

## 急性肩袖损伤采取物理疗法配合运动康复治疗临床效果观察

蒋祎萌

吉林医药学院附属医院 吉林吉林

**【摘要】目的** 探究物理疗法+运动康复治疗在急性肩袖损伤疾病中的临床效果。**方法** 文章研究人员选取时间 2020 年 11 月到 2022 年 3 月，选自院内骨科病人共 60 人，随机分成使用物理疗法+运动康复的联合组、使用单一物理疗法的对照组，每组受试患者 30 人，对比组内患者治疗有效率和肩袖损伤 UCLA 评分情况。**结果** 联合组肩袖损伤患者 UCLA 总体评分明显高出对照组 ( $P < 0.05$ )；联合组治疗方法显效人数和总有效率 (96.67) 明显超过对照组 ( $P < 0.05$ )。**结论** 急性肩袖损伤病情进展较快，早期应用物理+运动康复治疗可以明显提升患者的肩关节功能，综合疗效远超于单一治疗。

**【关键词】** 急性肩袖损伤；物理疗法；运动康复；治疗效果

### Clinical effect of physical therapy combined with exercise rehabilitation on acute rotator cuff injury

Yimeng Jiang

Affiliated Hospital of Jilin Medical College, Jilin City, Jilin Province

**【Abstract】Objective** To explore the clinical effect of physical therapy+exercise rehabilitation in acute rotator cuff injury. **Methods** the article researchers selected 60 orthopedic patients from the hospital from November 2020 to March 2022, and randomly divided them into the combined group using physical therapy+exercise rehabilitation and the control group using single physical therapy. There were 30 patients in each group. The treatment efficiency and UCLA score of rotator cuff injury of patients in the group were compared. **Results** the overall UCLA score of patients with rotator cuff injury in the combined group was significantly higher than that in the control group ( $P < 0.05$ ); The number of significantly effective patients and total effective rate (96.67) in the combined group were significantly higher than those in the control group ( $P < 0.05$ ). **Conclusion** the progress of acute rotator cuff injury is rapid. Early application of physical+motor rehabilitation therapy can significantly improve the shoulder function of patients, and the comprehensive effect is far better than that of single treatment.

**【Keywords】** Acute rotator cuff injury; Physical therapy; Exercise rehabilitation; Treatment effect

肩袖损伤一般为反复运动或外伤所致，典型表现为肩关节无力、局部活动困难以及肩颈部疼痛<sup>[1-2]</sup>。其中急性肩袖损伤原因多为急性创伤，典型症状为肩膀前侧疼痛且伴随明显压痛，伴随肩部活动后负荷的增加，疼痛症状也逐渐加强，肩部外展和上举动作受到限制，如早期未及时治疗将会诱发关节挛缩，出现明显的肩关节功能障碍，影响患者日常生活<sup>[3-4]</sup>。目前肩袖损伤发病率逐渐上升，临床上为探究物理疗法+运动康复治疗在急性肩袖损伤疾病中的临床效果，选取某院骨科肩袖损伤（急性）患者 60 人作为此次研究对象，现报道如下。

### 1 资料和方法

#### 1.1 一般资料

文章研究人员选取时间 2020 年 11 月到 2022 年 3 月，选自院内骨科共 60 人，随机分成使用物理疗法+运动康复的联合组和使用单一物理疗法的对照组。组间信息如下：对照组，受试患者 30 人，年龄 32-65 平均值（岁）：（53.26±7.13），病程 1-65 平均值（天）：（35.12±4.31），性别比例：（男/女）：18/12；联合组：受试患者 30 人，年龄 32-68 平均值（岁）：（53.65±6.71），病程 1-67 平均值（天）：（35.36±4.22），性别比例：（男/女）：

17/13。对比两组资料可得  $P > 0.05$ 。

### 1.2 方法

对照组：给予单一物理疗法，研究中使用的理疗仪为华医研究所生产提供，名称为中药超声离子导入仪。患者入院后常规使用静脉药物治疗，卧床休养 3 天后开始用理疗仪治疗，指导患者取平卧位，常规消毒肩部皮肤，将超声导入仪相同规格的电极片粘贴于患者肩部患处，连接电源促用局部肌肉微收缩，每次治疗 20 分钟，坚持治疗两周；将超声仪器头放于患者肩头，选择连续超声模式，设置强度 0.5 到 1.2 瓦每平方厘米，每次治疗 10 分钟，坚持治疗两周。

联合组：使用物理疗法+运动康复，物理疗法与上组一致，运动康复治疗具体措施如下：

(1) 伤后 3 天内：此时期为急性疼痛期，需要使用前臂吊带进行肩部制动，肢体保持侧位，痛感未减轻前禁止大幅度运动。

(2) 伤后 4 到 15 天：此时为物理治疗最佳时机，重点在于强化患者肩部血液循环，提高康复效率。

(3) 伤后 16 到 35 天：此时患者基本运动功能已恢复，可以根据其实际情况进行肩关节肌力和功能训练，首先进行牵拉训练，协助患者做内旋、外

展和内收动作，通过牵拉训练活动患侧三角肌、胸小肌以及肩部后关节囊。当患者病情基本稳定后做强化训练，锻炼肩胛骨功能。

### 1.3 观察指标

(1) 使用 UCLA (肩袖损伤评分系统) 对患者患侧肢体肩关节功能进行评定，量表最初为美国加州大学提出的，总分为 35，量表共涉及 5 项条目，包括疼痛、功能、主动前屈、徒手前屈肌力以及病人满意度，量表总体评分越高越好。

