

肘部损伤术后肘关节功能障碍的康复护理效果观察

果海尔妮萨·阿卜杜喀迪尔 谭文丽

新疆医科大学第六附属医院 新疆 乌鲁木齐 830000

【摘要】：目的：分析在肘部损伤术后肘关节功能障碍患者护理中应用康复护理产生的护理影响。方法：在本院肘部损伤术病例系统中选择 2022 年 3 月至 2022 年 12 月期间收治患者 82 例，将患者资料合理打乱，其中 41 例患者设定为研究组，另外 41 例患者设定为常规组。常规组按照改科室护理要求实施基础护理，研究组接受功能康复护理，分析两种不同护理模式产生的护理影响。结果：常规组康复优良率、上肢功能评分、护理质量评分均明显差于研究组，且不良反应发生率、不同时间段疼痛评分均显著高于研究组（ $P < 0.05$ ）。结论：在接受肘部损伤术后肘关节功能障碍患者护理中应用功能康复护理，可以明显提升患者肘关节活动功能，同时提高其生活质量，值得推广。

【关键词】：肘部损伤术；康复护理；肘关节功能障碍

DOI:10.12417/2705-098X.23.10.012

Effect of rehabilitation nursing on elbow dysfunction after elbow injury

Gohair Nisa Abdulqadir, Wenli Tan

The Sixth Affiliated Hospital of Xinjiang Medical University Xinjiang Urumqi 830000

Abstract: Objective: To analyze the nursing effect of rehabilitation nursing in the nursing of patients with elbow joint dysfunction after elbow injury. Methods: A total of 82 patients admitted to our hospital from March 2022 to December 2022 were selected in the elbow injury surgery case system, and the patient data were reasonably shuffled. Among them, 41 patients were set as the study group, and the other 41 patients were set as the conventional group. The routine group received basic nursing according to the nursing requirements of the department reform, and the study group received functional rehabilitation nursing. The nursing effects of the two different nursing models were analyzed. Results: The rehabilitation excellent rate, upper limb function score, and nursing quality score of the routine group were significantly worse than those of the study group, and the incidence of adverse reactions and pain scores at different time points were significantly higher than those of the study group ($P < 0.05$). Conclusion The application of functional rehabilitation nursing in the nursing of patients with elbow joint dysfunction after elbow injury can significantly improve the activity function of the elbow joint and the quality of life of patients, which is worthy of promotion.

Keywords: elbow injury; Rehabilitation nursing; Elbow joint dysfunction

肘关节呈强直性状态是肘关节受伤之后极为常见的并发症之一，主要由于该部位受到损伤之后由于长时间固定不变，会导致肘关节部位软组织粘连以及瘢痕挛缩从而诱发功能问题发生^[1]。临床表现主要有肘关节自主或者被动活动受到限制，部分症状严重患者可能会出现肘关节、肩关节脱位的情况，此类症状发生之后会导致患者肘关节功能暂时或者长久丧失，会对其正常生活与工作造成严重影响。目前，现代医学上针对此类疾病一般都是采用手术方式进行治疗，但是有手术治疗之后也会对患者肘关节造成一定损伤，在一定程度上加重了患者肘关节功能障碍，故而术后患者需要长时间接受康复治疗，才能恢复至正常功能状态，降低对其生活与工作的影响。随着肘关节术后康复护理研究不断深入，发现针对此类肘关节功能障碍患者实施功能康复护理，可以有效促进其肘关节功能恢复，同时减少肘关节术后僵硬、疼痛以及活动受限等相关问题发生，有助于提升患者生活质量，帮助患者尽快回归正常生活。故而，对于肘部关节术后肘关节功能障碍患者实施康复护理干预，对

促进其肘关节功能恢复具有十分重要的意义。基于此，本次探究选择我院肘关节功能障碍患者实施康复护理，分析其产生的护理影响，具体报道如下。

1 资料与方法

1.1 资料

在本院肘部损伤术病例系统中选择 2022 年 3 月至 2022 年 12 月期间收治患者 82 例，将患者资料合理打乱，其中 41 例患者设定为研究组，另外 41 例患者设定为常规组。研究组年龄分布为 27-51 岁，平均（ 36.4 ± 8.16 ）岁；常规组年龄分布为 28-52 岁，平均（ 37.1 ± 8.09 ）岁。将两组患者肘关节僵直严重程度以及年龄等一般资料进行比较之后无显著差异（ $P > 0.05$ ），具有比较价值。

纳入标准：①本次参与调研患者在接受 X 线以及 MRI 检查之后均确诊为比较严重的肘关节损伤；②所有患者与其家属均是自愿且同意参与本次调研；③所有患者均是意识清醒，可以正常配合调研且都是接受手术治疗；④本次参与患者已排除

