

加速康复护理治疗在老年股骨颈骨折术前术后的应用

左守红

中国人民解放军海军第九七一医院 山东青岛

【摘要】目的 研究加速康复护理治疗对老年股骨颈骨折术前术后的应用效果。**方法** 本次加速康复护理治疗的研究选取 2022 年 2 月~2023 年 3 月经我院手术术前术后护理的 100 例老年股骨颈骨折患者，经 JAVA 语言随机函数分组，均分为参照组和加速组，参照组实施涵盖踝泵运动、肌肉锻炼以及换药指导等常规训练干预，以及相关宣教和检测。加速组在参照组的基础上，对老年股骨颈骨折患者实施加速康复护理治疗，术前组建专业加速康复干预护理项目管理小组，并为患者提供有利于康复的外部环境，以及进行健康宣教和引导患者进行正确的术前饮食和休息。在术后开展患者术后训练，训练分为四个阶段，每个阶段都有不同的训练内容。**结果** 通过健康调查简表对老年股骨颈骨折患者的生活质量进行评估，发现加速组在老年股骨颈骨折患者干预后的躯体疼痛、总体健康、生理职能、社会功能、精神状态、精力情况、情感职能、生理功能等各项生活质量评分对比中的结果高于参照组，差异有统计学意义 ($P < 0.05$)。**结论** 加速康复训练对老年股骨颈骨折术前术后患者的各系行为能力及生活质量，有显著的提升，具有重要的临床意义。

【关键词】 加速康复护理；治疗；年股骨颈骨折；术前术后

【收稿日期】 2024 年 12 月 1 日

【出刊日期】 2025 年 1 月 6 日

【DOI】 10.12208/j.cn.20250022

Accelerated rehabilitation nursing therapy in the preoperative and postoperative management of elderly femoral neck fractures

Shouhong Zuo

The 971st Hospital of the Chinese People's Liberation Army Navy, Qingdao, Shandong

【Abstract】 Objective To study the application effect of accelerated rehabilitation nursing treatment on elderly patients with femoral neck fracture before and after surgery. **Methods** This study selected 100 elderly patients with femoral neck fracture who underwent preoperative and postoperative nursing in our hospital from February 2022 to March 2023. They were randomly divided into a reference group and an accelerated group using the JAVA language random function. The reference group received routine training interventions, including ankle pump exercise, muscle exercise, and dressing change guidance, as well as relevant education and testing. The accelerated group, on the basis of the reference group, implemented accelerated rehabilitation nursing treatment for elderly patients with femoral neck fracture. A professional accelerated rehabilitation intervention nursing project management team was established before surgery, and an external environment conducive to recovery was provided for patients, along with health education and guidance on proper preoperative diet and rest. Postoperative training was carried out in four stages, each with different training content. **Results** The quality of life of elderly patients with femoral neck fracture was evaluated using the Health Survey Short Form. It was found that the accelerated group had higher scores in various aspects of quality of life, including physical pain, overall health, physical function, social function, mental state, energy level, emotional function, and physiological function, compared to the reference group, with statistically significant differences ($P < 0.05$). **Conclusion** Accelerated rehabilitation training has a significant improvement in the various behavioral abilities and quality of life of elderly patients with femoral neck fracture before and after surgery, which has important clinical significance.

【Keywords】 Accelerated Rehabilitation Nursing; Treatment; Elderly Femoral Neck Fracture; Preoperative and Postoperative

随着中国人民生活水平的发展,人均寿命的增加,当前社会已进入长寿化,但随之而来的老年股骨颈骨折患者的数量逐年增加,这一问题引起了广泛关注^[1]。由于老年患者的身体机能衰退,且股骨颈骨折愈合较为困难,坏死风险较高^[2]。若没有积极采取医疗干预措施,导致老年人可能长期卧床,进而引发静脉血栓、褥疮、肺部感染等并发症。在此情况下,一年下患者生存率只有 60%左右^[3-4]。为了改善这一状况,医疗界引入了加速康复外科(Enhanced Recovery After Surgery, ERAS)的理念,旨在通过一系列优化措施减少手术对患者生理和心理的创伤应激,从而加快康复进程^[5-6]。这些干预措施包括有效的疼痛控制、快速术前优化、早期手术、早期活动和谵妄预防等,旨在最小化术后并发症和死亡率。鉴于此。本文将对加速康复护理治疗在老年股骨颈骨折术前术后的应用进行研究,报告如下。

