

循证护理在髌骨骨折康复护理中的效果及对患者功能恢复的影响

伊春梅, 庄婉婷, 张丽, 李思璇, 肖叔利*

中国人民解放军联勤保障部队第九二〇医院 云南昆明

【摘要】目的 探讨循证护理在髌骨骨折康复护理中对患者康复及膝关节功能恢复的影响。**方法** 选取 2024 年 1 月-2025 年 1 月的 100 例髌骨骨折患者, 将其随机分为对照组与观察组, 每组各 50 例。对照组实施常规护理, 观察组则采用循证护理, 对比分析两组患者的临床治疗效果、膝关节功能恢复状况以及护理满意度。**结果** 观察组的临床治疗总有效率为 96.00%, 高于对照组的 82.00%; 观察组膝关节功能也优于对照组, 同时观察组护理满意度显著高于对照组 ($P<0.05$)。**结论** 将循证护理应用于髌骨骨折的康复护理中, 能够增强治疗效果, 助力膝盖恢复活动功能, 提升病人对护理的满意度, 在实际治疗过程中具有显著效用。

【关键词】 髌骨骨折; 循证护理; 康复护理

【收稿日期】 2025 年 7 月 12 日

【出刊日期】 2025 年 8 月 16 日

【DOI】 10.12208/j.jnmn.20250405

The effect of evidence-based nursing in the rehabilitation nursing of patellar fractures and its influence on the functional recovery of patients

Chunmei Yi, Wanting Zhuang, Li Zhang, Siying Li, Shuli Xiao*

The 920th Hospital of the Joint Logistic Support Force of the People's Liberation Army of China, Kunming Yunman

【Abstract】Objective To explore the influence of evidence-based nursing in the rehabilitation nursing of patellar fractures on the rehabilitation of patients and the recovery of knee joint function. **Methods** A total of 100 patients with patellar fractures from January 2024 to January 2025 were selected and randomly divided into a control group and an observation group, with 50 cases in each group. The control group received routine nursing, while the observation group adopted evidence-based nursing. The clinical therapeutic effects, recovery status of knee joint function and nursing satisfaction of the two groups of patients were compared and analyzed. **Results** The total effective rate of clinical treatment in the observation group was 96.00%, which was higher than 82.00% in the control group. The knee joint function of the observation group was also better than that of the control group. Meanwhile, the nursing satisfaction of the observation group was significantly higher than that of the control group ($P<0.05$). **Conclusion** The application of evidence-based nursing in the rehabilitation nursing of patellar fractures can enhance the therapeutic effect, assist in the restoration of knee mobility, improve patients' satisfaction with nursing, and has significant utility in the actual treatment process.

【Keywords】 Patellar fracture; Evidence-based nursing; Rehabilitation nursing

髌骨骨折作为临床常见的骨科创伤, 多由直接暴力或间接暴力导致, 患者常伴随膝关节疼痛、肿胀及活动功能障碍, 严重影响日常生活质量^[1]。传统护理模式多侧重于基础护理和常规康复指导, 但在个性化干预与科学依据支持方面存在不足, 部分患者术后易出现关节僵硬、肌肉萎缩等并发症, 功能恢复效果欠佳^[2]。循证护理以临床实践问题为导向, 通过系统收集、评价

和应用最新研究证据, 结合护理人员的专业技能与患者的实际需求, 制定出更具针对性和有效性的护理方案^[3]。因此, 深入探讨循证护理在髌骨骨折康复护理中的应用效果, 分析其对患者膝关节功能恢复、疼痛缓解及护理满意度的具体影响。

1 资料与方法

1.1 一般资料

*通讯作者: 肖叔利

选取于 2024 年 1 月至 2025 年 1 月期间在我院接受治疗的 100 例髌骨骨折患者, 采用随机数字表法将其分为两组, 每组各 50 例。观察组中男性 27 例、女性 23 例, 年龄范围为 42 至 56 岁, 平均 (49.56 ± 2.68) 岁。对照组中男性 28 例、女性 22 例, 年龄范围为 40 至 60 岁, 平均 (48.56 ± 2.64) 岁; 对两组患者的资料进行对比, 结果显示差异无统计学意义 ($P > 0.05$)。

纳入标准: 经 X 线等影像学检查确诊为髌骨骨折; 均符合手术指征并成功接受手术治疗; 患者意识清楚, 可正常沟通交流且能配合康复锻炼; 患者对研究知情并且同意。

