

下肢骨折患者功能锻炼依从性影响因素的调查分析

黄英

(安龙县中医院 综合科 贵州安龙 552400)

摘要:目的:本研究通过对下肢骨折患者功能锻炼依从性的影响因素进行调查分析,有利于提高下肢骨折患者术后功能锻炼的效果,促进患者早日康复,提高患者生活质量。方法:采取随机抽样方法,在安龙县中医院综合科2020年6月下旬至2022年11月收治的下肢骨折患者80例。男性52名,女性28名。结果:结果显示大多数患者的功能锻炼依从性不是很好,部分依从和不依从患者有58人,占67.4%;而完全依从者只有16人,占18.6%。结论:通过对患者康复锻炼依从性的影响因素进行指导护理,能很好地提高患者功能锻炼依从性,促进下肢骨折愈合与康复。

关键词:下肢骨折;功能锻炼;依从性;调查分析

1 引言

1.1 研究背景

从1990年起我国对于下肢骨折的学术关注度开始缓慢增加,在2007年骤然升高,在近年来达到高峰并取得了突出的研究成果。这与我国改革开放以来经济迅速增长人民生活水平显著增加有关,各种车辆到处充斥在大街小巷,尤其引得媒体广泛关注在2008年达到高峰。然而,近年来下肢骨折的问题仍然突出,骨折术后的康复及功能锻炼就显得尤为重要,骨折后若不及时进行相应的功能锻炼,就会导致肌肉萎缩、关节僵硬、泌尿系统感染等并发症的发生[1]。因此骨折后除了正确的治疗外还要加强积极有效的早期功能锻炼。国外大部分患者的功能锻炼主要在社区进行,有专门的护理人员对其进行康复训练指导,然而患者在出现疼痛、肿胀和活动功能障碍等不适时,往往会不配合早期功能锻炼。患者功能锻炼依从性有待提高。

1.1.1 国内研究现状

我国由于人口基数大,患者多,就诊量大,而医务人员的人数远远不及就诊的患者,医患比例差距过大,导致无法顾及所有患者得康复训练,大部分患者术后回家疗养,存在术后功能锻炼依从性差的情况。伤口的疼痛令大部分患者具有体力不足、功能性训练技能与知识的匮乏、受家庭的支持不够、忧虑骨折与移位、担心伤口感染等诸多问题[2],造成多数患者功能性训练不佳的主要因素就是伤口处的痛苦。大部分研究者觉得合理的功能性训练能够加速血液循环,使得骨痂更快地生长且血肿症状快速消失,使得骨折更快地复原从而降低骨质疏松与关节僵硬、肌肉萎缩等并发症[3],所以尽管疼痛还是提倡尽早进行功能锻炼。选择超前镇痛的方式可以缓解患者下床活动的压力,减轻患者痛苦[4]。当术后疼痛得不到及时控制时,很多患者会因此而产生很多不良情绪[5]。医护人员在对患者进行护理的过程中应重视心理护理,给予患者强有力的支持,减轻对疾病的恐惧;在制定康复计划的过程中要具体问题具体分析,掌握每一个患者的特殊之处[6]。使用的动作应当力度较轻且速度适宜,为患者做基础性的护理从而将痛苦程度降低,让患者在心理上、精神上与身体上感到无忧,让患者能够放松做功能性训练,如此使得功能训练的依从性得到加强[7]。

1.1.2 国外研究现状

在国外,下肢骨折的功能锻炼主要在专业的康复机构进行,家庭康复也是重要的地点,他们在康复训练中更加注重提高患者自身的健康意识,进行主动的锻炼。Lin PC指出,老年髌骨骨折患者功能锻炼的最佳时期术后的前三个月,之后有所下降。做该手术的患者应在手术之前提前一两天去康复机构接受相关培训,引导手术之后的康复训练,欧美发达国家采用此类手段的目的是让患者能够自行学会康复方法与技巧[8]。

在欧美发达国家,居家护理占有非常大的比重。由于发达国家社区卫生服务发展的比较发达,各个领域涉及相对广泛,为居家护理的发展提供了充足的资源。目前,国外骨折患者居家护理及健康

