

早期屈膝功能锻炼对膝关节术后病人的康复影响

李晓梅, 李艳芳, 曾 鸥, 于维秀, 徐 江*

中国人民解放军联勤保障部队第九二〇医院康复医学科 云南昆明

【摘要】目的 对早期屈膝功能锻炼对膝关节术后患者的康复影响进行分析。**方法** 在临床中, 提升膝关节手术患者康复速度是非常重要的研究课题, 因此为了对这一课题进行分析, 开展对照实验, 对照实验的主要项目为早期屈膝功能锻炼的应用效果, 对所纳入患者分组后分别采取不同的护理干预措施以提升研究的准确性, 观察患者护理后的最终效果, 并进行统计和对比。**结果** 经比较发现, 观察组患者的护理效果以及各项护理对比数据均优于对照组, 组间差异较大 ($P < 0.05$)。**结论** 在膝关节术后患者护理期间, 采用早期屈膝功能锻炼可以有效促进患者更快的康复。

【关键词】 早期屈膝功能锻炼; 膝关节术; 康复

【收稿日期】 2023 年 5 月 13 日 **【出刊日期】** 2023 年 6 月 27 日 **【DOI】** 10.12208/j.ijcr.20230256

Effect of early flexion function exercise on rehabilitation of knee postoperative patients

Xiaomei Li, Yanfang Li, Ou Zeng, Weixiu Yu, Jiang Xu*

Rehabilitation Medicine Department, 920th Hospital of the PLA Joint Logistic Support Force, Kunming, Yunnan

【Abstract】Objective To analyze the influence of early flexion functional exercise on the rehabilitation of patients after knee surgery. **Methods** In clinical practice, improving the recovery speed of patients undergoing knee surgery is a very important research topic. Therefore, in order to analyze this topic, a controlled experiment was carried out. The main project of the controlled experiment was the application effect of early knee functional exercise, and different nursing interventions were taken to improve the accuracy of the study after grouping the patients. The final effect of patient nursing was observed, and statistics and comparison were made. **Results** After comparison, it was found that the nursing effect and nursing comparative data of the observation group were better than the control group, the difference between the groups was large ($P < 0.05$). **Conclusion** In the nursing period of patients after knee surgery, the use of early flexion functional exercise can effectively promote the faster recovery of patients.

【Keywords】 Early bent-knee functional exercise; Knee joint surgery; Rehabilitation

引言

随着当前社会经济的不断发展, 人们的生活方式逐渐发生着巨大的变化, 人均寿命不断提升, 因此老龄化社会也逐渐加剧, 各种骨关节疾病的发生几率不断提升。膝关节是人体中复杂度最高的关节, 在骨科治疗期间, 膝骨关节是非常常见的一种疾病类型, 大部分患者进行膝关节手术一般都是由于膝关节炎所导致, 该疾病严重影响到了人们的生活质量和身体健康。该疾病在老年人群中更加常见, 患者一旦出现严重膝关节炎、交叉韧带损伤需尽快的进行膝关节手术, 从而促进患者膝关节功能的恢复, 改善患者的生活质

量。在患者手术后, 需尽早的进行功能锻炼, 从而加速患者的早期康复速度, 患者在早期屈膝功能锻炼后, 膝关节功能也会更快恢复。本文就早期屈膝功能锻炼在膝关节术患者治疗期间的应用效果进行分析, 内容如下。

1 资料与方法

1.1 一般资料

2021 年 3 月至 2023 年 3 月分别是研究的开始和结束时间, 将这一期间在本院进行治疗的 100 例膝关节术患者作为研究对象, 将其进行随机分组后, 比较两组患者的一般资料, 并通过表 1 显示对比结果。

*通讯作者: 徐江

1.2 方法

对照组患者在护理期间采取常规护理干预, 在手术后的第一天将患者的患肢膝关节屈膝 10° 到 20° 左右, 将其安置在患者心脏平面的 10 厘米到 20 厘米之间, 并在这一期间加强对患者患肢具体情况的观察频率, 重点观察其患肢肢端的血液循环、肿胀程度和有无渗血等等^[1]。在手术后的第二天护理人员需帮助患者进行适当的肢体运动, 比如肱四头肌伸缩或踝关节跖屈等。

