可,开始训练时,尽可能的选择高度较低的台阶进行训练,而后逐渐增加屈膝角度以及台阶高度。⑥提踵练习:患者按照放平足跟、站立脚趾的方法展开练习,一日三组,一组十次至十五次,维持双腿的负重均匀和平衡。⑦滑车装置练习:患者以轻微阻力向各个方向展开健肢往返摆动、站立患肢的训练,一日三次,一次保持十五分钟-二十分钟。⑧神经肌肉训练练习:站立单脚,脚趾尖不超过膝关节,站立的腿上保持重心,一日三次,一次保持十五分钟-二十分钟。

### 1.3 观察指标

观察两组患者的护理效果,其中分为三项指标,分别是:显效、有效、无效。显效判定的标准为:肌肉萎缩症状完全消失;有效判定的标准为:肌肉萎缩症状有所改善;无效判定的指标为:肌肉萎缩症状无好转的迹象。总有效率=显效率+有效率。

表一 两组患者的术后护理效果情况(%)

组别	例数	显效	有效	无效	术后护理总有效率
观察组	50	40 (80.00)	9 (18.00)	1 (2.00)	49 (98.00)
对照组	50	25 (50.00)	15 (30.00)	10 (20.00)	40 (80.00)
$\chi^2$		-	-	-	8.2737
P		-	-	-	0.0040

### 2.2 对比两组患者护理干预前后的VAS评分

干预前,两组患者的评分数据差异性不显著, $P > 0.05$ ,没有统计学意义;干预后,观察组数据优于对照组数据,数据差异性显著, $P < 0.05$ ,具有一定的统计学意义。详情见表二。

表二 两组患者护理干预前后的VAS评分( $\bar{x} \pm s$ )分

组别	例数	VAS评分	
		干预前	干预后
观察组	50	7.56 ± 1.34	2.09 ± 0.34
对照组	50	7.55 ± 1.30	4.45 ± 1.67
t		0.0378	9.7917
P		0.9699	0.0000

### 3. 讨论

现阶段,在临床上,主要是应用关节镜来实现膝关节损伤疾病的治疗,此种手术方式具有一定的可靠性和安全性,术后恢复时间短,创伤小,并发症发生几率低。手术四至五天后,膝关节损伤患者便可以出院,但是由于恢复关节功能需要较长的时间,并且整个经过需要患者在家进行,为此,强化术后家庭护理干预膝关节损伤患者尤为关键<sup>[4-7]</sup>。术后制动会对膝关节损伤患者关节部位的局部循环产生不利影响,延长患者机体恢复的时间。在各种因素的影响下,包括:肌肉萎缩、关节活动减少等,会大大提高术后患者出现功能障碍的几率,由此可见,在关节功能恢复中,合理有效的功能训练发挥着至关重要的作用<sup>[8-9]</sup>。

根据有关研究发现,在膝关节损伤中,家庭护理干预方法具有一定的可行性,护理工作人员能够按照患者的实际情况,有针对性的创建相关档案,全面掌握和熟悉患者的基础信息,做好登记患者膝关节的评估结果和检查结果,为顺利开展后续的随访工作奠定基础;培训相关护理人员,有助于提升人员的专业能力和实践技能,加强护理工作质量和质量,为患者提供更高质量的护理服务。此次研究结果表明,在护理总有效率方面,观察组的总有效率高于对照组的总有效率,数值与数值

依据视觉模拟评分法(VAS),观察两组干预前后的疼痛评分(VAS)情况,总分为十分,无痛对应的是0分,0分-3分对应的是轻微疼痛,4分-6分对应的是重度疼痛,7分-10分对应的是重度疼痛,10分为剧痛。疼痛情况越严重,得到的分数越高。

### 1.4 统计学意义

本次研究数据应用SPSS20.0统计学软件进行分析处理,其中,计量资料以( $\bar{x} \pm s$ )表示,应用t检验;计数资料以%表示,采用 $\chi^2$ 检验;在两组数据对比分析后,如 $P < 0.05$ ,证明具有一定的统计学意义。

### 2. 结果

#### 2.1 对比两组患者的术后护理效果

在护理总有效率方面,观察组(98%)优于对照组(80%),数值差异显著, $P < 0.05$ ,有统计学意义,详情见表一。

之间有着显著的差异性和区别性,具有统计学意义( $P < 0.05$ )。干预前,在VAS评分方面,观察组数据与对照组数据之间没有显著的差异性, $P > 0.05$ ,没有一定的统计学意义;干预后,在VAS评分方面,观察组数据优于对照组数据,数值与数值之间有着显著的差异性和区别性,具有统计学意义( $P < 0.05$ )。

总而言之,针对于膝关节损伤患者来说,实施家庭护理干预比常规护理干预效果更加显著,能够有效缓解患者的疼痛感,推动患者恢复膝关节功能,临床中值得大力推广和实践。

### 参考文献:

- [1]任靖,房韵秋.家庭护理干预对膝关节损伤患者术后关节功能恢复的影响分析[J].婚育与健康,2021(12):56.
- [2]杨建新.家庭护理干预对膝关节损伤患者术后关节功能恢复的影响分析[J].首都食品与医药,2022,29(5):110-112.
- [3]袁月.家庭护理干预对膝关节损伤患者术后关节功能恢复的影响[J].中国医药指南,2019,17(1):241-242.
- [4]李岩贞.家庭护理干预对膝关节损伤患者术后关节功能恢复的影响分析[J].养生保健指南,2019(10):132.
- [5]白洁晶.家庭护理干预对膝关节损伤患者术后关节功能恢复的效果观察[J].养生保健指南,2019(20):92.
- [6]谢志红,刘华,翁建莲,等.家庭护理干预对膝关节损伤患者术后关节功能恢复的影响观察[J].中国伤残医学,2019,27(13):84-85.
- [7]刘沛君,潘丽英,侯冬,等.家庭护理干预对膝关节损伤患者术后关节功能恢复的影响[J].齐鲁护理杂志,2016,22(10):1-3.
- [8]常青之.家庭护理对膝关节损伤患者术后关节功能的改善和护理措施分析[J].长寿,2021(9):173.
- [9]刘正莲.家庭护理干预对膝关节损伤患者术后关节功能恢复的影响观察[J].饮食保健,2018,5(38):169.