

快速康复模式在膝关节镜手术后患者护理中的应用

杨丹丹 罗 珊

新疆医科大学第六附属医院 新疆 乌鲁木齐 830000

【摘要】：目的：分析对膝关节镜手术后患者开展快速康复护理模式的效果和作用。方法：从2022年6月到2023年3月到院进行膝关节镜手术后患者中选择57例，按照不同的康复护理模式分为研究组和参照组。对研究组的患者开展快速康复护理模式，对参照组患者开展常规康复护理模式，对比两组的疼痛改善情况、并发症发生率、关节活动度情况以及护理服务满意度情况。结果：对比数据，发现研究组患者疼痛程度和关节活动度改善更加明显，并发症的总发生例数比参照组少，并且研究组患者对护理服务更加满意，两组数据之间的差异具有显著性（ $P<0.05$ ）。结论：通过研究可知，对膝关节镜手术后患者开展快速康复护理模式，能有效改善患者术后疼痛程度和关节活动度，降低并发症发生率，促进护理服务满意度提升。

【关键词】：膝关节镜手术；快速康复护理模式；效果和作用

DOI:10.12417/2705-098X.23.10.080

To explore the application of rapid rehabilitation mode in nursing of patients after knee arthroscopic surgery

Dandan Yang, Shan Luo

The Sixth Affiliated Hospital of Xinjiang Medical University Xinjiang Urumqi 830000

Abstract: Objective: To analyze the effect and role of rapid rehabilitation nursing mode for patients after knee arthroscopic surgery. Methods: A total of 57 patients who underwent knee arthroscopic surgery in our hospital from June 2022 to March 2023 were selected and divided into a study group and a reference group according to different rehabilitation nursing models. The patients in the study group were given rapid rehabilitation nursing mode, and the patients in the reference group were given routine rehabilitation nursing mode. The improvement of pain, the incidence of complications, the range of motion of joints and the satisfaction of nursing service were compared between the two groups. Results: Compared with the reference group, the pain degree and joint activity of the study group were improved more obviously, the total number of complications was less, and the study group was more satisfied with the nursing service, the difference between the two groups was statistically significant ($P<0.05$). Conclusion: The rapid rehabilitation nursing model for patients after knee arthroscopic surgery can effectively improve the postoperative pain and joint mobility of patients, reduce the incidence of complications, and promote the improvement of nursing service satisfaction.

Keywords: knee arthroscopy; Rapid rehabilitation nursing mode; Effects and Effects

膝关节炎属于骨科临床常规的疾病，主要以中老年患者居多。患病后患者会出现膝盖红肿、疼痛、积液，甚至行动不便等情况，如得未及时有效的救治，可使患者致残。膝关节镜手术是用于治疗膝关节炎的常见治疗手段，虽然该手术属于一种微创手术，但是术中需要进行麻醉以及手术本身的创伤都会给患者造成一定的损害，如果在术后没有得到科学护理，患者极易出现感染、疼痛、切口渗血等并发症，影响患者身体恢复进程^[1]。因此，在术后对患者实施有效的护理康复干预，能够有效改善患者并发症发生情况，提高患者恢复速度。快速康复模式是以循证医学为参照，为减少患者术后并发症发生、促进患者康复速度的护理模式。该护理模式能够弥补常规护理模式中对患者疾病知识普及不够、术后护理及时以及康复指导全面等问题，让患者能够在护理下尽快度过手术危险期，促进患者身体康复。本文将分析在关节镜手术后患者中实施快速康复护理模式的效果和作用。

1 一般资料与方法

1.1 一般资料

在2022年6月到2023年3月期间到医院治疗膝关节炎的患者中选择57例患者参与研究中，根据对其实施的不同术后护理方式将其分为研究组（28例）和参照组（29例）。参与研究的体检者资料差异无统计学意义， $P>0.05$ ，具有研究比较价值。

纳入标准：所有参与研究的患者均符合膝关节镜手术指征；患者均无重大基础疾病；患者均无意识、精神障碍。

1.2 方法

予以参照组患者常规的膝关节镜手术术后护理，包括对镇痛护理、药物护理等基本护理内容。

予以研究组患者快速康复护理模式，内容主要包括：

（1）术后对患者情况进行整体评估，包括患者的疼痛程

度、负面情绪、膝关节伸展情况等方面。护理人员根据患者各方面的评估结果,为患者制定有侧重点的护理计划,以让患者能够得到有效的护理干预,缩短患者身体恢复时间。

(2) 术后,护理人员首先因对患者进行疾病相关知识宣教,宣教内容可以口头讲解、电视机、广播、海报等方式进行,用通俗易懂的语言让患者了解疾病发病因素、治疗效果以及症状表现等知识,另外宣教内容还可包括日常保健知识、生活饮食指导等。护理人员开展健康宣教的意义在于提高患者治疗和护理的依从性,减少患者对治疗的疑虑,能够起到提高康复效果、预防并发症的作用。此外,还能够促进护患关系和谐,为医护人员以及医院树立良好的形象。

