

# 关节镜下治疗肩袖损伤合并肩峰撞击征的康复护理

李阳 张婷<sup>(通讯作者)</sup>

(内蒙古医科大学第二附属医院)

**摘要:**目的:探究关节镜下治疗肩袖损伤合并肩峰撞击征的康复护理价值。方法:样本收录为我院经关节镜下治疗的90例肩袖损伤合并肩峰撞击征病人,可分为观察组病例开展康复护理,对照组开展传统护理,对护理效果进行总结。结果:上肢功能恢复较好的是观察组,组间数据对比差异显著,统计学意义存在( $P < 0.05$ )。结论:关节镜下治疗肩袖损伤合并肩峰撞击征的康复护理临床应用价值较高,促进病人的上肢功能尽快康复,提升了病人的生活质量。

**关键词:**关节镜;肩袖损伤合并肩峰撞击征;康复护理

关节镜下手术属于微创手术,其具有操作便捷、创伤小的优势,对于肩袖损伤合并肩峰撞击征病人具有良好的治疗效果。同时,在手术治疗期间给予病人适当的护理干预可促进病人的康复效率上升,并保证了疾病的治疗效果,缓解病人的手术疼痛感。本文以我院收入的病人作为研究资料,分析康复护理在病人手术期间的应用效果,具体内容概括如下。

## 1. 资料与方法

### 1.1 临床数据

样本收录为我院经关节镜下治疗的90例肩袖损伤合并肩峰撞击征病人,收录时间在2019年3月~2021年3月区间,对照组中女性23例,男性22例,年龄中位值计算为( $42.33 \pm 1.55$ )岁;观察组有24例男性,21例女性,年龄中位值计算为( $42.44 \pm 1.44$ )岁;临床数据统计学对比无意义( $P > 0.05$ )。

### 1.2 方法

观察组病例开展康复护理:

①术前:临床需指导病人保持良好的诊疗心态,积极配合临床医师进行手术干预,并向病人阐述手术治疗的重要性,包括注意事项、护理措施、手术流程。执行医师等,提升病人治愈疾病的自信心;告知病人术后进行功能锻炼的重要性,锻炼期间需承受较大的不适感和疼痛,病人需努力克服困难,从而恢复身体健康。

②术后3周:护理人员需给予病人冰敷护理,并指导病人进行屈伸握拳训练,在术后7日内做好上肢的悬吊固定,第2周开展适当的训练,包括外旋、内收、屈曲等。

③术后5周:以病人的耐受度为主,逐渐增加活动难度,指导病人进行被动关节外展、内旋等训练,可缓慢的进行日常自理活动;每日运动次数在3次左右,每次时间可在15分钟左右。

④术后8周:需加强对病人肩胛稳定肌群、肱二头肌、肩袖的训练,积极进行关节上举运动,可通过爬墙锻炼、患侧摸背锻炼、滑轮练习辅助锻炼等改善肢体功能情况,每日需坚持半小时以上。

⑤术后半年:指导病人每日自主活动,可进行耐受度以内的投掷训练,逐步进行体育运动和体力劳动,肩关节在前、后、左、右、上、下等各个方向进行活动。

对照组开展传统护理。

### 1.3 观察指标

利用UEFI上肢功能指数量表对病人的康复情况进行评估,总分为80分,分数越高证明病人功能恢复的越好。

### 1.4 统计学意义

收录的所有样本及临床指标均进行SPSS21.0软件检验,对计数

%等指标予以 $\chi^2$ 值分析,对计量标准( $\bar{x} \pm s$ )予以T值核算,总结P值范围,若 $P < 0.05$ ,则研究存在统计学意义。

## 2. 结果

### 2.1 上肢功能

明确指标如下,功能恢复情况评估分数最高的是观察组资料,组间数据对比差异显著,统计学意义存在( $P < 0.05$ )。

表1 两组患者的上肢功能评估指标(分)

组别	例数	评估分数
对照组	45	$56.44 \pm 4.32$
观察组	45	$69.87 \pm 5.46$
T		12.9398
P		0.0000

## 3. 讨论

有报告指出<sup>[1]</sup>,对经关节镜下手术治疗的肩袖损伤合并肩峰撞击征病人采取适当的护理干预可改善病人的功能障碍情况,促进病人的康复效率上升,改善病人的生活质量。

康复护理是现阶段新兴出现的护理干预措施,针对手术治疗的病人采取康复护理可缩短病人的康复周期,改善病人的上肢功能障碍情况。术前对病人开展心理疏导以及健康教育,从而消除病人的不良情绪,指导病人保持良好的心态,保证病人的依从性。术后依据病人的实际康复情况在不同时期内指导其开展针对性的运动锻炼,充分改善病人的功能不良情况,恢复病人的日常活动,提升病人的自理能力<sup>[2]</sup>。本组资料中,上肢功能恢复较好的是观察组,组间数据对比差异显著,统计学意义存在( $P < 0.05$ )。同时,康复护理指导病人循序渐进的进行康复运动,每日定时、定量进行锻炼,使其养成良好的生活习惯,从而推动病人尽早恢复肢体功能,改善病人的疾病预后质量<sup>[3]</sup>。

综上所述,关节镜下治疗肩袖损伤合并肩峰撞击征的康复护理临床应用价值较高,促进病人的生存质量上升,保证病人的上肢功能的康复效率,临床可积极重视并加以深度分析。

### 参考文献:

- [1] 韩湘婷. 关节镜下治疗肩袖损伤合并肩峰撞击征的康复护理[J]. 饮食保健,2019,6(31):247.
- [2] 陈艳丽. 心理干预联合康复训练治疗肩峰撞击综合征的应用效果[J]. 中国冶金工业医学杂志,2018,35(4):461-462.
- [3] 康建国,孙永青,韩云毅,等. 关节镜下肩袖修复术中应用肩峰成形对术后疗效的影响研究[J]. 中华骨与关节外科杂志,2019,12(4):271-276.