

护理干预对膝关节损伤关节镜术患者功能康复的影响探究

孔燕

(黄平县人民医院)

摘要：目的：探讨护理干预对膝关节损伤关节镜术患者功能康复的影响探究。方法：选取 2020 年 8 月 - 2021 年 12 月行膝关节镜手术的 30 例患者，按照随机分成对照组与观察组，对照组采用常规护理手段进行护理，观察组采用优化护理进行干预，以评分作为评价标准，对比两组患者康复情况。结果：观察组患者护理干预后，膝关节功能评分均高于对照组，疼痛评分低于对照组，差异具有统计学意义 ($P < 0.05$)；观察组患者评分 Lysholm 明显优于对照组；对比差异显著 ($P < 0.05$)。结论：护理干预可以有效的减短患者膝关节功能恢复时间，并且减轻患者疼痛状况，在临床上值得大范围推广。

关键词： 护理干预；膝关节镜手术；康复影响

膝关节损伤是由于受到重力撞击或者长时间劳损，使膝关节软组织和骨与软骨受到损伤。好发人群主要是过度运动的青年人和年龄较长的老年人，患者会出现肿胀感和疼痛感。目前临床上主要采用关节镜术，为了进一步提高患者术后康复效果，本次探求护理干预对膝关节损伤关节镜术患者功能康复的影响探究，报道如下。

1 资料与方法

1.1 一般资料

选取 2020 年 8 月 - 2021 年 12 月行膝关节镜手术的 30 例患者，按照随机分成对照组与观察组，对照组 15 例，男 8 例，女 7 例，年龄 17-64 岁，平均 (40.6 ± 1.43) 岁；观察组 15 例，男 7 例，女 8 例，年龄 25-63 岁，平均 (36.31 ± 1.64) 岁；两组患者一般资料具有可比性 ($P > 0.05$)。

1.2 纳入与排除标准

纳入标准：1.所有患者均符合膝关节损伤；2.自愿参与本次实验；

排除标准：1.认知障碍者和精神疾病者；2.心肺肝肾功能不全者；3.器官衰竭者 4.合并其他恶性疾病者；

1.3 方法

对照组实施常规护理方案，密切观察患者的各项生命体征和伤口情况，加强营养。

观察组采取优化护理干预，患者因病情会产生不良情绪，这时护理人员应该进行心理干预，帮助患者保持良好的心理状态。早期康复 (1) 可在手术前引导患者做肌肉收缩锻炼，若患者没有感受到疼痛则可以做侧卧锻炼，为手术后康复活动做好基础；(2) 在手术结束后引导患者做膝关节完全伸直锻炼，首先将腿伸直同时使脚踝部保持一定的高度，并在膝关节上部放重量约三千克的沙袋压腿，保持时间为半个小时；(3) 当麻醉退散后，可以做足和踝关节伸屈活动；(4) 手术后两周，可以做下肢后侧肌锻炼，患者下肢后侧肌肉和大腿下部肌肉进行收缩锻炼，在护理人员的帮助下，患者可做直腿抬高及髌关节屈曲练习，每日 3 次。(5) 手术后三周，若患者恢复情况良好，可用助行工具进行下的活动下，并逐渐增加活动时间。(6) 手术后三到五周，可做膝关节屈伸锻炼；(7) 手术后十一到十四周，可做膝关节屈伸锻炼。

1.4 观察指标

(1) 分析比较两组患者的膝关节功能恢复；评估表一共 100 分，当患者评估值越高，表明膝关节功能恢复越好；

(2) 对比两组疼痛程度，使用 VAS 量表，为 0 至 10 分为总范围，分值越低，说明患者疼痛程度越轻。

1.5 统计学方法：

用 SPSS 23.0 统计学软件分析，计量资料以 $(\bar{x} \pm s)$ 表示、用 t 检验，计数资料以 (%) 表示、用 χ^2 检验， $P < 0.05$ 为差异有统计学意义。

2 结果

2.1 观察组患者护理干预后，膝关节功能评分均高于对照组，疼痛评分低于对照组，差异具有统计学意义 ($P < 0.05$)。见表 1。

表 1 两组康复情况对比

组别	例数	膝关节功能评分 (分)	疼痛评分 (分)
对照组	15	79.45 ± 4.87	4.26 ± 1.19
观察组	15	$90.65 \pm 4.45^*$	$2.15 \pm 0.74^*$

注：*与对照组比较 $P < 0.05$ 。

2.2 两组患者在手术后 Lysholm 评分均有所提高，与术前比较，差异有统计学意义 ($p < 0.05$)；观察组 Lysholm 评分提高明显优于对照组，差异有统计学意义 ($p < 0.05$)，(表 2)。

表 2 两组患者 Lysholm 评分比较

组别	例数	术前	术后
对照组	15	49.45 ± 4.87	74.26 ± 1.19
观察组	15	$50.65 \pm 4.45^*$	$92.15 \pm 0.74^*$

3 讨论

关节镜手术对膝关节损伤患者具有很好的帮助效果，可以使膝关节损伤患者在较快的时间之内得以恢复，但是能否快速恢复膝关节的功能跟术后护理干预有重大的关系。通过对腿部各个关节进行有顺序的康复锻炼。依次为踝关节、股四头肌、膝关节康复训练，这种有顺序的锻炼可以很有效的帮助到患者的膝关节功能恢复，并且有效的提升患者的膝关节损伤的治疗效果。本组实验中观察组采取术后康复护理干预后，其疼痛缓解症状比对照组患者明显良好，并且观察组术后膝关节功能恢复也显著优于对照组患者，此次实验结果表明了患者能进行术后护理干预可以帮助减少患者在膝关节镜术后的关节疼痛情况，也对关节功能恢复具有帮助，护理效果显著。

参考文献：

- [1]贺丽娜, 孙飞娜, 何佩霞, 等.强化健康宣教模式对小儿骨折疗效、护理质量及满意度的影响[J].现代实用医学.2020,(11).1397-1398.
- [2]Ko, Dae-Sik,Junget.al.Analysis of Core Stability Exercise Effect on the Physical and Psychological Function of Elderly Women Vulnerable to Falls during Obstacle Negotiation[J].Journal of physical therapy science.2014,26(11).
- [3]A, Ruffilli,F.et.al.Preservation of hamstring tibial insertion in anterior cruciate ligament reconstruction: a review of the current literature.[J].Musculoskeletal surgery.2015,99(2).87-92.
- [4]屈婧, 席明霞, 肖美慧, 等.以家庭为中心的协同护理对全髋关节置换患者家属照顾能力和生活质量的影响[J].现代中西医结合杂志.2020,(22).2488-2491
- [5]王丽萍, 刘菲菲, 刘培羽.探讨程序化护理干预对半月板损伤行膝关节镜术后患者康复效果的影响[J].系统医学, 2021, 6(15):4.
- [6]刘燕, 张燕, 刘彩琴.早期康复护理干预对关节镜下前交叉韧带重建术后膝关节功能恢复的影响观察[J].医学美学美容 2021 年 30 卷 1 期, 175 页, 2021.
- [7]张爱霞.探讨综合护理干预在膝关节骨性关节炎患者关节镜手术治疗中的应用价值[J].中国伤残医学, 2020, 28(12):3.