

延伸性护理在髋关节置换术后患者康复训练中的应用

史菊香

北京市密云区医院 北京 101500

北京大学第一医院密云医院 北京 101500

【摘要】：目的：探索延续性护理内容在髋关节置换术后患者康复训练中的应用价值。方法：采取随机颜色球抽取法将本院 2021 年 5 月-2022 年 4 月期间，收治的 98 例患者，分为干预组与对照组，各 49 例。对照组进行常规护理，给予干预组延伸护理服务，对比两组髋关节功能、护理满意度、并发症发生率以及跌倒指数。结果：在髋关节功能、并发症发生率、护理满意度和跌倒指数上，两组都存在统计学差异 ($p<0.05$)。结论：选择延伸护理服务，对髋关节置换术后患者进行干预，不仅可以提高康复训练的效果，还能够改善患者的活动能力，值得推广。

【关键词】：延伸护理服务；髋关节置换术；康复训练

Application of extended nursing in rehabilitation of patients after hip replacement

Juxiang Shi

Beijing Miyun District Hospital Beijing 101500

Miyun Hospital Peking University First Hospital Beijing 101500

Abstract: Objective: To explore the application value of continuous nursing content in rehabilitation training of patients after hip replacement. Methods: 98 patients admitted to our hospital from May 2021 to April 2022 were divided into intervention group and control group by random color ball sampling method, with 49 patients in each group. The control group was given routine nursing, and the intervention group was given extended nursing services. The hip joint function, nursing satisfaction, complication rate and fall index were compared between the two groups. Results: there were significant differences between the two groups in hip joint function, complication rate, nursing satisfaction and fall index ($p<0.05$). Conclusion: Choosing extended nursing service to intervene patients after hip replacement can not only improve the effect of rehabilitation training, but also improve the activity ability of patients, which is worthy of promotion.

Keywords: Extended care services; Hip replacement; Rehabilitation

随着我国医学技术水平的提高，髋关节置换术在临床上的应用范围越来越广，其功能作用是对创伤后的关节畸形，或关节炎等，进行手术治疗，目的是缓解病人的疼痛。虽然此手术能够改善患者的基本情况，提高其生活质量，但部分患者由于自身不重视康复训练，依从性差，这会影响到预后，降低手术治疗的效果^[1]。对此，术后康复训练非常重要，医护人员要指导患者及其家属掌握其中的要点，通过科学的护理指导，提高训练效果，确保整体训练的延伸性。通过为此类病人提供延伸护理服务，强化其功能锻炼的依从性，从而促进其预后的有效改善。

1 资料和方法

1.1 一般资料

采取随机颜色球抽取法将本院 2021 年 5 月-2022 年 4 月期间，收治的 98 例患者，分为干预组 ($n=49$) 与对照组 ($n=49$)。

纳入标准：①都为首次接受人工全髋关节置换术；②患者在术后病情稳定后，不存在严重并发症；③没有心、肺、脑等脏器疾病者；④患者及家属都是自愿参与本次研究，并且同意出院后，进行连续 6 个月的延伸护理干预，并且已经签署了知情同意书。

排除标准：①存在其他部分骨折与外伤，恶性肿瘤，或是术前长期卧床患者；②具有认知障碍者，不能进行本次研究的患者。所纳入的 98 例患者中，男 57 例，女 41 例；最小年龄 51 岁，最大年龄 69 岁，均值 (65.36 ± 2.17) 岁。比较两组患者的一般资料，没有显著差异性 ($p>0.05$)，有可比性。

1.2 方法

1.2.1 对照组

该组进行常规护理干预：根据患者的病情变化情况，进行针对性的康复指导，在手术的当天，要注意对术侧肢体的训练，将其外展 30° ，处于中立位，然后穿上防旋鞋。术后的第 2 天，需要在患者耐受情况下，正确指导他们进行踝关节锻炼，协助病人从足跟开始，进行压力递减等运动，加强对股四头肌的锻炼。患者在卧床期间，还需要应用关节练习器，辅助其进行训练，每天 2 次，每次 1h，然后慢慢增加训练的时间，通常需要增加到 1 天 6h。

患者在进行关节屈曲锻炼时，一定要遵守循序渐进的原则，也就是慢慢增加关节屈曲的角度。若疼痛症状明显，不可

盲目发力，加强对锻炼幅度的有效控制。一般情况下，每过 2 天，屈曲的角度需要增加 10° ，术后的 2 周，就能够达到 110° 。

在进行完此训练的 1 周后，还要正确指导患者进行下肢受力等训练，如可以搀扶病人，完成半负重训练，慢慢行走。需要注意的是，不管是哪种训练，在早期，都要有家属，或者是医护人员进行陪同，并且活动的范围，不能够太大，避免出现其他意外情况。