排除标准: 合并有严重心、肝、肾等重要脏器功能障碍者; 合并骨质疏松症、骨肿瘤等影响骨折愈合的疾病者; 存在精神疾病或认知功能障碍无法配合护理及康复训练者。

1.2 护理方法

两组患者均接受了钢丝固定手术。对照组患者在术后针对患者进行常规护理, 适度垫高受伤的腿部, 使病人维持平躺体位, 在膝盖下方放置软质垫物, 并在膝盖上放置冰袋, 从而减轻疼痛、消除肿胀。向患者告知康复锻炼意义并督促定期复查。

观察组行循证护理: (1) 成立循证小组。由科室护士长担任组长, 组织成员收集髌骨骨折康复护理中常见问题, 如术后疼痛、肿胀以及高龄患者术后易出现静脉血栓等情况, 并且针对这些问题通过检索知网、万方等数据库查找相关文献资料, 获取循证支持。(2) 疼痛与肿胀管理。根据循证结果, 除了常规的水袋冷敷外, 还为患者制定个性化的疼痛评估量表, 每 4 小时评估一次疼痛程度, 依据评估结果遵医嘱合理使用镇痛药物, 并指导患者采用冷疗来降低损伤部位温度, 减少组织胺等炎性物质释放, 同时进行皮肤牵引, 鼓励患者活动, 以此改善末梢血运及局部胀痛和水肿状况。(3) 并发症预防。强化保暖措施, 防止血流缓慢与静脉痉挛, 指导患者积极进行踝关节屈伸以及股四头肌收缩运动, 促进血液回流, 有效预防下肢静脉血栓形成。同时, 做好患者饮食管理, 严控胆固醇摄入, 鼓励多吃富含维生素的食物, 因维生素对身体机能运转重要。此外, 增加饮水量, 以改善身体代谢; 保持大便通畅, 避免便秘带来的额外压力和不适。(4) 康复锻炼指导。小组参考循证证据设计阶段性康复计划, 术后第 1-3 天指导患者进行股四头肌等长收缩训练, 每次收缩保持 10-15 秒, 每组 10-15 次, 每天 3-

4 组; 术后 1 周开始进行膝关节被动屈伸训练, 借助 CPM 机辅助, 初始角度为 30° , 每天增加 $5-10^\circ$, 逐渐增加至 90° , 同时加强与患者的沟通交流, 详细讲解每个锻炼动作的要领及对功能恢复的重要性, 及时解答患者的疑问, 消除其顾虑, 提高患者对康复锻炼的认知和依从性。(5) 心理护理。通过与患者建立良好的护患关系, 耐心倾听患者的心声, 了解其心理状态, 对于出现焦虑、抑郁情绪的患者, 及时进行心理疏导, 帮助患者树立康复信心, 积极配合治疗与护理。在整个护理过程中, 小组成员定期对护理效果进行评估, 根据患者的恢复情况及时调整护理方案, 确保护理措施的科学性和有效性。

1.3 观察指标

(1) 临床疗效: 依据膝关节功能恢复状况进行评价。优: 膝节能主动过伸, 可完成 120° 至 140° 的弯曲; 良: 膝节能主动伸直, 弯曲角度在 100° 至 120° ; 可: 膝节能进行 90° 至 100° 的弯曲, 疼痛有所缓解; 差: 膝关节活动范围小于 90° [4]。

(2) 膝关节功能: 采用 HSS 评分表进行量化评估。该评分表从六个维度展开考量: 疼痛程度(30 分)、活动功能是否正常(22 分)、膝关节屈曲角度(18 分)、下肢肌力情况(10 分)、膝关节伸直能力(10 分)、行走稳定性(10 分)。总分 100 分。90-100 分为优, 80-89 分为良, 70-79 分为可, <70 分为差[5]。

(3) 护理满意度: 自行制作了一份满分 100 分的问卷表。其中, 得分在 90 分及以上定义为非常满意, 得分介于 80 分(含)至 90 分之间定义为比较满意, 得分低于 80 分则定义为不满意。

1.4 统计学分析

运用 SPSS22.0 统计学软件来处理数据, 计数资料以例数或者率(%)的形式呈现, 组间比较采用 χ^2 检验, 当 $P < 0.05$ 时, 意味着差异具备统计学意义。

2 结果

2.1 两组患者临床疗效对比

两组对比, 观察组要比对照组高 ($P < 0.05$), 见表 1。

2.2 HSS 膝关节评分对比

护理实施之后, 观察组的 HSS 膝关节评分显著高于对照组 ($P < 0.05$), 见表 2。

2.3 两组患者护理满意度对比

相较于对照组, 观察组的护理满意度更高。 ($P < 0.05$), 见表 3。

表 1 两组患者临床疗效对比[n=50（%）]

