

以行为转变理论为指导的康复护理对膝关节骨性关节炎患者干预的研究

沈娜, 张玉梅*

解放军第九七〇医院 山东烟台

【摘要】目的 讨论在膝关节骨性关节炎(OA)患者护理中应用康复护理(以行为转变理论为指导)的临床效果。**方法** 选取2021年10月-2022年10月本院收治的OA患者54例,采用双盲法进行分组,试验组(n=27例,以行为转变理论为指导的康复护理)和对照组(n=27例,常规护理)。对比两组患者在护理第1个月、第3个月和第6个月的膝关节功能(HSS量表),以及比较两组患者护理前后的自我护理能力(ESCA量表)和生活质量(GQOLI-74量表)。**结果** 试验组在护理的第1、3、6个月这三个时间点的HSS评分均大于对照组($P<0.05$);护理前,两组患者的ESCA评分、GQOLI-74评分对比均无统计差异($P>0.05$);护理后,两组患者的ESCA评分、GQOLI-74评分均有明显上升,且试验组的评分高于对照组($P<0.05$)。**结论** 在OA患者的护理中应用康复护理(以行为转变理论为指导)可以显著改善患者的膝关节功能,提高患者自我管理水平,促进患者生活质量的提高。

【关键词】 膝关节骨性关节炎; 行为转变理论; 康复护理; 膝关节功能

【收稿日期】 2023年12月20日 **【出刊日期】** 2024年1月17日 **【DOI】** 10.12208/j.jacn.20240018

Research on rehabilitation nursing intervention for patients with knee osteoarthritis guided by behavioral transformation theory

Na Shen, Yumei Zhang*

907 Hospital of the People's Liberation Army, Yantai, Shandong

【Abstract】 Objective To discuss the clinical effects of applying rehabilitation nursing (guided by behavioral transformation theory) in the care of patients with knee osteoarthritis (OA). **Methods** 54 patients with OA admitted to our hospital from October 2021 to October 2022 were selected and divided into two groups using a double blind method. The experimental group (n=27 cases, rehabilitation nursing guided by behavior change theory) and the control group (n=27 cases, routine nursing) were selected. Compare the knee joint function (HSS scale) of two groups of patients at the first, third, and sixth months of care, as well as compare their self-care ability (ESCA scale) and quality of life (GQOLI-74 scale) before and after care. **Results** The HSS scores of the experimental group were higher than those of the control group at the first, third, and sixth months of nursing care ($P<0.05$); Before nursing, there was no statistical difference in the ESCA score and GQOLI-74 score between the two groups of patients ($P>0.05$); After nursing, the ESCA score and GQOLI-74 score of both groups of patients significantly increased, and the score of the experimental group was higher than that of the control group ($P<0.05$). **Conclusion** The application of rehabilitation nursing (guided by behavioral change theory) in the care of OA patients can significantly improve their knee joint function, enhance their self-management level, and promote the improvement of their quality of life.

【Keywords】 Knee osteoarthritis; Behavior Transformation Theory; Rehabilitation care; Knee joint function

膝关节骨性关节炎(或称膝骨关节炎)是一种常见的慢性关节疾病,主要特征是关节软骨的损坏和炎症性变化^[1]。该病症通常导致关节疼痛、功能障碍和运动受限,严重时甚至影响患者的日常生活和工作^[2]。膝

关节骨性关节炎对患者的健康和生活质量造成了严重的影响,因此,早期干预和康复护理对于减缓疾病进展、改善患者症状和功能恢复至关重要。行为转变理论是一种重要的心理学理论,它强调了个体在行为改变

*通讯作者: 张玉梅

过程中的认知、情感和社会影响因素^[3]。根据该理论, 个体的行为改变需要经历预备、行动和维持三个阶段, 且在这个过程中, 行为改变者需要克服自身心理障碍、寻求社会支持, 并建立自我效能感和行为控制感。以行为转变理论为指导进行膝关节骨性关节炎患者的康复护理, 可有助于促进患者对康复治疗参与度和治疗效果, 进而改善患者的疾病状况和生活质量^[4]。本研究旨在基于行为转变理论, 探讨膝关节骨性关节炎患者康复护理干预的效果, 以期为临床实践提供更科学、有效的康复护理策略。具体如下:

1 资料与方法

1.1 一般资料

选取本院在 2021 年 10 月-2022 年 10 月收治的 54 例 OA 患者, 根据双盲法分为 2 组, 试验组 ($n=27$ 例, 其中男 16 例, 女 11 例, 年龄 62~83 岁, 平均 72.13 ± 4.21 岁, 病程 3~6 年, 平均 4.21 ± 0.57 年) 实施以行为转变理论为指导的康复护理; 对照组 ($n=27$ 例, 其中男 15 例, 女 12 例, 年龄 60~82 岁, 平均 72.15 ± 4.13 岁, 病程 2~7 年, 平均 4.18 ± 0.59 年) 实施常规护理。两组基线资料(病程、年龄等)无统计学意义 ($P>0.05$)。本研究获得医院伦理委员会审批。

