

循序渐进式康复护理联合营养膳食干预在老年骨折患者术后康复中的价值体会

朱虹颖

(重庆医科大学附属第二医院 重庆 400010)

摘要:目的:探究循序渐进式康复护理联合营养膳食干预方案应用于老年骨折患者术后康复中的价值。方法:选取2020年6月至2021年6月期间我院收治的78例老年骨折患者,以电脑随机分组法作进行组别均分,对照组接受常规护理,观察组接受循序渐进式康复护理联合营养膳食干预。对比两组护理后的营养水平及免疫功能。结果:观察组营养指标评估结果较对照组更高($P < 0.05$)。观察组免疫功能指标较对照组更高($P < 0.05$)。结论:对老年骨折患者实施循序渐进式康复护理联合营养膳食干预效果理想,可有效提高其营养水平及免疫功能,值得推广。
关键词:循序渐进式康复护理;营养膳食干预;老年骨折

老年骨折是比较常见现象,由于其年龄较大、自身机体功能下降等导致其治疗难度加大,术后康复进程也相对缓慢^[1]。并且机体活动的减少会导致患者的营养代谢速度减慢,由此也会出现营养水平降低的情况。因此,还应积极予以患者相应的护理干预以帮助其提高生活质量^[2]。本文旨在探究循序渐进式康复护理联合营养膳食干预对老年骨折患者术后康复的作用,如下。

1 资料与方法

1.1 一般资料

选取2020年6月至2021年6月阶段内我院收治的78例老年骨折患者,随机均分。对照组中男、女患者分别为21例、18例。年龄介于60~88岁内,平均为(70.50±2.50)岁。观察组中男性、女患者分别为20例、19例。年龄介于62~86岁内,平均为(70.80±2.10)岁。两组一般资料无明显差异($P > 0.05$)。

1.2 方法

对照组采取常规护理干预,观察组进一步加以循序渐进式康复护理联合营养膳食干预,如下:(1)循序渐进式康复护理:a.体位管理:为避免血液循环受阻以及压力性损伤的发生,应至少每2小时协助患者翻身一次,注意保持动作轻柔,避免对患者的伤口处造成拉扯。b.初期训练:术后1~2周,以肌肉收缩、舒张训练为主,在训练过程中,注意对患者的指导,每次应坚持10~20min,每天应训练2~3次。3~4周时,可进一步指导患者进行相应的关节活动训练,结合患者实际耐受力合理调整运动量。c.中期康复训练:6周后,应指导患者展开全身性的康复训练活动,如简单的关节屈伸活动,慢走等,每天2~3次,每次坚持半个小时左右。d.后期康复训练:此阶段开始指导患者进行相关的力量活动训练,适当增加关节活动次数及训练时长。(2)营养膳食干预:由护理人员组织召开对患者的营养知识宣教,并结合其实际病情状况及饮食喜好制定相应的营养膳食方案。监督并记录患者每日饮食情况,保证患者获得足够的营养支持。

1.3 观察指标

对比两组患者护理后的营养水平及免疫功能相关指标:对应包括外周血红蛋白(Hb)水平、清蛋白(Alb)水平;免疫球蛋白(Ig)水平,IgA、IgM、IgG。

1.4 统计学方法

采用SPSS21.0统计软件进行数据资料分析处理,通过(%)对计数资料进行表述,以 χ^2 检验,通过($\bar{x} \pm s$)对计量资料进行表述,以t检验, $P < 0.05$ 表示具有统计学意义。

2 结果

2.1 两组营养水平比较

观察组相关营养水平指标均明显高于对照组($P < 0.05$)。见表1。

表1 两组营养水平比较 ($\bar{x} \pm s$, g/L)

组别	Hb	Alb
观察组(n=39)	126.56 ± 19.36	43.25 ± 2.58
对照组(n=39)	112.36 ± 15.33	36.20 ± 1.66
t	3.591	14.351

P	0.000	<0.001	
2.2 两组免疫功能对比			
较之对照组,观察组各项免疫功能相关指标均呈更高显示($P < 0.05$)。见表2。			
表2 两组免疫功能对比 ($\bar{x} \pm s$, g/L)			
组别	IgA	IgM	IgG
观察组(n=39)	1.56 ± 0.21	1.78 ± 0.18	16.36 ± 1.33
对照组(n=39)	1.11 ± 0.12	1.56 ± 0.21	13.22 ± 1.20
t	11.619	4.967	10.947
P	<0.001	<0.001	<0.001

3 讨论

我国人口老龄化问题日益突出,其生活质量问题成为社会发展关注的重点问题。老年群体因其自身机体功能下降以及多存在有骨质疏松症状,因此更易受到意外撞击对身体造成损伤,由此也存在有较高的骨折发生率,严重影响着老年人的身心健康^[3]。临床对此主要以手术治疗干预为主,但手术毕竟属于一种入侵式治疗手段,且易引发诸多术后并发症,因此,为了有效提高患者生活质量、改善预后,对其采取高效的护理干预手段具有至关重要的作用。此外,患者的营养水平对其术后康复同样也有着较大影响。循序渐进式康复护理是比较常用的护理模式,在老年骨折患者中的实施能够有效弥补常规护理模式的单一片面性,更注重患者的主体地位,康复训练具有系统性及渐进性,其内容重在满足患者的机体康复需求,同时注意与患者的机体耐受度保持一致性,以保证获得更佳训练效果。此外,通过为患者搭配合理科学的营养膳食方案,可使机体状态更好的满足康复需求,加速术区愈合,更快恢复正常生活。就该次分析结果显示:观察组的营养水平及免疫功能相关指标均明显高于对照组($P < 0.05$)。可见,同常规护理相比,循序渐进式康复护理联合营养膳食干预在患者的术后康复中具有更理想的效果。

综上所述,针对老年骨折患者,在其术后康复过程中实施循序渐进式康复护理联合营养膳食干预效果理想,利于提高患者营养水平状态及免疫能力,对促进其病情恢复具有积极作用。

参考文献:

- [1]陶线毅.营养支持的康复护理对老年髌部骨折患者营养状况及ADL评分的影响[J].航空航天医学杂志,2020,31(1):104-105.
- [2]任娜,刘晓艳,章艳.循序渐进式康复护理干预对老年胸腰椎压缩性骨折术后功能恢复的影响[J].贵州医药,2020,44(2):309-310.
- [3]刘莉,袁林.循序渐进式康复护理联合营养膳食干预在老年骨折患者术后康复中的应用效果[J].国际护理学杂志,2020,39(15):2780-2782.