1 资料与方法

1.1 一般资料

本次加速康复护理治疗的研究选取 2022 年 2 月~2023 年 3 月我院手术术前术后护理的 100 例老年股骨颈骨折患者,经 JAVA 语言随机函数分组,均分为参照组和加速组,参照组男性患者 24 例,女性患者 26 例。年龄 63~84 岁,平均年龄(73.7±3.5)岁。观加速组男 27 例,女 23 例。年龄 63~83 岁,平均年龄(74.4±2.9)岁。本次研究纳入标准为:经 CT, X 光片或 MRI 诊断,符合老年人群中股骨颈骨折的相关诊疗规范;年龄不低于 60 岁;接受手术治疗且符合手术要求;神志清醒,可进行一般性质对话,愿意配合医护人员完成研究;患者及家属对研究内容充分知情并同意。本次研究排除条件包括:想采取保守治疗的患者;既往患有精神分裂症、阿尔茨海默病或血管性痴呆;严重器官功能不全;存在手术禁忌症。

1.2 方法

参照组:

对参照组老年股骨颈骨折患者实施涵盖踝泵运动、肌肉锻炼以及换药指导等常规训练干预,并告知患者及患者家属术前的预防和准备措施和术后可能出现的并发症,术后 3 天,患者可开始尝试借助身体力量进行小幅度翻身,如果患者在翻身过程中感到任何不适,应立即上报给主治医生,以便及时处理。待患者可下床活动时,护理人员需监测患者切口状况,关注是否存在感染或疼痛等症状,并做好相应记录工作。

加速组:

在参照组的基础上,对老年股骨颈骨折患者实施加

速康复护理治疗,首先,在术前,组建一支由护士长、骨科科主任牵头麻醉科、营养科、康复科、老年科以及其他相关内科参与的专业的加速康复干预护理项目管理小组,通过团队合作的方式,为患者提供全方位、个性化的护理服务。然后建立了专门的老年骨科病房,为患者提供了一个安静、舒适且有利于康复的外部环境。并且,术前对患者及家属进行健康宣教,护理人员要耐心讲解加速康复理念的注意事项,消除患者对手术治疗的恐惧感,确保患者及其家属能够全面了解治疗方案和康复知识,增强信心,做好术前护理工作,对内心有顾虑的患者进行心理疏导。引导患者进行正确的术前饮食和休息。术前常规禁饮禁食,维持体内液体量平衡。

在术后开展患者术后训练,训练分为四个阶段,每个阶段都有不同的训练内容。

第一阶段,患者需要避免屈髋动作,同时进行股四头肌收缩训练。每日需进行两次,同时,护理人员指导患者及家属进行髌骨推移活动,采用背部拉伸和身体蜷曲姿势,使腿部肌肉紧绷,持续 10 秒后放松,反复训练。然后,家属对患者进行足踝和髌关节的按摩,并轻轻推动髌骨位置,进行放松该处肌肉。之后,患者需自主进行踝关节肌肉练习,包括绷紧脚背、屈曲和踝内旋外侧等动作,持续 3 天。

第二阶段,训练内容包括腿部被动运动和屈髋训练,旨在提高关节的活动范围和肌肉控制能力。初次进行关节活动时,为避免关节脱臼等问题出现,整体活动度应小于 40°。活动度可按照患者的可接受程度逐步增加。此外,护理人员还应鼓励患者进行屈髋训练,每次 10 秒左右,每组 10 次,每天进行 3 组。采取仰卧姿势,双腿摆正,最大程度地收缩股四头肌,缓慢将患肢向臀部下方弯曲。

第三阶段,患者进行侧卧外屈姿势训练和站立训练,增强平衡能力和肌肉力量。护理人员指导患者侧卧位,在双腿间放置软枕,并禁止进行内收等动作。站立训练:患者需用双手和肢体健全部分缓慢地将患肢小腿移植到床边并保持自然下垂,可根据床边或在平行杠上进行辅助将脚尖缓慢点地,并逐渐增加负重训练,直到可以脚掌落地。训练持续 15 天。

最后阶段,患者可使用辅助器进行下蹲姿势训练和拄拐走路训练,护理人员需评估患者恢复情况,同时关注其生理和心理适应情况。

1.3 疗效标准

通过健康调查简表(the MOS item short form health

survey, SF-36)对老年股骨颈骨折患者的生活质量进行评估,该量表涵盖躯体疼痛、总体健康、生理职能、社会功能、精神状态、精力情况、情感职能、生理功能等八个层面。每个层面的分值范围为0~100分,分数的高低,和患者在该层面的生活质量成正比。