教育内容及方式较为详细和广泛。西方国家的骨折老年患者通常在其家人或者社区服务人员的协助下进行出院康复训练,还有康复机构训练、护理人员家庭探访以及物理性诊断等[9]。国外研究人员觉得患者不能按照医生制定的规划进行治疗,这是目前医学方面遭遇的最大困难,相关调查显示澳大利亚住院患者当中的四分之一,是因为未能按照医生设置的治疗规划造成的[10]。

1.2 研究意义

有利于提高下肢骨折患者术后功能锻炼的效果,帮助其克服不利因素促进早日康复,提高生活质量。加强医护人员对功能锻炼的重视程度,了解患者依从性差的影响因素并进行专业的护理指导,有利于提高患者功能锻炼的依从性,对下肢骨折的治疗和康复有积极的意义。

2 研究对象与方法

2.1 研究对象

采取随机抽样方法,在安龙县中医院综合科2020年6月下旬至2022年11月收治的下肢骨折患者80例。男性52名,女性28名。一共发放八十份问卷,有效问卷八十份,有效率为百分之百。

纳入标准:均由医院明确诊断为下肢骨折患者,并且签署知情同意书;无骨折后严重的并发症,年龄12岁以上,思考问题的意识清楚,无沟通障碍,语言表达能力良好,愿意配合本调查研究的患者;非病理性骨折。

排除标准:不同意加入功能锻炼依从性状况有关调查的患者;有有精神疾病者;病理性骨折。

2.2 研究方法

本文重点选用问卷调查手段来采集所需资料,测试材料有个人设置的常规式信息调查问卷,含有性别、出生时间、婚姻状态、疾病史与学历状态等对依从性产生影响的因素。《乳腺癌术后功能锻炼依从性量表》是由卢凤娟所编制的,将其进行变换得到《骨折功能锻炼依从性量表》予以评估,选取完全不依从、稍微依从与绝对依从作为评估的基本参照;量表则分为积极获取意见与手术之后的关注要点依从、身体训练依从这三类[11]。根据量表得分情况,分数所得越高,表明其功能锻炼依从性越好。问卷一共有两个部分分别是患者基本信息与骨折功能性训练依从性的调研情况。

3 研究结果

3.1 患者一般资料情况

本研究共调查80人,年龄在15~78岁之间,平均年龄为43.5;其中男52例,女28例。高中及以上的患者一共有34例,初中及以上的患者一共为46例。股骨干出现骨折症状的患者有12例,髌骨出现骨折症状的有32例,胫腓骨出现骨折症状的有18例,胫骨平台出现骨折症状的有16例,踝关节出现骨折症状的有2例。

3.2 下肢骨折功能锻炼依从性现状

在80例患者中依从性不好的为部分依从和不依从者共有58例,占67.4%,依从性好的只有完全依从的16人,占18.6%。除完全依从者未能坚持功能锻炼的原因主要是因为术后疼痛,缺乏康复

知识也占有很大一部分比例。见表1,表2。

表1 下肢骨折功能锻炼依从性 (n=80)

项目	例数	百分比%
完全依从	28	32.6
部分依从	42	48.8
不依从	16	18.8

表2 除完全依从患者未能坚持锻炼的原因 (n=80)

项目	例数	百分比%
术后疼痛	31	38.75
康复知识缺乏	12	15
缺乏社会支持	5	6.25
体力不够	3	3.75
年龄、文化程度差异	8	10

4 讨论

4.1 下肢骨折功能锻炼依从性现状

通过对80例下肢骨折患者的调查,我们可以发现大多数患者的功能锻炼依从性不是很好,部分依从和不依从患者有58人,占67.4%;而完全依从者只有16人,占18.6%。大量的临床实验证明适当的功能锻炼对提高生活质量有积极地意义,影响着日后功能的恢复,而大部分患者的依从性不佳,不能做到坚持康复计划的锻炼。