观察组则是在这一基础上增加早期屈膝功能锻炼, 在患者手术后的五天到七天左右, 需为其进行患肢屈膝体位的安置, 并结合适当的康复训练。在手术后第二天, 护理人员在帮助患者进行患肢膝关节屈膝体位安置时, 还需要提升患者及其家属对术后早期屈膝功能锻炼的认知水平, 对其进行健康宣教, 让患者及家属对屈膝功能锻炼有更深入的理解, 告知患者和患者家属在护理期间需要配合的地方和在护理期间的注意事项等等^[2]。在护理期间, 患者的情绪状态和心理状态都会受到疾病影响从而导致患者的依从性较低, 康复速度和生活质量都会受到影响, 因此护理人员还需要对患者进行心理疏导, 降低患者的焦虑和抑郁情绪, 使患者以良好的情绪状态面对治疗, 提升患者的依从性。将患者的患肢放置在其膝关节屈曲 90° 到 110° 之间, 然后将轴心定为膝关节, 将支点定为患者的髌屈膝时的臀部 and 足跟部位。将软枕放置在患者的腘窝处, 在放置时, 需将软枕进行折叠。在护理期间, 护理人员需要定期观察患者的舒适度, 并对患者感受进行询问, 以患者感受到舒适且可以耐受为最佳, 护理人员可以告知患者进行自主的运动或被动的运动锻炼, 促进其锻炼效果的提升。在这一期间, 护理人员需定期检查患者的个人情况, 比如患者的患肢血液循环、感觉、运动以及伤口等情况。同时护理人员还需要知道患者家属定期对患者的患肢进行按摩, 帮助患者进行膝关节的被动伸曲锻炼, 降低患者在锻炼过程中的麻木感和疼痛感, 对在护理期间可能发生的并发

症进行提前预防。在护理过程中, 护理人员要适时的调整患者的膝关节屈曲角度, 如患者可以对膝关节屈曲的角度有耐受性, 护理人员就可以适当的加大角度, 促进患者更快的康复。在手术结束后的前一周内, 护理人员尽量让患者将患肢放置于屈膝体位, 在睡前可以保持舒适体位, 并将患者的患肢放置在患者心脏平面的上方, 大概在 10cm 到 20cm 左右, 从而避免患者的小腿合足背肿胀。在手术后的五天到七天左右, 需要让患者加大关节的锻炼频率和强度, 并将膝关节的屈曲角度进行增加。

1.3 观察指标

以两组患者在护理后的 HSS 评分和并发症发生几率作为对比依据。

1.4 统计学处理

统计学软件 SPSS 22.0 是本次进行数据处理的软件, 在进行分析处理后, 分别采取 ± 标准差和 n (%) 来表达计量和计数, 并采用 t 和 χ^2 进行数据的检验。经过对比后, 如组间数据差异较大则通过 (P<0.05) 进行表示。

2 结果

2.1 表 1 为两组患者的一般资料对比情况

2.2 表 2 为两组患者 HSS 评分对比情况

2.3 表 3 为两组患者术后并发症发生几率对比情况

3 讨论

在当前骨折患者治疗期间, 股骨干骨折是比较常见的一种骨折疾病类型, 随着社会经济的不断发展, 人们的生活方式发生着巨大的变化, 而这也导致该疾病仍然呈现直线上升的趋势, 在老年群体中更加常见。在股骨干骨折患者手术治疗后, 需要长期住院, 在住院期间患者接受的护理干预质量对其治疗效果和生活质量都存在着较大影响, 在这一期间, 如果患者所接受的护理干预质量不符合其需求就可能会导致膝关节功能障碍的发生, 膝关节功能障碍也是临床中比较常见的一种并发症类型^[3]。

表 1 两组患者一般资料对比情况 ($\bar{x} \pm s, n, \%$)

组别	例数	年龄跨度 (岁)	平均年龄 (岁)	性别 (例)	
				男	女
观察组	50	33~75	51.26 ± 5.82	28 (56.00)	22 (44.00)
对照组	50	34~76	52.18 ± 5.88	27 (54.00)	23 (46.00)
χ^2/t 值			0.9365	0.8145	
P 值			>0.05	>0.05	