(3) 回到病房需去枕平卧,在护理人员的协助下翻身活动,并对患者的各项生命体征进行监测,及时记录反馈到主治医师。如果患者有引流管,则需留意患者引流管是否一直处于畅通,并记录患者的引流液的颜色、量等情况。患者伤口敷料也应随时保持干净、干燥,以免伤口经久不愈或感染。

(4) 根据患者身体的耐受力,为患者制定康复计划。在膝关节镜术后予以患者有效的康复护理可增强治疗效果,促进患者各项机能恢复。促进患者各方面机能尽快康复。康复护理合理应用,可以防治创伤性关节炎,预防肌肉萎缩,关节粘连等状况发生^[2]。同时,有利于改善病人腿部血液循环,防止深静脉血栓形成,加快患者的膝关节功能的恢复,具有优越性。手术麻醉消失后,护理人员就可以指导患者开始进行足部背曲、股四头肌等的长收缩运动,每个动作每次可保持10秒左右,并重复进行。术后24小时后则可根据患者情况进行直抬高腿的功能恢复训练。被动运动可每日进行两次,每次时间不少于半小时,腿部抬高幅度可逐渐增加。术后3天,可协助患者在床沿坐起,小腿自然下垂,膝关节弯曲,凭借重力让膝关节得到屈曲锻炼,待患者能够接受后可增加腿部伸直、弯曲等活动。术后一周,则可鼓励患者下地站立,并随着患者恢复情况增加行走练习。

(5) 在进行手术伤口拆线后,可以对伤口周围的软组织和局部瘢痕进行按摩,以刺激瘢痕的软化和组织的弹性增强。如需要伸膝功能锻炼时,应尽量抬高膝部,使关节处于伸直位。为促进下肢康复,可实施髌骨活动,待病情稳定后,每日进行髌骨左右上下的移位以促进康复。为预防慢性炎症以及慢性疼痛的情况发生,可在手术后服用非甾体药物,以缓解膝关节的炎症反应和减轻术后疼痛,也有助于患者进行肢体康复锻炼^[3]。

(6) 在患者出院之前,护理人员必须告知患者重要的注意事项,以确保患者出院后的安全和健康。在出院后,建议患者严格遵守医嘱,按照规定的时间和剂量进行药物治疗,以确保疗效最大化,并定期到医院复查。居家后如果伤口红肿、发热、肿胀、疼痛加剧等情况要及时到医院就诊检查。家属要督促患者日常加强对膝关节屈曲、伸直、行走等活动锻炼,保

持在住院期间的锻炼方法和节奏。同时,在日常锻炼一定要注意安全,并遵医嘱限制关节活动,以免造成二次伤害。恢复锻炼时要循序渐进,不可过度哦活动。居家后的饮食要保持清淡,饮食结构和规律要合理,不可暴饮暴食。保持身体营养,提高身体免疫力。另外,体重过重则要合理减重,保持合适体重能够减轻关节负担。日常上下楼梯、走路、跑步等也要适度,以免增加膝关节磨损程度,少提重物,上下楼梯多用扶手。

1.3 观察指标

使用疼痛量表对患者术后12小时、术后一天以及术后两天的疼痛程度进行评估,评分越高则疼痛越剧烈。

统计两组患者在术后并发症发生例数。

护理前和护理后对患者的关节活动度情况进行评估,评分越高则患者关节活动度越佳。

采用问卷形式收集患者对护理服务的满意度情况,分为非常满意、满意和不满三种评价标准。

1.4 统计学方法

通过采用SPSS24.0统计软件对数据进行录入和分析,若 $P<0.05$ 则数据差异有统计学意义。

2 结果

2.1 两组患者疼痛程度改善情况

对比两组患者在三个时间段的疼痛评分情况,可见研究组患者护理后的疼痛程度改善更加明显,两组数据对比差异明显 $P<0.05$,数据对比见表1。

表1 两组患者护理后疼痛改善情况对比(分)

组别	例数	术后12小时	术后一天	术后两天
研究组	28	2.93 ± 0.41	2.63 ± 1.38	2.54 ± 0.56
参照组	29	4.15 ± 1.13	3.75 ± 1.15	3.57 ± 1.14
P	$P>0.05$	$P<0.05$	$P<0.05$	$P<0.05$

2.2 两组患者关节活动度对比

在护理前和护理后对患者的关节活动度情况进行评估,可见研究组在护理后的关节活动度改善情况比参照组患者更加明显,两组数据差异明显 $P<0.05$,具体见表2。

表2 两组患者关节活动度情况对比(分)

