

# 踝泵运动标准化视频对前列腺增生术后的影响

李 珊 赵红萍 张 静 马秀琴

宜宾市第二人民医院泌尿外科 四川 宜宾 644000

**【摘要】**目的：对踝泵运动标准化视频应用于前列腺增生术后的效果进行研究分析。方法：参与此次研究的患者为前列腺增生患者，其纳入的时间段在 2021 年 1 月~2021 年 12 月间，共有 79 例。采取信封抽签法进行分组，即为对照组和实验组，实验组有 38 例患者，本组接受踝泵运动标准化视频干预。对照组有 41 例患者，采取常规干预方法。比较两组患者的干预效果。结果：由研究结果数据可见，实验组康复锻炼依从性与对照组比较，可见实验组较高（ $P < 0.05$ ）。实验组下肢深静脉血栓发生率与对照组比较，可见实验组较低（ $P < 0.05$ ）。两组干预前生活质量对比差异不满足统计学含义（ $P > 0.05$ ）；实验组与对照组比较，可见实验组较高（ $P < 0.05$ ）。实验组满意度与对照组比较，可见实验组较高（ $P < 0.05$ ）。结论：在前列腺增生手术后采取踝泵运动标准化视频宣教，能够提升其康复锻炼依从性，且可减少下肢深静脉血栓的发生，同时能够提高患者的生活质量，进而对其满意度予以提升。可见，此种方法在前列腺增生手术后患者的康复中有着重要意义。

**【关键词】**：标准化踝泵运动；前列腺增生；术后；康复锻炼；下肢深静脉血栓；生活质量；术后满意度

## Effect of standardized video of ankle pump movement on postoperative patients with benign prostatic hyperplasia

Shan Li Hongping Zhao Jing Zhang Xiuqin Ma

Department of Urology, The Second People's Hospital of Yibin, Sichuan, Yibin, 644000

**Abstract:** Objective: To study and analyze the effect of standardized video of ankle pump movement after prostatic hyperplasia. Methods: A total of 79 patients with prostatic hyperplasia were enrolled in this study between January 2021 and December 2021. The envelope lottery method was adopted for grouping, namely, the control group and the experimental group. There were 38 patients in the experimental group, and the group received standardized video intervention of ankle pump movement. In the control group, 41 patients received routine intervention. The effect of intervention was compared between the two groups. Results: Compared with the control group, the compliance of rehabilitation exercise in the experimental group was higher ( $P < 0.05$ ). The incidence of deep vein thrombosis in the experimental group was lower than that in the control group ( $P < 0.05$ ). The difference in quality of life between the two groups before intervention did not meet statistical significance ( $P > 0.05$ ). The experimental group was higher than the control group ( $P < 0.05$ ). The satisfaction of the experimental group was higher than that of the control group ( $P < 0.05$ ). Conclusions: Standardized video education of ankle pump movement after prostatic hyperplasia surgery can improve rehabilitation exercise compliance, reduce the occurrence of lower extremity deep vein thrombosis, and improve the quality of life of patients, thus improving their satisfaction. Therefore, this method is of great significance in the rehabilitation of patients with prostatic hyperplasia after surgery.

**Keywords:** Standardized ankle pump movement; Prostatic hyperplasia; Postoperative; Rehabilitation exercise; Deep venous thrombosis of lower extremities; Quality of life; Postoperative satisfaction

前列腺增生属于常见的泌尿外科疾病，此病多在中老年男性中产生，此病多因男性排尿功能障碍引起。此病在临床上多采取手术进行治疗，经尿道前列腺手术治疗后，患者可产生并发症<sup>[1]</sup>。相关研究指出，对患者术后采取较好的预防干预措施能够较好的避免术后产生下肢静脉血栓，踝关节运动能够促进下肢静脉血回流，施行踝关节“环转”运动效果比较凸显<sup>[2]</sup>。且于踝关节运动频率，可良性影响静脉血回流持续时间以及股静脉血流动力学，从而降低下肢静脉血栓的形成。为此，参与此次研究的患者为前列腺增生患者，其纳

入的时间段在 2021 年 1 月~2021 年 12 月间，共有 79 例。分析前列腺增生手术后患者施行标准化踝泵运动对其康复锻炼依从性以及下肢深静脉血栓的预防效果。研究结果详见下文。

## 1 资料与方法

### 1.1 基础资料

于 2021 年 1 月~2021 年 12 月期间，我科收治拟行 TURP 术的 BPH 患者 79 例。采取信封抽签法进行分组，即为对照组和实验组，实验组有 38 例患者，本组接受踝泵运动标

准化视频干预。对照组有 41 例患者，采取常规干预方法。平均年龄为 (69.5±4.5) 岁和 (70.45±5.5) 岁。两组患者基础资料对比差异不具备统计学含义 (P>0.05)，术后病理结果均为良性前列腺增生症。

入组条件：患者知情本次研究目的，且经医院伦理委员会审核批准。

纳入标准：(1) 年龄 60~80 岁；(2) 手术时间在 60~120 分的患者(3) 经下肢彩色多普勒超声检测术前诊断无下肢深静脉血栓及血流淤滞缓慢者(4) 无凝血功能障碍或严重肝肾功能不全者；(5) 未口服抗凝药物者。