1.4 统计学方法

本次研究数据均纳入SPSS26.0软件中进行对参照组和加速组结果的分析,对于计量资料的检验,有 t 进

行,平均数±标准差,表示,若参照组和加速组结果($P<0.05$)差异有统计学意义。

2 结果

2.1 组间老年股骨颈骨折患者干预后生活质量评分对比

加速组在老年股骨颈骨折患者干预后生活质量评分对比中的结果高于参照组($P<0.05$)。相关数据见表1。

表1 组间老年股骨颈骨折患者干预后生活质量评分对比($\bar{x} \pm s$)

组别	例数	躯体疼痛	总体健康	生理职能	社会功能	精神状态	精力情况	情感职能	生理功能
参照组	50	80.46±6.87	80.76±5.76	80.48±5.74	80.60±5.24	80.32±5.73	80.96±6.97	80.62±4.47	80.31±5.82
加速组	50	82.65±5.89	82.52±4.95	83.73±7.10	82.73±5.63	83.72±5.76	83.54±5.12	83.84±6.41	83.13±6.73
t	-	2.493	2.570	2.517	2.878	2.959	2.109	2.914	2.241
P	-	0.014	0.012	0.014	0.005	0.004	0.038	0.004	0.027

3 讨论

股骨颈骨折尤为常见,该骨折类型在老年人中发生率较高,有一种说法,称之为人生最后一次骨折^[7]。患者在股骨颈骨折后,基本生活将难以自理。尽管手术治疗可行,但鉴于老年人身体机能衰退,康复过程较为缓慢。传统的护理方法通常要求患者长时间卧床休养。然而,考虑到老年患者年龄较高,身体机能相对较弱,免疫力降低,长时间的卧床可能引发一系列并发症,如坠积性肺炎和褥疮等^[8]。这些并发症一旦发生,往往对老年人的健康造成严重影响,甚至可能导致生命垂危^[9]。所以,对于老年骨折患者的治疗,需要综合考虑各种因素,制定个性化的康复方案。加速康复护理治疗通过对患者进行全面、细致的护理,可以有效提高患者的康复效果。本次研究发现加速组在老年股骨颈骨折患者干预后的各项生活质量评分对比中的结果高于参照组($P<0.05$)。由此可见,该护理体系有效解决了常规康复训练的局限性。对患者的肌力训练包括股四头肌和臀中肌的扩展运动等,以循序渐进的方式进行卧、坐、站立等训练模式,有利于改善患者髋关节功能和日常活动能力。

综上所述,系统化快速康复训练有助于提高老年股骨颈骨折术后患者的行动能力和生活质量,减轻疼痛程度,具有重要的应用价值。

参考文献

[1] 陈立燕.加速康复护理清单在胸腰椎骨折患者围术期的应用效果分析[J].中国社区医师,2023,39(12):152-154

+157.

- [2] 彭锦莲,李敏文,邓楚仪.预见性护理及加速康复护理在股骨粗隆间骨折患者中的应用效果分析[J].中国社区医师,2022,38(27):138-140.
- [3] 王祚才,陈建平,王平.半髌和全髌关节置换术治疗老年股骨颈骨折的疗效及安全性[J].中华老年多器官疾病杂志,2024,23(03):176-180.
- [4] 殷芬,唐叶.加速康复护理在髌部骨折患者中的应用效果[J].中西医结合护理(中英文),2022,8(05):109-111.
- [5] 闫丽欣,张平,刘晓磊,等.加速康复外科理念在膝骨关节炎患者全膝关节置换术后康复护理中的应用[J].中国医药,2022,57(05):575-577.
- [6] 何莹莹,陈进芬,张小丽,等.老年股骨颈骨折围手术期精准护理干预效果观察[J].现代医院,2024,24(02):325-328.
- [7] 江磊庆.全髌关节置换术治疗老年股骨颈骨折患者的效果观察[J].中国冶金工业医学杂志,2024,41(01):85-86.
- [8] 严中甲,陈伟,刘杰.内固定术与髌关节置换术治疗老年股骨颈骨折的效果比较[J].中国社区医师,2024,40(02):37-39.

版权声明:©2025 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