组别	例数	护理前	护理后
研究组	28	34.45 ± 2.32	92.44 ± 2.44
参照组	29	34.56 ± 2.43	79.31 ± 2.54
P	$P>0.05$	$P>0.05$	$P<0.05$

2.3 两组患者并发症发生情况

对两组患者在护理期间的并发症发生例数进行记录, 研究组患者的并发症发生率为 0.00%, 参照组患者发生率为 10.34%, 两组数据差异明显 $P<0.05$, 具体见表 3。

表 3 两组患者并发症发生情况对比 (n,%)

组别	例数	切口感染	切口渗血	发生率
研究组	28	0	0	0.00
参照组	29	2	1	10.34
P	$P>0.05$	$P<0.05$	$P<0.05$	$P<0.05$

2.4 两组患者护理服务满意度

整理问卷调查表, 研究组患者对护理服务的满意度为 100.00%, 参照组患者对护理服务的满意度为 93.10%, 可见研究组患者满意度高于参照组, 两组数据差异明显 $P<0.05$, 具体见表 4。

表 4 两组患者护理服务满意度情况对比 (n,%)

组别	例数	非常满意	满意	不满意	满意度
研究组	28	16	13	0	100.00
参照组	29	11	16	2	93.10
P	$P>0.05$	$P<0.05$	$P<0.05$	$P<0.05$	$P<0.05$

3 讨论

膝关节镜手术常用来治疗膝关节炎患者, 手术会对患者产生一定伤害, 若手术后得不到科学的护理, 患者很容易发生感染、疼痛加剧、切口渗血等不良反应, 从而影响患者的治疗效果, 影响后期生活质量。快速康复理念是主要是为加速患者术

后身体恢复, 而采取一系列有效的手术后护理措施, 通过对患者手术后的各种生理病理改变优化术后的各个护理环节, 从而避免术后感染等的险, 降低患者对手术的应激反应, 使患者术后身体各器官功能尽快恢复, 从而达到加速康复的目的^[4]。本次研究中, 研究组采用手术后快速康复外科护理干预措施, 以常规护理为主, 应用疼痛护理, 切口护理和肢体康复护理等措施, 能够有效地帮助患者避免多种风险因素的发生, 降低风险因素对手术后恢复的干扰。减轻痛苦可加速病人全身情况康复。与常规护理相比较, 快速康复护理采用多阶梯, 多角度止痛方案有效降低了患者手术后的痛苦, 为患者早期恢复提供了有利条件。

膝关节活动度作为膝关节镜手术能否顺利进行的一个重要标志, 是患者和医生最关心的内容。考虑到膝关节术后患者的膝关节功能恢复与能否进行早期功能锻炼有关, 因此, 快速康复护理不仅提供了无痛早期康复的条件, 还为患者的个人状况提供专更全面的康复指导工作, 以确保患者的膝关节能够得到充分的康复训练, 从而避免因康复延迟而导致膝关节黏连和其他影响其功能的并发症的发生^[5]。

本次研究结果显示, 研究组患者通过快速康复护理模式, 患者护理后的疼痛程度以及关节活动度改善更加明显, 差异明显 $P<0.05$; 护理期间研究组患者的并发症发生率为 0.00%, 参照组患者发生率为 10.34%, 研究组患者并发症发生率比参照组低, 差异明显 $P<0.05$; 研究组患者对护理服务的满意度为 100.00%, 参照组患者满意度为 93.10%, 研究组患者满意度更高, 差异明显 $P<0.05$ 。

综上所述, 对膝关节镜手术后患者开展快速康复护理模式, 能有效改善患者术后疼痛程度, 促进关节活动度恢复, 降低并发症发生率, 提升护理服务满意度。

参考文献:

- [1] 杨晓兰, 张秋艳, 吉琦, 陈瑛, 王辰. 围术期护理联合术后快速康复对膝关节镜手术患者的影响[J]. 齐鲁护理杂志, 2021, 27(22): 179-181.
- [2] 马曼丽, 舒桂林, 刘军, 贺克武, 杜怡斌. 快速康复外科理念在膝关节镜手术围手术期护理中的应用[J]. 中华全科医学, 2021, 19(08): 1423-1426.
- [3] 曾小娃, 阮雅青, 陈洁文. 快速康复外科理念在膝关节镜手术围术期的应用效果[J]. 中国当代医药, 2021, 28(15): 95-97.
- [4] 张志恩, 陈淑招, 唐淋锋, 郑霞, 潘廷明, 黄文. 医护麻合作快速康复理念在膝关节镜手术中的应用[J]. 中外医学研究, 2020, 18(36): 76-78.
- [5] 车明明. 快速康复理念在膝关节镜手术患者围手术期护理中的应用效果探讨[J]. 心理月刊, 2020, 15(13): 39.