1.2.2 干预组

在参照组的基础上给予此组延伸护理服务，内容如下：

（1）成立延伸性护理小组。小组的组长需要由经验丰富的护士长担任，然后结合病人的实际情况，建设个人档案，对其相关信息进行全面记录，比如文化水平、饮食用药情况和术后恢复情况等。结合记录的内容，定期开展综合性评估工作，从而为病人提供更加诊断性的护理服务。

（2）评估与护理方案的制定。在病人出院的前 1 周，需要对他们的活动能力、术后伤口愈合程度、活动能力和功能锻炼情况等内容，进行分析与评估，并且还要考虑到患者有无医疗保障等情况，然后确立延伸服务的对象，开展早期锻炼以及延伸护理等服务。根据患者的情况，制定以功能锻炼为主的护理方案，将饮食、预防和用药等内容，制作成小册子，发放给患者以及家属。同时，还需要注明主管医生以及责任护士的姓名，标注好联系方式等重要内容。当然，在此过程中，还要记录好功能锻炼的实施计划，让患者了解其中的相关步骤。

（3）延续性心理疏导。患者在进行置换术，由于存在比较长的恢复时间，并且受到疼痛等因素的影响，在治疗中非常容易产生焦虑等不良情绪，这会降低其在术后训练的依从性，影响康复进程，降低整体训练的效果。

在术后需要及时对患者进行心理疏导，鼓励患者与家属、朋友之间积极沟通，并且医护人员在具有的功能训练中，也要给予患者充分的关心，用安慰性的语言，帮助其树立治疗自信心。此外，还要将病人的病情、术后康复训练的内容等，告知给患者，提高其认知能力，让他们不管是在训练中，还是在日常生活中，都要时刻保持冷静，从而促进疾病的恢复速度，强化其治疗依从性。

注意延伸服务方式。首先是电话干预，在患者出院的 1 到 2 周左右，责任护士需要对其进行及时电话的随访，随时进行科学指导，了解他们的功能锻炼进展以及病情的恢复情况。

网络干预。对于条件好的患者以及家属，医护人员可以利用微信、微博等方式，随时与他们积极沟通，通过日常的互动，掌握患者的训练情况。

（4）家庭随访。也及时面对面交流，通过及时指导，帮助患者解决康复训练中的问题。当然，还要定期上门为患者进行指导服务，不仅可以及时发现他们在功能锻炼中的问题，还

能够通过面对面的指导，让其掌握正确的锻炼方法，最好让患者有计划地进行康复训练，确保锻炼的规范性，提高手术治疗的效果，改善预后。对患者使用助行器，或是拐杖时的问题进行评估，然后进行正确的现场指导。掌握病人生活自理情况，鼓励他们做一些力所能及的自理训练，提高其日常活动能力。

（5）综合性评价。完成随访等工作后，医护人员要对患者的髋关节置换术后情况，功能锻炼等情况，进行综合性分析与评价，结合其中的不足，制定整改方案。此外，还要调查病人及其家属，对临床护理服务的满意程度，进而不断提高护理服务水平。

1.3 观察指标

①采取建立微信群方法，调查患者的护理满意度。（满意度 = 满意例数 / 单组例数 $\times 100\%$ ）。②统计分析两组的并发症发生情况，主要包括活动障碍、髋关节粘连和疼痛。③采取 FI 量表，对患者的跌倒指数进行评估，总分 60 分，分数越高，表示跌倒的风险就越高。④髋关节功能：应用 Harris 量表，对其进行评价，总分为 100 分，分数与髋关节功能改善情况，成正比。

1.4 统计学分析

录入 SPSS18.0 软件进行统计处理，采用 t 检验计量资料，用 χ^2 对计数资料检验， $p < 0.05$ 时有统计学意义。

2 结果

2.1 对比两组患者临床满意度

经干预，对照组整体满意度，低于干预组。详见表 1：

表 1 两组满意度对比[n (%)]

组别	例数	非常满意	基本满意	不满意	满意度
干预组	49	30	18	1	97.96
对照组	49	28	14	7	85.71
χ^2					4.900
P					0.027

2.2 对比两组患者并发症发生率

对照组并发症发生率为 16.33%，高于干预组的 4.08%。如表 2：

表 2 两组并发症发生率对比[n (%)]

组别	例数	髋关节粘连	活动障碍	疼痛	并发症发生率
干预组	49	1	0	1	4.08
对照组	49	3	2	3	16.33
χ^2					4.009
P					0.045

2.3 比对两组跌倒指数

在跌倒指数上, 干预组较对照组优。如表 3:

表 3 两组跌倒指数对比[n (x ± s)]

组别	例数	干预前	干预后
干预组	49	54.66 ± 3.35	10.27 ± 1.16
对照组	49	54.61 ± 3.38	20.33 ± 2.41
t	/	0.074	26.329
P	/	0.942	0.000

2.4 对比两组髌关节功能

护理前, 两组在关节功能改善方面, 无差异性 (p>0.05); 护理干预后, 干预组的整体改善情况, 显著优于对照组 (p<0.05)。见表 4:

