

Teach-back 在膝关节置换加速康复中的应用及效果分析

黄海平¹, 何茹²

¹绵阳市骨科医院 四川绵阳

²绵阳市涪城区杨集镇玉皇卫生院 四川绵阳

【摘要】目的 探讨 Teach-back 模式在人工膝关节置换加速康复中的应用及效果分析, 形成标准化健康宣教模式, 促进患者加速康复。**方法** 选择我科 2020 年 10 月至 2021 年 5 月收治的 86 例接受人工膝关节置换术治疗的患者, 采用随机方式分为对照组与观察组。观察组采用 Teach-back 模式, 对照组采用常规模式, 对比两组对健康宣教知识掌握情况。健康教育内容: (1) 向患者介绍疾病及手术相关知识, 加速康复不同阶段可能存在的问题、解决方法, 心理疏导; (2) 饮食管理, 给予高蛋白、高维生素饮食, 缩短术前术后禁食禁饮时间 (3) 多模式疼痛管理 (4) 积极功能锻炼 (5) 深静脉血栓的预防。通过传递健康信息、复述信息、评价复述、再次提问 4 个步骤实施。**结果** 观察组健康教育知识掌握及功能锻炼正确率明显优于对照组; 功能锻炼正确率和依从性提高; 患者满意率明显优于对照组。**结论** Teach-back 模式在人工膝关节置换加速康复中的应用, 效果显著, 适宜积极、广泛推广。

【关键词】 Teach-back; 人工膝关节置换术; 加速康复

Application and effect analysis of Teach-back in accelerated rehabilitation of knee replacement

Haiping Huang¹, Ru He²

¹Department of knee, Mianyang Orthopaedics hospital, Mianyang Sichuan

²Yu Huang Hospital, Yang Jia Zhen, Fucheng District, Mianyang Sichuan

【Abstract】 Objective: To explore the application and effect of Teach-back model in accelerating rehabilitation of patients with artificial knee replacement, and to form a standardized health education model for accelerating rehabilitation of patients. **Methods:** eighty-six patients who received total knee arthroplasty from October 2020 to May 2020 were randomly divided into control group and 2021 group. The observation group used Teach-back model, the control group used conventional model, compared with the two groups on health education knowledge. Contents of Health Education: (1) to introduce the related knowledge of disease and operation to patients, to speed up the problems that may exist in different stages of rehabilitation, to solve the problems, to dredge psychology; (2) Diet Management, to give high protein and High Vitamin Diet; Reduction of preoperative and postoperative fasting time (3) multimodal pain management (4) active functional exercise (5) prevention of thrombosis. Through the transmission of health information, retelling information, evaluation retelling, re-questioning the implementation of 4 steps. The **results** showed that the correct rate of health education and functional exercise in the Observation Group was significantly higher than that in the control group, the correct rate and compliance of functional exercise were improved, and the satisfaction rate of patients in the observation group was significantly higher than that in the control group. **Conclusion:** the application of Teach-back model in accelerating rehabilitation of total knee arthroplasty is effective, and it is suitable to be popularized.

【Keywords】 Teach-Back Artificial Knee Replacement; Speed Recovery

Teach-back 法也被称为“show-me”, 指的是进行健康教育后的受教育者可以自己组织语言而将健

康教育的理解情况表达出来,教育者可以对未理解或者理解错误信息的受教育者进行再次的健康教育,知道受教育者可以将全部的信息掌握且保证正确性^[1]。在健康教育期间,其对双向性高度重视,即受教育者和教育者。强调此过程。它可以使得医护人员对受教育对象理解以及记忆健康教育内容方面的失误及时发现,同时进行及时的巩固以及纠正信息,并加强指导受教育者的技能以及知识。

随着老龄化社会的到来,因关节炎接受全膝关节置换(TKA)的患者越来越多,已成为目前治疗中重度骨关节炎的重要方法^[2],术后及时有效的功能锻炼可减少粘连、扩大关节活动度、增强肌力,改善膝关节置换术后日常生活能力^[3]。而患者正确理解医护人员健康宣教知识,正确掌握与实施功能锻炼指导内容的,积极配合治疗及护理,对于预防各种并发症,促进患者术后加束康复尤为重要。