语言、精神以及智力障碍患者。

1.2 方法

常规组按照改科室护理要求实施基础护理。

研究组接受功能康复护理，主要有：

(1) 运动

在患者手术结束后第二天开始功能康复运动，将患者接受治疗的肘关节固定好之后，指导患者利用肌肉进行静力拉伸和收缩训练，比如：抓握、伸屈手指以及张手等，不同动作交替重复练习，时间保持 10s 左右，每十个动作为一组，每天进行三至六组训练，根据患者耐受程度适当增加运动力度和次数。

(2) 按摩

应用中医按摩手法对患者相关部位进行按摩，可以有效促进肘关节部位血液循环，配合中频脉冲对患者肘关节周边穴位进行电刺激，促使骨骼肌被动兴奋，每天治疗 2 次，每次治疗时间四十分钟^[2]。

(3) 康复训练

①在手术后早期，肘关节被固定期间，可以先引导患者适当进行手臂和前臂肌肉收缩训练，训练部位遵循由远至近的原则。1-3 周左右可以开始增加关节作用训练，主要训练该部位屈肘力，活动健侧肢体，练习协调均衡性^[3]。主要可以通过对患者大臂、小臂肌肉进行按摩，可以有效增加该组织部位的血氧与营养供给，有助于促进患侧肢体快速康复。当恢复至一定程度之后，由被动训练逐渐转化为主动训练，肘关节主动训练主要包含关节推、拉、转等运动，可以有效避免关节组织粘连和肌肉萎缩发生。

②当患者肘关节恢复到一定程度时，就需为患者拆除固定装置，并指导患者开始自主活动肘关节以及负重练习，用以增加肌力。训练过程中，如果肘关节发生肿胀或者疼痛，可以使用冰袋帮助患者缓解疼痛，同时可以有效帮助患者改善肘关节运动功能。对患者实施康复训练的目的在于帮助其改善肌肉萎缩、促进关节活动功能。因此，要根据患者病情的个体差异性合理制定相对应的康复训练计划，在患者身体允许的情况下尽早开始进行功能康复训练。在此过程中，护理人员要指导或者鼓励患者独自进行活动，并且训练强度要以患者自身耐受程度为标准，以不感受到疼痛和疲惫为最佳。

(4) 心理护理与健康宣教

临床治疗中发现，很多患者由于肘关节部位受到损伤，影响正常生活，加之损伤部位带来的生理疼痛，非常容易诱发患者产生痛苦、沮丧的负面心理情绪。因此，在日常执行护理操作期间，护理人员要主动与患者之间保持交流，通过患者语言表现以及精神状态对其心理状态进行评估，针对心理异常患者要及时采取疏导措施进行干预。另外，可以给患者讲解保持良

好心态对疾病治疗与康复的重要性，以及此类疾病的治疗方案、过往治疗成功的案例、手术治疗容易诱发的并发症以及对预防护理措施，加深患者对此类疾病的认知，引导患者正确看待自身疾病，帮助纠正其错误的疾病认知，促使患者配合治疗与康复护理^[4]。此外，还可以及时与患者家属沟通患者病情发展情况，寻求帮助，共同开导患者以及辅助患者进行功能康复训练。

(5) 饮食与日常生活护理

在患者康复期间，护理人员要对患者不合理的饮食内容进行指出、纠正。由于患者肘部关节损伤，故而可以指导患者食用鸡蛋、牛肉等富含优质蛋白的食物，另外饮食烹煮方式要保持清淡、易消化，不仅可以增强患者身体免疫力，同时还可以保障身体所需营养均衡。另外，叮嘱患者日常生活要适当活动患肢，活动状态要保持患处关节部位不疼痛为最佳。适当练习自主刷牙、拧毛巾以及书写等，并叮嘱患者按时回院进行检查护理。

1.3 观察指标

对比两组患者康复优良率、上肢功能评分、护理质量评分、不良反应发生率、不同时间段疼痛评分。

1.4 统计学方法

本次研究数据经过 SPSS25.0 专业统计学软件处理， $P < 0.05$ 具有统计学意义。

2 结果

2.1 两组患者康复优良情况

常规组康复优良率（75.61%）明显差于研究组（95.12%）（ $P < 0.05$ ），详见表 1。

表 1 两组患者康复优良率比较

组别	例数 (n)	优 (n)	良 (n)	差 (n)	优良率 (n/%)
常规组	41	16	15	10	31 (75.61%)
研究组	41	20	19	2	39 (95.12%)
P	-	<0.05	<0.05	<0.05	<0.05

