

康复护理在膝骨关节炎患者关节功能恢复中的价值

贾彩红, 闫娜

宁夏医科大学总医院骨三科 宁夏银川

【摘要】目的 将康复护理应用于膝骨关节炎患者护理中, 分析其护理效果。**方法** 选取本院在2021年1月-2022年1月期间收治的膝骨关节炎患者(n=86)为本次研究对象。采取随机数字表法分为参考组(n=43)及实验组(n=43), 前者给予常规护理, 后者在常规护理基础上采取康复护理。比较两组护理效果。**结果** 两组膝关节功能对比, 护理前差异不明显, 无统计学含义($P>0.05$)。护理后可见实验组较优($P<0.05$)。两组疼痛评分对比, 护理前差异不明显, 无统计学含义($P>0.05$)。护理后可见实验组较低($P<0.05$)。两组满意度比较, 可见实验组高($P<0.05$)。**结论** 在膝骨关节炎患者护理中采取康复护理效果显著, 能够改善患者的膝关节功能, 缓解其疼痛, 从而提升患者的满意度。建议此种方法在临床上推广。

【关键词】 康复护理; 膝骨关节炎; 膝关节功能; 疼痛评分; 满意度

The value of rehabilitation nursing in the recovery of joint function of patients with knee osteoarthritis

Caihong Jia, Na Yan

Third Department of Orthopedics, General Hospital of Ningxia Medical University

【Abstract】 Objective To apply rehabilitation nursing to the nursing of patients with knee osteoarthritis and analyze its nursing effect. **Methods** The patients with knee osteoarthritis (n=86) admitted in our hospital from January 2021 to January 2022 were selected as the subjects of this study. Randomized number table method was used to divide the patients into reference group (n=43) and experimental group (n=43). The former was given routine care, and the latter was given rehabilitation care on the basis of routine care. The nursing effects of the two groups were compared. **Results** There was no significant difference in knee function between the two groups before nursing ($P>0.05$). After nursing, the experimental group was better ($P<0.05$). There was no significant difference in pain scores between the two groups before nursing ($P>0.05$). After nursing, it was lower in the experimental group ($P<0.05$). Compared with the two groups, the satisfaction of the experimental group was higher ($P<0.05$). **Conclusion** The effect of rehabilitation nursing in the nursing of patients with knee osteoarthritis is significant, which can improve the function of knee joint, relieve pain, and enhance patient satisfaction. It is suggested that this method be popularized in clinical practice.

【Key words】 Rehabilitation nursing; Knee osteoarthritis; Knee joint function; Pain score; Satisfaction

膝骨关节炎是常见的滑膜关节病之一, 出现该症状的多是老年人, 在此基础上, 患者也易患膝关节退行性相关疾病^[1]。该病主要病机是由于关节长期磨损而增加关节处负担, 其临床特征为软骨发生缺失、关节组织周围有不同程度疼痛, 且无法正常活动, 疾病进展时间长, 给患者生活造成严重不便, 为此需要对患者采取有效的护理干预^[2]。选取本院在2021年1月-2022年1月期间收治的于膝骨关节炎患者(n=86)为本次研究对象。将康复护理应用于膝骨关节炎患者护理中, 分析其护理

效果。研究结果详见下文。

1 资料与方法

1.1 基础资料

选取本院在2021年1月-2022年1月期间收治的于膝骨关节炎患者(n=86)为本次研究对象。采取随机数字表法分为参考组(n=43)及实验组(n=43), 前者给予常规护理, 后者在常规护理基础上采取康复护理。上述患者经诊断后符合膝骨关节炎诊断标准。患者基础资料完整, 经向其及家属讲解本次研究目的后, 可

积极配合本次研究安排。排除患有其他严重性疾病者、精神疾病者及认知功能障碍者。其中实验组男、女性例数分别为 21 例、22 例, 年龄 56-78 岁, 均值范围 (65.43±2.76) 岁。参考组男、女性例数分别为 23 例、20 例, 年龄 57-81 岁, 均值范围 (65.76±2.38) 岁。两组资料比较差异不明显, 无法符合统计学含义 ($P>0.05$), 但有可比性。本次研究经本院伦理委员会审核批准。

1.2 方法

1.2.1 参考组

本组接受常规护理, 给予患者创造一个安静、舒适的治疗环境; 观察患者各项指标及症状, 如有异常及时通知临床医师, 并采取相应的措施。给予患者药物指导等护理。

1.2.2 实验组

本组采取优质化服务, 方法详见下文:

观察组在常规护理干预的基础上予以康复护理干预。

(1) 心理护理: 护理人员要积极与患者沟通, 耐心听取其主诉, 掌握其疑虑原因。对患者提出的问题给予详细答复, 以消除其疑虑, 减轻其心理负担。此外, 护理人员向患者讲解既往治疗成功案例, 帮助其建立战胜疾病的信心, 促使其积极配合医护人员相关治疗及护理工作。

(2) 饮食护理: 护理人员指导患者饮食要清淡, 吃些富含钙质的食物, 确保骨质代谢的正常进行; 适量摄入蛋白质。此外, 肥腻、高甜及海带、海参、海鱼避免食用, 以免进一步加重关节炎症状。同时嘱咐患者禁酒或者少量饮酒。

(3) 功能锻炼: 给予患者功能锻炼指导, 采取站立位屈膝训练: 患者行站立位, 两腿前后进行屈膝训练; 屈膝时动作不能太快, 并要求小腿三头肌和股四头肌放松。随着病情好转屈膝幅度也逐渐加大。采取空蹬车培训, 患者行仰卧位, 屈膝屈髋 90°左右, 双小腿悬吊并保持放松, 进行骑自行车动作, 持续 3 分钟。股四头肌等长收缩的训练, 患者行取仰卧位, 将膝关节向外展, 且放平、吸气, 然后拉紧股四头肌, 并维持此姿势 4

秒, 放松后重复以上动作 5 分钟。指导患者进行内收肌群等长收缩训练, 指导患者坐到凳子上, 屈膝屈髋, 幅度 90°左右, 两手握拳放在两腿之间, 并夹住两腿, 维持 10 秒, 然后缓慢放松, 休息 5 秒后再重复上述动作, 持续 5 分钟。直腿抬高锻炼中患者行仰卧位, 其健侧下肢进行屈膝屈髋, 患侧踝关节呈 90°弯曲状态, 并进行膝关节伸直, 抬高支腿, 维持 15 秒, 缓慢放下, 放松 5 秒后, 患者重复上述动作 2 分钟。上述训练首周每天 2 次, 每组动作行 5 次; 第二周每天 3 次, 每组动作行 10 次。若患者在训练期间产生剧烈疼痛, 需要对锻炼频率进行调整。

1.3 效果标准

1.3.1 膝关节功能

对两组患者护理前后的膝关节功能采取 Lysholm 量表进行评价, 分数越高, 说明患者的膝关节功能越好。

1.3.2 疼痛评分

对两组患者护理前后疼痛情况采取患者疼痛护理评估单进行评价, 分数越高, 提示患者的疼痛越严重。

1.3.3 满意度

采取本院自行设计的满意度问卷表了解产妇的满意度。等级为非常满意、一般满意及不满意。计算方法: 非常满意+一般满意/29×100%。

1.4 统计学方法

研究所得到的数据均采用 SPSS 23.0 软件进行处理。 $(\bar{x}\pm s)$ 用于表示计量资料, 用 t 检验; (%) 用于表示计数资料, 用 (χ^2) 检验。当所计算出的 $P<0.05$ 时则提示进行对比的对象之间存在显著差异。

2 结果

2.1 两组焦虑、抑郁评分对比分析

表 1 所见, 两组膝关节功能对比, 护理前差异不明显, 无统计学含义 ($P>0.05$)。护理后可见实验组较优 ($P<0.05$)。

2.2 两组疼痛评分对比分析

表 2 所见, 两组疼痛评分对比, 护理前差异不明显, 无统计学含义 ($P>0.05$)。护理后可见实验组较低 ($P<0.05$)。

表 1 两组焦虑、抑郁评分对比分析 ($\bar{x}\pm s$)

| 组别 | 例数 | 膝关节功能 (分) | |
|-----|----|------------|------------|
| | | 护理前 | 护理后 |
| 实验组 | 43 | 45.67±3.43 | 84.54±3.25 |
| 参考组 | 43 | 45.74±4.32 | 67.87±4.36 |
| t | - | 0.083 | 20.101 |
| P | - | 0.933 | 0.001 |