表2 两组患者 HSS 评分对比情况 ($\bar{x} \pm s$)

组别	例数	出院时	术后 1 个月	术后 3 个月	术后半年
观察组	50	58.59 ± 6.15	65.88 ± 6.36	70.45 ± 8.55	76.49 ± 8.45
对照组	50	59.74 ± 5.67	70.45 ± 6.49	78.54 ± 8.49	89.55 ± 8.71
t 值		0.5299	5.2645	7.8488	8.5299
P 值		>0.05	<0.05	<0.05	<0.05

表3 两组患者术后并发症发生几率对比情况 (n,%)

组别	例数	关节僵硬	下肢深静脉血栓	假体松动	总发生率
观察组	50	1 (2.00)	1 (2.00)	0 (0.00)	2 (4.00)
对照组	50	3 (6.00)	2 (4.00)	3 (6.00)	8 (16.00)
χ^2 值					15.5244
P 值					<0.05

该疾病的主要病理改变由于患者受到创伤或手术所导致的股四头肌损伤, 同时没有进行早期的股四头肌和膝关节功能锻炼, 而膝关节在这一期间长期保持伸直位的部位, 在这一条件影响下, 患者的股四头肌和骨折端就会出现牢固的纤维性粘连。在患者术后康复期间, 需为患者进行合理的患肢摆放, 如果在护理期间没有重视患者的术后锻炼和体位放置, 就可能会导致患者出现股四头肌初长度和紧张度不同, 最终出现不同程度的粘连, 对患者的屈膝功能恢复速度造成影响, 也影响到患者的生活质量和预后^[4]。有相关研究表明, 在对患者进行早期康复期间, 采用早期膝关节功能锻炼可以有效的改善患者膝关节功能的恢复情况, 促进患者生活活动能力的提升和改善。在本次研究中, 比较了两组患者的 HSS 评分和术后并发症发生几率后发现, 观察组患者术后的 HSS 评分显著低于对照组, 同时术后并发症的发生几率也明显更低, 和对照组形成较大差异 ($P < 0.05$)。在护理期间通过对患者进行早期关节功能锻炼, 也促进了患者对膝关节功能锻炼的依从性, 加强对患者的健康教育, 促进患者可以保持更加良好的心理状态面对治疗和锻炼。观察组患者经过护理后疼痛感明显减轻, 因此更愿意对锻炼过程配合^[5]。同时, 护理人员在护理期间鼓励患者主动的进行被动或主动的膝关节伸曲锻炼, 告知患者家属定期对患者进行膝关节按摩, 降低术后并发症的发生几率, 避免在手术后压疮和血管栓塞等并发症出现, 影响到患者的预后。

综上所述, 在当前股骨骨折内固定术患者手术后, 对其采取早期屈膝功能锻炼护理可以有效的促进患者的康复速度, 使患者的膝关节功能更快恢复。

参考文献

- [1] 王旭. 龙琥定痛颗粒治疗全膝关节置换术后疼痛与促进康复的临床疗效研究[D].安徽中医药大学,2021.
- [2] 马信, 阙榕彩, 谢雪萍. CPM 锻炼联合心理指导在膝关节患者术后康复中的应用分析[J]. 基层医学论坛, 2020, 24(31): 4584-4585.
- [3] 祁蓓, 张喜付, 程程. 早期屈膝位固定结合康复训练在髌骨骨折术后康复中的应用[J]. 深圳中西医结合杂志, 2020, 30(05): 174-176.
- [4] 余桂芳, 蒋超. 多模式镇痛下持续髂筋膜间隙阻滞与收肌管阻滞对老年人全膝关节置换术后镇痛及早期康复的影响[J]. 医用生物力学, 2019, 34(01): 98-102.
- [5] 谭爱欢, 冯秀萍, 邹镜宜. 早期屈膝功能锻炼对膝关节术后病人的康复影响[J]. 中国伤残医学, 2020, 28(11): 2.

版权声明: ©2023 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