选择我科2020年10月至2021年5月收治的86例接受人工膝关节置换术治疗的患者,作为研究对象,现报道如下:

1 对象与方法

1.1 一般资料

选择我科2020年10月至2021年5月收治的86例接受人工膝关节置换术治疗的患者,采用随机方式分为对照组与观察组。观察组43例,其中男性12例,女性31例,年龄范围院52-83岁,年龄平均 67.25 ± 10.59 岁;对照组43例,男性16例,女性27例,年龄范围院50-80岁,年龄平均 65.95 ± 11.23 岁。两组年龄、性别差异无统计学意义($P < 0.05$)

纳入标准:1、听力以及视力良好,可正常交流;2、家属是照顾病人的主要人员,同时对于治疗护理病人具有决策权;3、愿意配合调查;排除标准:1、智力低下、沟通障碍以及听力障碍者;2、精神疾病者。3、无法沟通的病人。剔除标准:1 术后发生了严重的并发症;2 中途退出研究者;3 问卷调查没有全部完成者。观察组采用 Teach-back 模式,对照组采用常规模式,对比两组对健康宣教知识掌握情况。

1.2 实施方法

(1) 对照组采用常规模式 口头或书面形式,在不同的时机向患者讲解相关知识及要求。

(2) 观察组术后采用 Teachback 模式进行健康

教育,具体如下:

1) 成立小组,小组成员应该了解有关健康教育护理技巧以及内容。具有8个要素:①态度以及语气需要体现出关怀;②可以将合适的目光以及肢体接触提供给患者;③健康教育过程中可以使用简单明了的词汇;④要求患者及家属反馈时可以使用自己的语言;⑤采取开放性问题;⑥着重介绍护理人员具有的义务;⑦可以正确解答患者的问题,并可以根据需要对其进行详细解释;⑧记录患者的对于教育情况的反馈^[4]。

2) 组员根据临床的具体情况以及常规健康教育的内容,同时根据“头脑风暴法”制定符合本研究膝关节置换加速康复的指导单。分类健康教育内容:①为患者讲解有关手术和疾病的知识,为其介绍不同的快速康复阶段可能发生的问题,同时介绍有效解决问题的措施,将针对性的心理疏导应用于具有心理问题的患者中;②饮食管理 根据患者肝肾功检查结果,给予高蛋白饮食高维生素饮食,提高患者身体素质。术前2.5h左右让患者口服葡萄糖(5%、200ml);术后建议早期进食,术后坚持按部就班的原则,术后对于没有恶心呕吐的患者口入碳水化后饮料200ml,术后6h之后让患者食用易消化、清淡的饮食,术后1d给予正常饮食。③疼痛 讲解疼痛的相关知识,术前给予消炎止痛药物口服以进行超前镇痛;术后通过股骨神经置管进行镇痛处理,同时与冷敷、止痛药物等多种镇痛方式联合应用。④功能锻炼 术后对患者进行股四头肌等长收缩训练指导,

直腿抬高以锻炼肌力,教会患者行膝关节屈曲练习,术后早期实施主动活动,感觉运动恢复后即开始实施踝泵运动、股四头肌四头肌等长收缩练习,术后1d开始进直腿抬高和膝关节屈曲练习,患者辅助于助行器进行下床活动。⑤深静脉血栓的预防 向患者及家属讲解深静脉血栓的危害。嘱患者多饮水,无严重心,肾功能异常每日饮水量不少于2000mL。低脂饮食,及早功能锻炼,教会患者防栓操。讲解机械预防及药物预防的配合及观察要点。

3) 4个环节^[5]①健康信息的传递。为患者介绍现阶段首要掌握的信息。用日常用语表达教育内容的医学内容。②复述信息:教育者对于患者提出的问题,让其采取自己的词汇将重要的教育内容讲解出

