

循证护理在关节镜下前交叉韧带重建术患者康复锻炼中的应用效果分析

银敏 张婷 (通讯作者)

(内蒙古医科大学第二附属医院)

摘要: 目的: 评估在关节镜下前交叉韧带重建术患者的康复锻炼中应用循证护理的作用效果。方法: 选择 2019 年 8 月到 2020 年 4 月间我院诊治的 70 例前交叉韧带手术患者展开研究, 用掷骰子法对患者进行分组。常态组 35 例予以常规护理, 分析组 35 例予以循证护理, 比较两组护理效果。结果: 分析组护理后膝关节功能评分较常态组均明显更高, $P < 0.05$, 有统计学意义。结论: 针对前交叉韧带关节镜下重建术患者的临床康复锻炼中开展循证护理能有效改善患者膝关节功能, 值得参考借鉴。

关键词: 关节镜; 前交叉韧带重建术; 循证护理; 康复锻炼

前交叉韧带损伤主要采取关节镜下重建术进行治疗, 以缓解患者膝关节活动受限、疼痛等情况, 为进一步促进患者术后病情康复, 积极配合有效的康复锻炼尤为必要^[1]。常规护理措施主要是以疾病为中心开展的护理服务, 整体效果相对不理想。循证护理是一种以实践、科学为依据的护理服务, 更具有针对性、全面性和科学性^[2]。为此, 本研究选取 70 例关节镜下前交叉韧带重建术患者展开研究, 具体内容做如下报告。

1 资料与方法

1.1 临床资料

此次研究在 2019.8 月-2020.4 月间开展, 选择该时段我院诊治的 70 例关节镜下前交叉韧带重建术患者进行研究, 用掷骰子法进行分组, $n=35$ 。常态组中有 22 例男性, 13 例女性; 年龄最高 51 岁, 最低 24 岁, 均龄 (33.45 ± 1.42) 岁; 病程 3 个月-23 个月, 均值 (15.37 ± 2.41) 个月。分析组中有 24 例男性, 11 例女性; 年龄最高 49 岁, 最低 25 岁, 均龄 (33.68 ± 1.37) 岁; 病程 4 个月-25 个月, 均值 (15.68 ± 2.53) 个月。组间一般资料对比结果显示 $P > 0.05$, 具有可比性。

1.2 方法

常态组接受常规护理: 为患者讲解疾病基本知识, 指导患者严格遵医嘱用药, 保持良好的饮食习惯等。

分析组接受循证护理: ①成立循证护理小组: 由护士长作为小组长, 临床责任心强、经验丰富的护理人员作为小组成员。②循证问题的提出: 针对接受重建术的患者开展综合性评估, 根据患者实际情况提出循证护理问题, 如: 怎样提高患者的康复锻炼效果等。③循证证据: 查找相关文献资料数据, 保证各项护理内容均有一定数据支撑, 保障护理内容的科学性。④循证护理方案: 根据患者实际情况制定针对性循证护理方案, 并落实。术后 7 d 指导患者进行屈伸踝关节训练; 术后 2-4 周指导开展主动闭链式训练、直腿抬高训练等; 术后 6 周-3 个月, 加强全范围关节活动训练, 并根据患者实际开展平衡训练、扶拐训练、负重训练等; 术后 4 个月加强关节稳定性训练、关节活动度训练及肌力训练等。

1.3 评价标准

两组于干预前、干预 4 个月分别采用 Lysholm 膝关节功能评分表评价膝关节功能, 包括疼痛、肿胀, 分值越高表示膝关节功能越好。

1.4 统计学分析

膝关节功能评分用均数 \pm 标准差 $(\bar{x} \pm s)$ 进行表述, 录入

SPSS24.0 进行统计分析, 结果对比用 t 检验, 具备统计意义则: $P < 0.05$ 。

2 结果

分析组疼痛、肿胀评分明显高于常态组 ($P < 0.05$)。如表 1。

表 1 对比两组患者膝关节功能评分 $(\bar{x} \pm s)$

组名	例数	肿胀 (分)		疼痛 (分)	
		干预前	干预后	干预前	干预后
分析组	35	1.12 \pm 0.57	10.24 \pm 0.38	5.39 \pm 1.12	20.14 \pm 4.79
常态组	35	1.26 \pm 0.68	6.57 \pm 0.74	5.52 \pm 1.24	13.08 \pm 2.86
t	-	0.933	26.100	0.460	7.486
P	-	0.353	0.000	0.646	0.000

3 讨论

前交叉韧带损伤在临床中较为常见, 创伤后会造成员节不稳、难愈合等情况, 引起半月板损伤、关节软骨损伤等, 进而造成关节功能障碍情况, 对患者生活质量水平造成严重影响^[3]。因此, 为患者开展有效的护理干预措施尤为必要。

循证护理是以实践、科学为依据的护理服务, 在开展后能建立循证护理小组, 以患者实际情况为基础, 检索相关文献查找循证依据支持, 并制定针对性护理计划, 在不同时间段为患者开展针对性的康复训练指导, 有效改善患者膝关节功能^[4-5]。本次研究也证实, 分析组膝关节功能评分明显高于常态组, 有统计学意义。

综上所述, 在前交叉韧带手术患者的康复锻炼中应用循证护理能较好的改善患者膝关节功能, 值得加以推广应用。

参考文献:

- [1] 桂宇芳, 范芳芳, 吴秋竹. 膝前交叉韧带损伤患者在关节镜下行自体腘绳肌腱鞘内重建术的围术期护理分析[J]. 基层医学论坛, 2020, 24(21): 2963-2965.
- [2] 刘亚萍, 徐应玲, 稽武, 等. 预康复护理在日间膝关节镜下前交叉韧带重建术中的应用及效果[J]. 当代护士 (下旬刊), 2020, 27(4): 100-102.
- [3] 孙艳春. 早期康复护理干预对关节镜下前交叉韧带重建术后功能恢复的影响探讨[J]. 中国伤残医学, 2020, 28(9): 68-69.
- [4] 何晓茹, 杨雪红. 关节镜下前交叉韧带重建术的全程护理体会[J]. 医学美学美容, 2020, 29(18): 196.
- [5] 李伟. 关节镜下膝关节前交叉韧带重建术后的早期专科康复治疗效果分析[J]. 中国保健营养, 2020, 30(14): 359.