纳入标准: ①均符合中华医学会骨科学分会制定诊断标准: 存在持续 1 个月膝关节疼痛; 晨起关节僵硬时长一般在 30min 以内; X 线片检查显示存在关节腔变窄、软骨被破坏、关节骨赘形成; 关节活动时存在摩擦音。②患者资料均齐全, 无遗漏; ③患者均签署研究知情同意书。排除标准: ①存在精神障碍者; ②合并有全身性感染疾病者; ③存在凝血功能障碍者; ④合并恶性肿瘤者; ⑤参与其他膝关节研究者。

1.2 方法

对照组: 实施常规护理措施, 包括对患者发放“膝关节骨性关节炎疾病科普与自我管理手册”, 并给予患者基础的用药、饮食、运动等指导。

试验组: 常规护理+以行为转变理论为指导的康复护理, 具体包括: ①前意向阶段: 患者对自己的行为问题缺乏意识, 或是意识到问题但并不打算改变。护理人员可以通过教育和宣传活动来增强患者对膝关节骨性关节炎的认识, 帮助他们意识到自己的不当行为可能会对康复产生负面影响。②意向阶段: 患者已经开始考虑改变自己的行为, 但还没有采取具体的行动。护理人员可以通过与患者进行个性化讨论, 帮助他们明确自己的康复目标, 并制定实际可行的计划。比如, 制定一个锻炼计划、改善饮食、减轻体重等。③准备阶段:

护理人员可以帮助患者克服行动前的障碍, 比如缺乏信心等, 还可以为患者提供相关的康复资源和工具。④行动阶段: 患者已经开始采取具体的行动, 比如进行锻炼、控制饮食等。护理人员指导患者进行康复锻炼, 如肌肉收缩锻炼, 患者保持仰卧体位, 将腿绷直抬高 35° , 然后缓慢下降, 重复锻炼, 每天锻炼 2~3 次, 每次锻炼 20~30 分钟。⑤维持阶段: 患者已经养成了健康的行为习惯, 并能够坚持下去。护理人员可以通过定期的复查和评估来帮助患者保持健康的生活方式。此外, 护理人员还可以提供持续的支持和激励, 以帮助患者克服可能出现的诱惑和挑战, 坚持下去。

1.3 疗效标准

(1) 对比两组患者在护理第 1 个月、第 3 个月和第 6 个月的膝关节功能 (HSS 量表, 总分 100 分, 分数越高表示患者膝关节功能恢复情况越好); (2) 比较两组患者护理前后的自我护理能力 (ESCA 量表, 总分 172 分, 分数越高患者的自我护理能力越强); (3) 比较两组患者干预前后的生活质量 (GQOLI-74 量表, 总分 100 分, 分数越高患者的生命质量越优)。

1.4 统计学方法

在 SPSS26.0 软件中, 计量资料表示为 ($\bar{x} \pm s$), 用 t 检验, 计数资料表示为率 (%), 采用 χ^2 检验, ($P<0.05$) 有统计学意义。

2 结果

2.1 分析两组在不同时间点的膝关节功能

第 1 个月, 试验组的 HSS 评分 (65.56 ± 4.28 分) 高于对照组 (55.69 ± 4.03 分), ($t=8.724, P=0.001$) 存在统计差异。

第 3 个月, 试验组 HSS 分数 (78.13 ± 5.46 分) 高于对照组 (65.38 ± 4.97 分), ($t=8.973, P=0.001$) 存在统计差异。

第 6 个月, 试验组 HSS 评分 (88.59 ± 5.87 分) 高于对照组 (76.53 ± 5.24 分), ($t=7.964, P=0.001$) 存在统计差异。

2.2 分析两组护理前后的自我护理能力

护理前, 试验组和对照组的 ESCA 评分分别为 (43.26 ± 4.13 分)、(43.48 ± 4.25 分); 护理后, 试验组和对照组的 ESCA 分数分别是 (98.67 ± 6.59 分)、(78.89 ± 5.38 分)。

护理前, 两组患者的 ESCA 评分对比均无统计差异 ($P>0.05$); 护理后, 两组患者的 ESCA 评分均有明显上升, 且试验组的评分高于对照组, ($t=5.925, P=0.001$) 存在统计差异。