来;若患者存在语言障碍,可采取书写的方式。③评价复述:结合患者的问答而对其讲述信息的全面性以及准确性进行评价。如果患者可以全面且准确的复述出来,则结束本次健康教育;如果患者未准确且全面的复述则重新指导直至准确和全面;④再次提问:开放式提问在患者对健康信息掌握后实施,将健康信息理清的机会体供给患者,并且教育者可对患者的理解信息的程度再次点评。每轮仅针对健康教育的一项内容,进而确保健康教育的质量。每次活动限制其信息内容为4个左右。

1.3 统计学处理

采用 SPSS19.0 统计软件对数据进行分析处理,采用采用 t 检验,以 P<0.05 表示差异具有统计学意义。

2 结果

2.1 观察组健康教育知识掌握率、功能锻炼依从性与正确率明显优于对照组(见表1)。

表 1

组别	健康教育知识掌握率	功能锻炼依从性			功能锻炼正确率
		优	良	一般	
观察组 43 例	93%	28	12	3	91%
对照组 43 例	86%	17	20	6	84%
P 值	0.001	0.000			0.000

3 讨论

膝关节炎行关节置换的患者多为老年人,其各项身体机能均处在下滑阶段,活动能力降低^[6]。加速康复理念表示,健康教育的充分以及详细可一个缩短康复时间的主要原因,可促进护理及治疗效果的提升^[7]。患者家属正确掌握宣教知识,积极配合及早进行功能锻炼,可使患者的膝关节功能显著提升,提高患者满意度及生活自理能力。有研究指出对患者进行常规健康教育后患者会将超过 75%的信息慢慢遗忘,并且反馈的将近 50%的信息都不正确。某些患者对于其是否对于有关信息全部掌握并不清楚,同时也未积极询问。所以,常规健康教育对于现阶段加快康复的要求并不能满足,医护人员需要将有效的方式提供给患者,同时在结束交谈前让患者对于有关知识全部理解。Teachback 健康教育非单纯的提供信息,其为反复的过程,便于教育者发现

患者理解以及回忆有关知识期间其中的错误,进而积极纠正,便于患者掌握知识。本研究证实此教育方法在膝关节置换加速康复中的应用,患者健康教育知识掌握、功能锻炼正确率和依从性明显优于对照组;患者满意率明显优于对照组。

4 结论

在人工膝关节置换术患者采用 Teachback 模式,利于患者和家属对有关知识可以准确掌握,促使患者功能锻炼的正确率以及依从率显著提升,降低术后发生并发症的风险,加快恢复膝关节功能,加快患者康复。效果显著,适宜广泛推广。

参考文献

- [1] 李斌,孙晓阳,王锦帆.医患沟通障碍因素研究综述[J].中国卫生事业管理.2009.26(5):302-304
- [2] 欣伟,王宇等快速康复干预在高龄全膝关节置换患者围手术期中的应用价值研究[J].中国医学装备,2017,14(3):90-93.
- [3] 詹秀琼.人性化护理应用在人工膝关节置换术围术期的效果评价[J].中外医学研究,2018,16(32):102-103.
- [4] 薛志娟.Teach back 模式在糖尿病患者健康教育中的运用[J].中国继续医学教育,2018,10(33):195-197.
- [5] 蒋丹丹,王桃红.对行人工膝关节置换术的患者实施快速康复护理的效果探究[J].当代医药论丛,2017,15(20):275-276
- [6] 姜志伟,黎介寿,汪志明等.加速康复外科用于直肠癌前切除病人价值探讨[J]中国实用外杂,2008.28(1):59-61

收稿日期:2021年11月10日

出刊日期:2021年12月20日

引用本文:黄海平,何茹,Teach-back 在膝关节置换加速康复中的应用及效果分析[J].当代护理,2021,2(6):127-129.

DOI: 10.12208/j.cn.20210147

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:©2021 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。<http://creativecommons.org/licenses/by/4.0/>



OPEN ACCESS