4.2 影响下肢骨折功能锻炼依从性原因

4.2.1 术后疼痛

由于突如其来的意外损伤、有损伤的术后打击,患肢常常处于被动体位,早期功能锻炼常常加重疼痛。因此,在护理过程中正确评估疼痛的部位、性质是进行疼痛护理的前提。必须采用确切性、整体性的方式控制痛苦,例如教授止痛药与痛苦等方面的知识,使得患者感受到的痛苦程度尽可能降低,如此使得患者能够更快地进行功能性训练,距离康复的时间也会短一些。

4.2.2 康复知识缺乏

一般情况下,患者对疾病的认识越充分、与医护人员配合的越好越有利于疾病的康复。受年龄和文化程度等因素的影响,不同的患者接收知识的效率不同,在康复的过程中坚持功能锻炼的程度不同,而且大多数患者对功能锻炼的目的、要求和方法的认知度普遍偏低,因此增强骨折患者的康复知识至关重要。当患者拥有正确的康复知识时就可以进行自我管理和约束,增强自我护理理念实现由被动接受到主动参与的过程,让患者积极地接受康复训练的手段,主动接受才能将依从性大幅提升。

4.2.3 缺乏社会支持

4.2.3.1 家庭因素

患者家庭收入水平、经济承受能力等经济因素作为家庭方面的因素占很大比重,会给患者带来很大的负性心理情绪;家长对独生子女的溺爱以及儿女对年老父母的不忍心,害怕早期功能锻炼给亲人带来痛苦于心不忍使之无法积极促使患者进行主动的功能锻炼也舍不得对患者进行被动的肢体运动,使患者失去宝贵的康复机会,影响康复进程。

4.2.3.2 社会因素

若在患者住院期间没有对其进行相对应的健康知识讲解,不按计划监督其进行康复训练;在出院时未进行系统、有针对性的健康教育指导和按时、有效回访,使患者不知复诊和回家疗养的注意事项,则将导致患者依从性低。要想患者配合治疗则需维持较好的医患关系,护理人员对患者的引导、监督与管理,也是将患者依从性提高的关键措施。

4.2.4 体力不够

在骨折愈合、组织修复的过程中会消耗很多能量,术后禁饮食六个小时又会使患者更加虚弱,所以患者需要高营养、高蛋白、高热量来进行补充。之后长期卧床使肠蠕动减慢,影响营养物质的有效吸收和利用。活动减少、术后疼痛又会影响患者进食,若不及

时为患者补充营养就会造成患者的体力不支,在大强度运动和突然坐起时出现头晕、心慌等体力不支症状。对患者的康复进度与功能训练产生不利影响,使得患者的依从性显著降低。

4.2.5 年龄、文化程度差异

不同年龄组的患者依从性显著不同,年老体弱者和年幼者较容易依赖别人,依从性低于其他年龄组的患者。因为老年人的认知与交流能力不断下降,所以无法具体性、完整地、有效地展开康复训练,所以手术之后的功能性训练存在不佳的依从性;年幼者则是因为不能及时认识早期功能锻炼的重要性,对于功能锻炼的不理解和一无所知,加上自理能力的缺陷,难以调动自身积极性及时有效的进行术后功能锻炼。

4.3 提高下肢骨折功能锻炼依从性的对策

4.3.1 疼痛控制

不同的个体所感知的痛苦度是不一样的,根据个人状况产生不一样的耐受性。疼痛实际上属于一种生理性预防功能,起将对身体造成诸多影响,手术之后产生的疼痛会大幅增加患者的心理与精神压力,不少患者将感到害怕、焦躁、忧虑与悲观等,疼痛的时间过长极易引起抑郁症。所以采取疼痛治疗手段是非常重要的。

4.3.1.1 心理护理

给予患者安慰和支持,尽量平复患者心情,减轻其恐慌、焦躁的心理,运用科学的方法分散患者注意力,包括与患者谈心、听古典轻音乐、看电视等方法。告知患者疼痛属于不可避免的正常现象,增加其对于疼痛的接受程度和理解。医护人员应制定系统完整的康复计划,建立良好的护患关系,充分取得患者的理解和合作,帮助患者早日重返社会。