(2) 疗效判定：根据上述 UCLA 量表评分进行判定，显效：总分达到 34-35 分；有效：总分达到 29-33；无效：总分小于 29。

### 1.4 统计学分析

使用 SPSS 23.0 软件进行统计学处理，采用卡方检验和 T 检验，若两组数据之间 p 值小于 0.05，则代表 2 组患者在以上方面，具有统计学意义。

## 2 结果

### 2.1 对比组间 UCLA 评分

联合组肩袖损伤患者 UCLA 总体评分明显高出对照组 ( $P < 0.05$ )，见表 1。

### 2.2 对比组间疗效

联合组治疗方法显效人数和总有效率 (96.67%) 明显超过对照组 ( $P < 0.05$ )，见表 2。

表 1 组间 UCLA 评分对比 ( $\bar{x} \pm s$ , 分)

组别	疼痛	肩关节功能	主动前屈	徒手前屈力	满意度
联合组 (n=30)	8.89 ± 1.39	9.03 ± 1.56	4.69 ± 0.62	4.83 ± 0.71	4.13 ± 0.38
对照组 (n=30)	5.88 ± 0.65	5.47 ± 0.59	2.29 ± 0.65	2.62 ± 0.46	2.37 ± 0.80
t	10.7441	11.6911	14.6340	14.3083	10.8844
p	0.0000	0.0000	0.0000	0.0000	0.0000

表 2 组间疗效对比 (n, %)

组别	显效	有效	无效	总有效率
联合组 (n=30)	15 (50.00)	13 (43.33)	1 (3.33)	29 (96.67)
对照组 (n=30)	10 (33.33)	12 (40.00)	8 (26.67)	22 (73.33)
$\chi^2$	-	-	-	6.4052
p	-	-	-	0.0114

### 3 讨论

目前肩袖关节损伤已经成为临床骨科的常见病之一, 伤后患者伴随强烈的肩部疼痛和压痛, 必须及时采取有效措施缓解病人症状, 才能提高其预后生活质量, 提升患者的治疗满意度<sup>[5-7]</sup>。常见疗法包括物理治疗和康复功能训练, 但以往临床实践表明单一物理疗法存在一定缺陷, 总体治疗效果不佳<sup>[8-10]</sup>。文章研究中使用联合疗法, 根据患者病情进展进行针对性康复训练, 结果显示, 联合组肩袖损伤患者 UCLA 总体评分明显高出对照组 ( $P < 0.05$ ); 联合组治疗方法显效人数和总有效率 (96.67) 明显超过对照组 ( $P < 0.05$ )。

综上所述, 急性肩袖损伤病情进展较快, 早期应用物理+运动康复疗法可以明显提升患者的肩关节功能, 综合疗效远超于单一治疗。

### 参考文献

- [1] 陈俊吉,高田稻,刘晓龙,许思毛. 本体感觉神经肌肉易化训练对运动性肩袖损伤功能恢复的影响[J].医用生物力学,2022,37(01):174-179.
- [2] 李沐,李静,姚冬英. 分阶段康复训练对运动性肩袖损伤关节镜术后肩关节功能恢复及疼痛的影响[J].中国骨与关节损伤杂志,2020,35(11):1143-1145.
- [3] 许易. 运动康复+物理疗法对急性肩袖损伤患者屈关节、外旋关节活动度 (ROM) 的影响及其疗效分析[J].辽宁医学杂志,2020,34(03):27-29.
- [4] 刘晨光. 物理疗法配合运动康复治疗急性肩袖损伤的临床疗效评价[J].中国实用医药,2020,15(13):186-188.
- [5] 金莉芸. 物理因子疗法配合运动康复治疗急性肩袖损伤的临床研究[J].世界最新医学信息文摘,2019,19(A0):107+109.
- [6] 刘恒. 物理疗法配合运动康复治疗急性肩袖损伤的临床研究[J]. 中西医结合心血管病电子杂志,2019,7(11):176.
- [7] 许易. 运动康复+物理疗法对急性肩袖损伤患者屈关节、外旋关节活动度(ROM)的影响及其疗效分析[J].辽宁医学杂志,2020,34(3):27-29
- [8] 吴春利. 物理疗法联合运动康复治疗髌骨骨折术后功能障碍效果观察[J].双足与保健,2018,27(24):37-38
- [9] 王丽春,江雪. 物理疗法配合运动康复治疗急性肩袖损伤效果观察[J].中国保健营养, 2019,29(36):90.
- [10] 许朝军,叶紫堃. 物理疗法结合运动康复治疗急性肩袖损伤疗效分析[J].外科研究与新技术,2018,7(2):118-121.

**收稿日期:** 2022年7月12日

**出刊日期:** 2022年8月25日

**引用本文:** 蒋祎萌, 急性肩袖损伤采取物理疗法配合运动康复治疗的临床效果观察[J]. 国际医药研究前沿, 2022, 6(3): 91-93  
DOI: 10.12208/j.imrf.20220116

**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**