排除标准：(1) 存在器官功能性障碍疾病；(2) 存在精神类疾病，以及认知能力障碍者；(3) 手术后患者病情不稳定者。

### 1.2 方法

对照 A 组：接受常规干预护理，根据患者情况采取康复锻炼方法,并给予其指导，方法见下文：(1) 被动运动锻炼：在患者术后，对患者的下肢施行按摩，由远端逐渐向近心位置进行按摩，每次时间为 15 分钟,每天进行 3 次。(2) 主动运动：患者具备活动能力后护理人员协助患者进行踝泵训练，向患者发纸质宣传单，并嘱患者按照宣传单示意图进行学习并开始进行踝泵运动，告知患者施行平卧位，起初最大角度朝上勾脚，脚尖朝向患者，时间为 10 秒；然后脚尖向下踩，时间保持 10 秒；踝关节旋转活动 10 秒，上述动作进行 20~30 次，每日进行 8 到 10 组。

干预 B 组：在对照 A 组基础上采取踝泵运动标准化视频进行宣教讲解，方法详见下文：(1) 踝泵运动标准化视频由骨医师、康复医师以及护理人员共同制定标准操作流程，其囊括了踝泵运动概念、锻炼目的、方法、培训人、监护人以及锻炼质量等，以保证患者能够有效进行标准化踝泵运动功能锻炼。并给予患者说明相关知识，为下肢静脉血栓的负面影响、标准化踝泵运动的作用，以促使其积极配合相关锻炼，提升其依从性。(2) 标准化踝泵运动锻炼程序:护理人员指导患者进行锻炼，护理人员对每个动作予以示范,以保证患者能够了解锻炼原理和方法,护理人员对患者的每日锻炼内容进行记录。加强与患者之间的沟通，帮助患者制定每天锻炼的开始时间、持续时间等等，方便护理人员对监护时间进行合理的安排。

上述两组患者均进行 1 周的锻炼。

### 1.3 效果标准

分析对比两组患者锻炼依从性、下肢深静脉血栓发生情况以及生活质量和术后满意度。

(1) 采取自制康复锻炼依从性问卷调查表了解患者康

复锻炼依从性，分为完全依从、部分依和不依从。计算方法完全依从加上部分依从比上总例数乘以百分之百。

(2) 观察患者下肢深静脉血栓发生情况，并进行记录。

(3) 采取 SF-36 量表评价患者生活质量，分数越高，提示患者生活质量较高。

(4) 应用制定的满意度问卷调查表，了解患者满意度，满意等级为非常满意、一般满意和不满意。计算方法为非常满意加上一般满意比上总例数乘以百分之百。

## 2 结果

### 2.1 两组康复锻炼依从性对比分析

实验组康复锻炼依从性为 94.74% (36/38)：完全依从为 28 例，占比为 73.68%；部分依从为 8 例，占比为 21.05%；不依从为 2 例，占比为 5.26%。

对照组康复锻炼依从性为 68.29% (28/41)：完全依从为 19 例，占比为 46.34%；部分依从为 9 例，占比为 21.95%；不依从为 13 例，占比为 31.71%。

两组康复锻炼依从性  $\chi^2$  检验值：完全依从 ( $\chi^2=2.486$ ,  $P=0.115$ )；部分依从 ( $\chi^2=0.083$ ,  $P=0.773$ )；不依从 ( $\chi^2=5.497$ ,  $P=0.019$ )；康复锻炼依从性 ( $\chi^2=5.497$ ,  $P=0.019$ )。由研究结果数据方面可见，实验组康复锻炼依从性明显要高于对照组 ( $P<0.05$ )。

### 2.2 两组下肢深静脉血栓发生率对比分析

实验组下肢深静脉血栓发生率与对照组比较，可见实验组较低 ( $P<0.05$ )。详见表 1。

表 1 两组患者 DVT 发生情况的比较[n (%) ]

组别	合计 (例)	发生 DVT [例(%)]	未发生 DVT [例(%)]	差值及 95% 置信区间 (%)	卡方检验	
					卡方 值	P 值
对照组	41	10 (24.4)	31 (75.6)	19.1 (4.15-34.05)	5.60	0.02
实验组	38	2 (5.3)	36 (94.7)			

## 3 讨论

前列腺增生多在临床上产生，好发于中老年男性中，此病能够导致男性排尿障碍。目前该病在临床一般施行手术进行治疗，可获得显著的效果<sup>[3]</sup>。但患者通过手术治疗后可产生一些并发症，多见下肢深静脉血栓。研究指出，其是由于患者术后血液处于高凝状态,且患者长时间卧床,限制了其肢体活

动，以至于血流瘀滞，从而导致下肢静脉血栓产生。这就对患者的康复产生较大的影响。

综上所述，在前列腺增生手术后采取标准化踝泵运动，能够提升其康复锻炼依从性，且可减少下肢深静脉血栓的发

生，同时能够提高患者的生活质量，进而对其满意度予以提升。可见，此种方法在前列腺增生手术后患者的康复中有着重要意义。

### 参考文献:

- [1] 王辉,高卫军,杨建兵,等.逆行 HoLEP 对大体积前列腺增生患者术后康复进程的影响[J].中国性科学,2020,29(7):4.
- [2] 成双双.前列腺电切术后下肢深静脉血栓形成的预防护理研究[J].临床医药文献电子杂志,2020,7(29):93.
- [3] 伍文秀.优质护理对前列腺增生症术后患者康复效果及并发症的影响分析[J].医学食疗与健康,2020,18(3):2.

课题名称: 踝泵运动标准化视频在预防前列腺电切术后下肢深静脉血栓的效果观察

课题编号: 2020YW109