4.3.1.2 疼痛药物的应用

举行疼痛药物讲座,改变大众患者对于止痛药物的不良看法,主张术后有规律的按时给药。帮助部分患者过分依赖止痛药物的心理,使其正确认识止痛药物。超前镇痛是比较适宜的术后疼痛缓解手段,可以将疼痛中枢神经进行有效地抑制,这能将患者预后状况显著改善,根据临床研究证明,右美托咪定、地佐辛、帕瑞昔布用于超前镇痛均可减轻术后疼痛。

4.3.2 加强健康教育

护理人员必须按照患者的个人状况选用相关手段,设置具有针对性的治疗策略,让患者认知到进行功能性训练的作用,从而加快下肢骨折的复原。在介绍疾病相关康复知识时,根据患者的入院诊断和文化程度重点讲解功能锻炼的具体方法和要求,必要时运用文字和图画等简单明了的方式教会病人该如何进行康复训练。充分调动患者对康复的积极性,让患者明白这是一项长期工程,需要持之以恒的去完成,及时鼓励、安慰患者使其坚定信念,以达到预期的康复锻炼效果,提高患者的依从性。

5 结论

骨折的功能锻炼是术后康复中最重要的一环,他是治疗下肢骨折的关键也是功能恢复的重要措施,早期积极主动进行康复训练的患者能够大幅减少下肢深静脉血栓的产生概率,有效促进下肢骨关节的愈合。未经及时有效的功能训练会对骨折预后产生不良的后果,大部分患者会因为术后疼痛以及康复支持不足而不能遵医嘱坚持进行康复训练;也有患者由于锻炼方式不妥当,或者锻炼时机不对,强度和技能有所欠缺,这都会影响术后恢复结果导致功能恢复留有障碍。所以加强对患者的健康教育和功能锻炼指导尤为重要,与患者建立良好的护患关系,制定计划按时督促患者进行康复训练使患者尽可能的恢复功能。

参考文献:

[1]尹梦南,姚露.开展舒适护理对小儿下肢骨折术后行功能锻炼患者的临床效果分析[J].长寿,2022,(7):174-176.

[2]刘洪静.综合护理干预对下肢骨折患者功能锻炼依从性的影

(下转第37页)

(上接第 33 页)

- 响[J].中国伤残医学,2022,30(4):60-62.DOI:10.13214/j.cnki.cjotadm.2022.04.034.
- [3]华筱怡.持续质量改进对下肢骨折患者术后功能锻炼依从性的影响[J].饮食保健,2021,(21):21.
- [4]李越颖,郑慕华,何盈盈.下肢骨折术后康复期患者锻炼依从性影响因素研究[J].中外医学研究,2021,19(1):148-150.DOI:10.14033/j.cnki.cfmr.2021.01.058.
- [5]张婷.循证护理干预对老年下肢骨折患者早期功能锻炼中的应用分析[J].中国伤残医学,2021,29(18):13-14.DOI:10.13214/j.cnki.cjotadm.2021.18.008.
- [6]谭美丽.追踪护理模式对下肢骨折患者功能锻炼依从性与康复效果的影响[J].当代护士(下旬刊),2021,28(10):116-118.DOI:10.19793/j.cnki.1006-6411.2021.30.037.
- [7]郑贤,汤学梅,刘源媛,田景纯,陈旭.综合护理干预对下肢骨折患者功能锻炼依从性的影响[J].中国医师,2020,36(19):140-141. DOI:10.3969/j.issn.1007-614x.2020.19.078.
- [8]刘杰.骨折术后活动有哪些需要注意的[J].养生保健指南,2020,(14):108.
- [9]杨素梅.舒适护理在小儿下肢骨折术后功能锻炼中的应用效果评价[J].双足与保健,2019,28(16):171-172.DOI:10.19589/j.cnki.isn1004-6569.2019.16.171.
- [10]刘成媛.下肢骨折静脉血栓栓塞症预防方案的构建与实证研究[D].第二军医大学,2017.
- [11]陈丽棠,林晓燕,曹玮.品管圈活动在下肢骨折手术患者功能锻炼依从性中的应用[J].当代护士(下旬刊),2017,(8):38-40.DOI:10.3969/j.issn.1006-6411.2017.08.019.