2.3 分析两组护理前后的生活质量

护理前, 试验组与对照组的 GQOLI-74 分数分别为 (46.38±4.22 分)、(45.69±4.23 分); 护理后, 试验组与对照组的 GQOLI-74 评分分别是 (90.23±5.61 分)、(82.31±5.24 分)。

护理前, 两组患者的 GQOLI-74 评分对比均无统计差异 ($P>0.05$); 护理后, 两组患者的 GQOLI-74 评分均有明显上升, 且试验组的评分高于对照组, ($t=7.676, P=0.001$) 存在统计差异。

3 讨论

根据统计数据显示, 全球有超过 5.95 亿人患有膝关节骨性关节炎, 而且随着老龄化的加剧, 其患病率还在不断增加。膝关节骨性关节炎患者常常面临疼痛、行动受限等, 容易产生负面情绪。因此, 有必要探索一种护理模式, 以提高膝关节骨性关节炎患者对康复治疗的参与度和治疗效果。

行为转变理论强调人们的行为是受到环境和个人因素的影响, 并且这些行为可以通过认知、情感和行为的相互作用来改变^[5]。在康复护理中, 行为转变理论被广泛应用于帮助患者改变不健康的行为习惯, 促进康复和健康的改善^[6]。本研究中, 试验组在护理的第 1、3、6 个月这三个时间点的 HSS 评分均大于对照组 ($P<0.05$); 试验组护理后的 ESCA 评分、GQOLI-74 评分高于对照组 ($P<0.05$)。行为转变理论的干预措施可以帮助患者树立正确的康复信念, 增强对治疗的依从性。通过坚持康复护理可以帮助患者缓解疼痛、增强肌肉力量、改善关节功能、提高运动能力, 并促进患者的自我管理能力和自我管理能力, 使他们能够更好地适应疾病带来的种种挑战^[7]。其次, 行为转变理论的干预措施还可以帮助患者调整消极的情绪, 缓解焦虑、抑郁等负面情绪, 帮助患者建立积极的康复信念, 增强对疾病的应对能力, 有利于康复效果的巩固和提升^[8]。因此, 在临床工作中, 需要充分发挥行为转变理论在康复护理中的作用, 为膝关节骨性关节炎患者提供更加个性化、有效的护理干预, 以促进患者的康复和健康的改善^[9,10]。

综上所述, 以行为转变理论为指导的康复护理对膝关节骨性关节炎患者的干预效果是显著的, 可以有效地改善患者的膝关节功能恢复情况, 提高患者的生

活质量。

参考文献

- [1] 童玲. 观察实施自我管理模式对改善膝关节骨性关节炎患者运动依从性、骨关节炎指数评分的效果[J]. 微量元素与健康研究, 2023, 40 (05): 87-88.
- [2] 王露露. 康复护理干预对膝关节骨性关节炎患者疼痛症状和膝关节功能恢复及生活质量的影响[J]. 饮食保健, 2020, 007(004):176.
- [3] 宋胜男, 李鹏鸟, 吴仪等. 以行为转变理论为指导的康复护理对膝关节骨性关节炎患者的影响[J]. 齐鲁护理杂志, 2023, 29 (16): 20-23.
- [4] 金鑫. 基于行为转变理论的护理干预模式在老年膝骨性关节炎患者中的应用[J]. 中国伤残医学, 2021, 29(22):2.
- [5] 魏琳琳, 段铮铮, 石玉君等. 物理因子干预联合关节功能控制训练在膝关节骨性关节炎中的应用效果[J]. 河南医学研究, 2023, 32 (14): 2558-2563.
- [6] 刘腊云. 行为转变理论护理模式对膝骨性关节炎患者自我管理行为、康复积极性及睡眠质量的影响[J]. 世界睡眠医学杂志, 2019, 6(7):2.
- [7] 彭哲慧, 沈芳. 行为转变理论对膝骨性关节炎术后康复的影响[J]. 中国继续医学教育, 2020, 12(20):3.
- [8] 黄旭辉, 郑娟霞, 邓素兰等. 基于行为转变理论的护理干预对老年膝骨性关节炎患者的影响[J]. 护理实践与研究, 2019, 16(8):3.
- [9] 高莉丽, 林晓红, 徐建珍. 基于行为转变理论心脏康复护理对冠脉搭桥术后患者心功能、自我管理能力及生活质量的影响[J]. 国际护理学杂志, 2022(16).
- [10] 平京娜, 马雪. 以行为转变理论为指导的肺康复护理干预在慢性阻塞性肺疾病稳定期患者中的应用效果[J]. 临床医学工程, 2023, 30(8):1139-1140.

版权声明: ©2024 作者与开放获取期刊研究中心(OAJRC)所有。本文章按照知识共享署名许可条款发表。

<https://creativecommons.org/licenses/by/4.0/>



OPEN ACCESS