表 2 两组疼痛评分对比分析 ($\bar{x} \pm s$)

| 组别 | 例数 | 疼痛评分 (分) | |
|-----|----|-----------|-----------|
| | | 护理前 | 护理后 |
| 实验组 | 43 | 5.43±1.24 | 2.35±0.43 |
| 参考组 | 43 | 5.47±1.54 | 4.32±0.67 |
| t | - | 0.132 | 16.226 |
| P | - | 0.894 | 0.001 |

2.3 两组满意度对比分析

实验组满意度为 93.02% (40/43)：非常满意为 34 例，占比为 79.07%，一般满意为 6 例，占比为 13.95%，不满意为 3 例，占比为 6.98%。参考组满意度为 72.09% (31/43)：非常满意为 21 例，占比为 48.84%，一般满意为 10 例，占比为 23.26%，不满意为 12 例，占比为 27.91%。 χ^2 检验值：满意度 ($\chi^2=6.541$, $P=0.011$)。两组满意度比较，可见实验组高 ($P<0.05$)。

3 讨论

康复护理就是与患者总体康复医疗计划相结合，以整体康复目标为中心，而又紧密配合康复师工作的有效护理措施，以促进患者康复，降低致残率，使其获得最佳康复效果回归家庭和社会^[4-5]。护理期间护理人员可以根据患者实际情况给予其相关护理干预，例如给予患者有效的心理疏导，从而减轻或者消除其不良情绪，使其能够积极配合医护人员的治疗及护理，还可以根据患者的病情指导其进行站立位屈膝训练、空蹬车训练等多种功能康复训练，以促进其膝关节功能的康复^[6-8]。

本次研究结果显示，两组膝关节功能对比，护理前差异不明显，无统计学含义 ($P>0.05$)。护理后可见实验组较优 ($P<0.05$)。此研究结果说明采取康复护理可对患者的膝关节功能予以改善。两组疼痛评分对比，护理前差异不明显，无统计学含义 ($P>0.05$)。护理后可见实验组较低 ($P<0.05$)。两组满意度比较，可见实验组高 ($P<0.05$)。提示采取康复护理可对患者疼痛起到明显的缓解效果，从而提高其满意度。

综上所述，在膝骨关节炎患者护理中采取康复护理效果显著，能够改善患者的膝关节功能，缓解其疼痛，从而提升患者的满意度。建议此种方法在临床上推广。

参考文献

- [1] 田慧, 曹玉举. 中医康复护理联合针刀镜在膝骨关节炎患者中的效果观察[J]. 护理实践与研究, 2022, 19 (14) :4.
- [2] 聂玉晶, 宋婷. 个性化康复护理对膝骨性关节炎关节镜手术患者功能康复的影响[J]. 实用临床医学 (江西), 2020, 21 (8) :2.
- [3] 王文静. 康复护理干预在膝骨关节炎患者行膝关节功能锻炼期间的应用探讨[J]. 中华养生保健, 2020, 38 (6) :3.
- [4] 惠洁琼, 黄婷婷, 才礼杨. 加速康复外科护理对膝骨性关节炎患者关节功能、心理状态、治疗依从性的影响[J]. 中华现代护理杂志, 2021, 27 (14) :4.
- [5] 张龔, 赵文娣. 康复护理干预对膝骨关节炎患者疼痛及膝关节功能恢复的影响[J]. 中国校医, 2020, 34 (3) :3.
- [6] 李行淑, 肖丽娜, 杨淑芬, 万秋, 杨政宇, 丁雅怡. 膝骨关节炎患者运动依从性现状及影响因素分析[J]. 现代医药卫生, 2021, 37 (24) :4176-4183.
- [7] 严永凤. 康复护理在膝骨关节炎患者关节功能恢复中的临床效果观察[J]. 中国现代药物应用, 2019, 13 (18) :202-204.
- [8] 周晶, 严波. 康复护理在膝骨关节炎患者关节功能恢复中的效果观察[J]. 中国地方病防治杂志, 2019, 34 (02) :215-216.

收稿日期: 2022 年 10 月 24 日

出刊日期: 2022 年 11 月 30 日

引用本文: 贾彩红, 闫娜. 康复护理在膝骨关节炎患者关节功能恢复中的价值[J]. 现代护理医学杂志, 2022, 1 (9) :34-36

DOI: 10.12208/j.jmnm.202200538

检索信息: RCCSE 权威核心学术期刊数据库、中国知网 (CNKI Scholar)、万方数据 (WANFANG DATA)、Google Scholar 等数据库收录期刊

版权声明: ©2022 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