2.2 两组患者护理质量评分

常规组护理质量评分明显差于研究组（ $P < 0.05$ ），详见表 2。

表 2 两组患者护理质量评分比较

组别	例数 (n)	护理方案	护理措施	护理态度	护理细节
常规组	41	17.8±3.6	17.4±3.1	18.7±3.4	19.4±2.4
研究组	41	21.5±3.1	22.6±2.6	23.8±3.8	23.4±3.9
P	-	<0.05	<0.05	<0.05	<0.05

2.3 两组患者上肢功能评分

常规组上肢功能评分明显差于研究组 ($P<0.05$)，详见表 3。

表 3 两组患者上肢功能评分比较

组别	例数 (n)	抓握	侧捏	放置	前旋后转
常规组	41	7.2±1.2	4.6±1.8	3.5±1.0	14.3±2.1
研究组	41	9.8±1.5	6.4±1.9	5.9±1.6	18.4±2.7
P	-	<0.05	<0.05	<0.05	<0.05

2.4 两组患者不同时间段疼痛评分

常规组不同时间段疼痛评分明显高于研究组 ($P<0.05$)，详见表 4。

表 4 两组患者不同时间段疼痛评分比较

组别	例数 (n)	干预前	干预后 1 个月	干预后 2 个月
常规组	41	5.8±1.6	3.9±1.1	1.6±0.9
研究组	41	5.7±1.5	2.8±1.0	0.5±0.3
P	-	<0.05	<0.05	<0.05

2.5 两组患者不良反应发生情况

常规组不良反应发生率明显高于研究组 ($P<0.05$)，详见表 5。

表 5 两组患者不良反应发生率比较

组别	例数 (n)	疼痛 (n)	感染 (n)	损伤再次复发 (n)	总发生率 (n%)
常规组	41	3	2	2	7 (17.07%)
研究组	41	1	1	0	2 (4.88%)
P	-	<0.05	<0.05	<0.05	<0.05

参考文献:

- [1] 陆瑾,季小娟,张丽娟,陈春美.对肘关节骨折患者术后采用早期综合康复护理的效果及对功能恢复的影响分析[J].系统医学,2021,6(19):162-165.
- [2] 郎杰.康复护理干预对肘关节骨折术后功能恢复的影响[J].中国冶金工业医学杂志,2021,38(04):418-419.
- [3] 王秀丽.康复护理对肘关节骨折术后功能恢复的影响[J].中国冶金工业医学杂志,2021,38(04):477-478.
- [4] 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,2021,30(01):180-181.
- [5] 张文琦.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探讨[J].医学理论与实践,2020,33(22):3853-3855.

3 讨论

人体组织结构中,肘关节是支撑上臂活动的关键点,其主要功能在于可以辅助前臂转动和屈伸。肘关节受伤之后不会影响身体的整体活动,但是长期关节不动以及缺乏正确的康复指导,会导致患者关节功能恢复时间延长,降低患者生活质量。临床医学上,针对肘关节损伤患者大多是应用手术治疗的方式,但是手术治疗也会对患者造成一定创伤,同时术后恢复时间也会延长,再加之没有进行科学有效的护理干预,非常容易导致肘关节部位再次受到损伤,从而降低手术治疗效果,同时加重患者疼痛感受^[5]。此外,患者肘关节在接受手术治疗之后,如果长时间不进行活动锻炼,就非常容易发生关节僵直以及静脉血栓相关并发症发生,会严重影响肘关节功能恢复,诱发术后各种肘关节功能障碍发生,症状严重患者可能会永久丧失肘关节活动能力。据康复专业相关人员研究发现,针对肘关节损伤术后患者实施康复护理干预,其主要内容在于根据患者个体差异合理制定康复计划,根据患者身体恢复情况在不同的时间段实施不同是康复护理措施,可以多方面满足患者肘关节康复护理需求。

在本次探究中,对研究组患者实施康复护理干预,通过被动运动训练减少软组织粘连;对患肢肘关节部位对应穴位进行按摩,促进关节部位血液循环;再根据患者身体恢复情况实施相对应的康复训练,其中抓握活动可以有效促进患者肌肉收缩运动,有助于促进肘关节软骨组织和滑囊的新陈代谢,并且可以很大程度上预防肌肉萎缩发生;并对患者心理、饮食内容以及日常护理注意事项进行指导,最终该组患者各项数据均明显优于常规组 ($P<0.05$)。

综上所述,在肘部损伤术后肘关节功能障碍患者护理中应用康复护理干预,促使患者肘关节功能障碍得到明显改善,不仅有效减少并发症发生,还可以辅助提升患者生活质量,具有推广意义。