表 4 两组髌关节功能对比[n (x ± s)]

组别	例数	护理前	护理后
干预组	49	52.83 ± 4.46	81.33 ± 6.57
对照组	49	52.84 ± 4.19	75.69 ± 5.61
t	/	0.011	4.570
P	/	0.991	0.000

3 讨论

现如今, 髌关节置换术已成为临床上, 治疗髌关节功能的主要方式之一, 但在进行完此手术后, 需要进行功能锻炼。若锻炼不正确, 或不及时, 会导致胶原组织出现沉积, 引发髌关节粘连, 降低病人的活动能力。值得注意的是, 康复锻炼训练, 与其他锻炼方式存在一定的差异性, 一定要根据患者的病情变化, 提前制定科学的计划, 并且医护人员还要采取措施, 调动患者锻炼积极性, 一定要指导其严格按照计划, 完成相关的锻炼活动^[3]。即便是在出院后, 要定期进行康复训练, 只有这样才能强化整体训练的效果, 改善患者的预后。然而, 大部分患者在出院后, 受到疼痛等因素的影响, 整体训练依从性不强。

常规的护理方式, 患者通常只可以在住院期间, 接受各种护理服务, 然而由于社会保险, 或者是商业保险等特点, 在一定程度上影响了病人的住院时间。对于短期住院的患者, 并不能准确了解和掌握自我护理的技巧, 也不了解康复训练中的要点, 这会影响出院后患者的康复速度。而延伸护理在临床上的应用, 不仅突破了以前的护理模式, 医护人员还能够通过及时

参考文献:

- [1] 杨舒宇. 康复训练图谱量化对髌关节置换术后患者康复效果影响[J]. 内蒙古医学杂志, 2022, 54(3): 373-375.
- [2] 靳风杰, 杨永康, 范小艳. 全髌关节置换术后恐惧症患者自我超越能力与康复训练依从性的相关性研究[J]. 心理月刊, 2022, 17(5): 25-27.
- [3] 曹骏, 宋伶俐. 量化功能训练联合图谱对髌关节置换术后患者康复锻炼依从性的影响[J]. 护理实践与研究, 2022, 19(5): 779-781.

随访, 短信沟通, 或者是面对面指导等方式, 为已经出院后的患者提供个性化护理服务, 提高护理服务效果, 减少意外情况的发生, 促进疾病的康复进程。虽然髌关节置换术, 可以缓解患者的疼痛感, 改善其临床症状, 改善患者的生活质量。但如果患者在手术, 没有进行正确的功能锻炼, 会导致髌关节粘连, 降低其日常活动能力, 引发多种并发症, 不能达到预期的手术效果。因此, 为了提高病人的训练依从性, 加强他们对此项工作的重视, 要为其提供延伸性护理服务, 将患者作为护理中心, 除了要在院内对其进行康复指导, 在他们出院后, 仍可以提供全方位护理指导。医护人员能够通过定期随访, 掌握他们日常功能训练的程度, 规范其锻炼的行为。

在持续性和正确的锻炼指导下, 患者的髌关节功能, 能够得到非常快的恢复, 整体的预后效果也会显著提高。如果在医院方面讲, 延伸护理不仅弥补了传统护理工作中的不足, 还在一定程度上大大丰富护理内容, 拓展了优质护理的内涵, 帮助医院树立了自身的威信, 更提高了临床医护质量。在社会方面, 这种护理方式能够缩短病人的平均住院日, 提高了整体床位的使用率, 可以在减轻医药负担的同时, 减少医疗成本。对于患者来说, 髌关节置换术能够及时解除关节疼痛, 促进关节功能的恢复。但关节的功能锻炼较为复杂, 特别是对于 60 岁以上的患者来说, 整体难度大。再加上, 其对准确度的要求非常高, 容易引发并发症。而延伸护理在其中的应用, 可以为患者提供全方位的护理服务, 保证护理的持续性, 加快其康复进程。

通过对全髌关节置换术的分析, 发现其主要是借助人工关节组件, 替代损坏, 或是病变髌关节, 让患者的髌关节功能, 可以得到快速恢复, 提高其生活能力。然而, 此类患者在术后一般需要长时间的恢复, 若出现不良生活方式, 或是不重视康复训练, 就会导致组件磨损, 从而引发疼痛、功能减退等多种并发症。

值得注意的是, 在进行完置换术后, 要进行及时的康复训练, 通过对患者进行延伸性护理服务, 促进其预后的改善。所以说延伸服务在提高术后功能锻炼等方面, 存在非常好的作用价值, 可以让病人在出院后更有目标、有计划地开展康复训练, 强化整体手术治疗的效果, 提高患者训练的积极性, 从而进一步改善术后的康复效果。

由此可见, 应用延伸护理服务, 对髌关节置换术后患者进行综合性干预, 可以改是其跌倒指数, 提高其关节活动能力, 减少并发症的发生, 进而提高患者的护理满意度。