组别	优	良	可	差	总有效率
对照组	18（36.0）	15（30.0）	8（16.0）	9（18.0）	41（82.0）
观察组	25（50.0）	17（34.0）	6（12.0）	2（4.0）	48（96.0）
χ^2					4.339
P					0.037

表 2 护理后 HSS 膝关节评分比较（ $\bar{x}\pm s$ ，分）

组别	例数	HSS 膝关节评分
对照组	50	75.23±5.68
观察组	50	88.65±4.32
t 值		12.345
P 值		0.000

表 3 患者护理满意度比较[n（%）]

组别	例数	非常满意	较为满意	不满意	满意度
对照组	50	25（50.0）	17（34.0）	8（16.0）	42（84.00）
观察组	50	30（60.0）	18（36.0）	2（4.0）	48（96.00）
χ^2 值					4.000
P 值					0.045

3 讨论

髌骨骨折属于一种在临床中较为常见的关节内骨折类型，患者在接受手术治疗之后，会面临一个相当漫长且艰难的恢复过程。在恢复进程中，给予患者有效护理措施，对其膝关节功能恢复和整体身体康复至关重要^[6]。通常情况下，常规护理模式主要是依照既定的、固定不变的流程来逐步开展各项护理工作的，这种护理方式虽然能够满足基本的护理需求，但在针对不同患者的个性化情况时，其针对性方面就显得有些不足。相比之下，循证护理是一种更为科学和先进的护理理念与方法，它强调以科学研究得出的结果作为坚实的依据基础，同时紧密结合护理人员在长期临床实践中积累下来的丰富经验，再充分考虑到患者自身实际的病情状况、身体素质、心理状态等多方面因素，从而制定出一套全面、细致且具有针对性的护理方案^[7]。

本研究结果显示，观察组在临床治疗总有效率、膝关节功能优良率以及护理满意度等关键指标方面，均以显著优势超越对照组（ $P<0.05$ ）。这是由于循证护理通过提出问题并检索文献，能够依据最新证据解决髌骨骨折康复过程中的疼痛管理、并发症预防以及康复锻炼指导等关键问题。例如，通过循证研究可知，冷疗能够有效缓解疼痛与肿胀，早期功能锻炼可降低髌骨

关节炎的发生率，减少关节粘连和肌肉纤维化等情况。基于此，能够制定出更加科学合理的护理措施，促进患者膝关节功能实现更为理想的恢复成效^[8]。

综上所述，髌骨骨折患者应用循证护理，能够切实提高治疗成效与护理满意度，推动患者膝关节功能的恢复，具有良好的临床推广价值。

参考文献

[1]

田春叶,董宁宁,郭学斌.以ERAS理念为导向的阶梯式康复护理在膝关节 ACL 损伤患者中的应用效果及其对疼痛、膝关节功能恢复的影响[J].临床医学研究与实践,2024,9(14):140-143.

[2]

钟霞.循证护理对老年股骨粗隆间骨折患者术后髌关节功能恢复及预后效果的影响[J].中国伤残医学,2024,32(1): 120-123.

[3]

游孟孟,袁慧,李英,王培霞,王彦艳.基于行为改变的康复护理模式对骨质疏松性胸腰椎体压缩骨折患者功能恢复及再骨折的影响[J].海南医学,2024,35(13):1953-1957.

[4]

李萍,侯新新,王静宜.早期康复护理对股骨颈骨折术后患者恢复及并发症的影响评价[J].中外医疗,2024,43(22): 142-145.

- [5] 刘玲,王腾飞.循证指导的标准化康复护理在掌骨骨折术后患者中的应用效果[J].中国民康医学,2024,36(24):180-182.
- [6] 邵雪云,张翠红.踝关节骨折术后护理对患者术后并发症及功能康复的影响[J].中文科技期刊数据库(文摘版)医药卫生,2024(11):0176-0179.
- [7] 刘海香.康复护理干预对骨折患者术后骨折愈合及功能恢复的影响观察[J].中文科技期刊数据库(引文版)医药卫生,2024(7):0045-0048.
- [8] 姚瑶.循证护理用于髌骨骨折患者康复护理效果观察[J].中文科技期刊数据库(文摘版)医药卫生,2024(5):0001-0004.

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