

老年股骨颈骨折髋关节置换术后加速康复外科护理对关节功能恢复效果的研究进展

崔 茜, 任碧媛, 肖淑利, 徐 江*

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】股骨颈骨折已经成为老年群体常见骨折类型。髋关节置换术可以有效改善股骨颈骨折畸形, 帮助患者重建关节功能, 有效减轻患者疼痛, 有助于改善患者生活质量。但是围手术期患者活动受限, 术后长时间卧床, 直接影响关节功能恢复速度, 而且还会增加并发症风险。加速康复外科理念目前已经广泛应用于骨科护理领域, 通过对围手术期护理环节进行优化, 可以有效改善患者康复预后效果。

【关键词】老年股骨颈骨折; 髋关节置换; 加速康复外科护理; 关节功能

【收稿日期】2026 年 5 月 15 日 **【出刊日期】**2026 年 6 月 10 日 **【DOI】**10.12208/j.imrf.20260024

Research progress on the effect of accelerated recovery surgery nursing after hip joint replacement for elderly femoral neck fractures

Qian Cui, Biyuan Ren, Shuli Xiao, Jiang Xu*

The 920th Hospital of the Joint Logistics Support Force of the Chinese People's Liberation Army, Kunming, Yunnan

【Abstract】Femoral neck fractures have become a common type of fracture in the elderly population. Hip joint replacement surgery can effectively correct the deformity of femoral neck fractures, help patients restore joint function, effectively alleviate pain, and improve the quality of life of patients. However, patients have limited mobility during the perioperative period and remain in bed for a long time, which directly affects the speed of joint function recovery and also increases the risk of complications. The concept of accelerated recovery surgery has been widely applied in the field of orthopedic nursing. By optimizing the perioperative nursing process, it can effectively improve the prognosis of patients' rehabilitation.

【Keywords】Elderly femoral neck fractures; Hip joint replacement; Accelerated recovery surgery nursing; Joint function

髋关节置换术是治疗老年股骨颈骨折重要手段, 通过手术可以帮助患者快速恢复关节解剖结构, 重建关节功能。但是老年患者往往存在多种基础疾病, 身体耐受能力较差, 需要加强患者围术期护理干预。加速康复外科理念基于循证医学证据, 通过对围手术期护理方案进行优化, 可以减轻患者手术创伤应激反应, 降低并发症发生率, 可以促使患者术后更快康复。目前, 加速康复外科护理在骨科护理领域中的效果已经得到临床研究证实, 通过加速康复外科护理, 可以有效提升患者术后关节功能恢复质量。基于此, 本研究通过对老年股骨颈骨折髋关节置换

术后康复目标以及加速康复外科理念的发展趋势进行分析, 综述老年股骨颈骨折髋关节置换术后加速康复外科护理对关节功能恢复效果, 现报告如下:

1 老年股骨颈骨折髋关节置换术后康复目标

老年股骨颈骨折髋关节置换术后应根据自身病情和身体情况, 设立分阶段康复目标, 在护理过程中根据患者情况针对性制定分阶段护理方案, 贴合患者术后恢复情况明确不同时间节点护理目标。陈安娜^[1]研究表明, 老年股骨颈骨折髋关节置换术后早期阶段护理重点主要集中在控制患者术后疼痛, 减轻患者机体手术创伤应激反应, 预防深静脉血栓、

*通讯作者: 徐江

肺部感染、切口感染等并发症,促使患者身体尽快恢复离床活动能力。同时,患者在卧床期间需要重视活动干预,避免长期卧床影响患者功能恢复。中期阶段需要更加重视患者髋关节恢复,通过适当的活动,强化髋周肌肉力量,提升功能运动协调性,帮助患者逐步恢复站立、行走等运动功能,恢复日常生活活动能力,完成自主穿衣、洗漱、进食等日常动作。远期目标主要是帮助患者恢复髋关节功能,重建稳定行走能力,同时减少避免慢性疼痛、假体相关并发症,提升患者生活质量。

2 加速康复外科理念的发展趋势

加速康复外科理念早期主要是应用于外科护理领域,其主要目的在于缩短患者住院时间,降低术后并发症风险。随着骨科护理深入研究,循证医学证据不断积累,加速康复外科理念覆盖范围越来越广,护理内容也从单一的微创置换技术转换到康复医学、疼痛管理,涉及手术、麻醉、感控、康复等多方面内容,在护理中多需多学科协作。王素娟等^[2]研究表明,加速康复外科理念更加重视护理的精准化,在护理过程中根据患者年龄、基础疾病、手术耐受能力、康复需求进行分层划分,根据不同患者针对性设计个性化护理内容,避免过度干预或干预不足问题。而且加速康复外科理念不仅仅重视院内护理,通过将院内护理延伸至术后,通过延续性护理确保护理连续性,弥补常规护理存在的漏洞。宋彩丽^[3]研究表明,随着加速康复外科理念评价体系不断完善,护理质量评价已经不仅仅局限于缩短住院时间,降低并发症发生率,更加重视患者术后关节功能恢复以及生活质量改善,在护理过程中通过适当的功能训练,可以帮助患者重建关节功能,改善患者日常生活自理能力。

3 老年股骨颈骨折髋关节置换术后加速康复外科护理实施策略

3.1 心理指导

朱肖晓等^[4]研究表明,老年股骨颈骨折髋关节置换术患者由于对手术方案、治疗流程以及预后效果了解较少,对手术存在不确定性,容易导致患者产生焦虑、抑郁等负面情绪。患者入院后护理人员应加强患者心理状态评估,明确焦虑、抑郁情绪程度以及负面情绪来源,针对性实施心理疏导。护理人员可以通过通俗易懂词汇,详细为患者介绍股骨颈骨折以及髋关节置换手术相关知识,打消患者对手术存在的顾虑,从而提升患者配合度。研究表明^[5],老年股

骨颈骨折髋关节置换术患者术后阶段负面情绪主要来源于术后疼痛、康复训练难度过大,护理人员应给予患者更多陪伴和耐心,详细为患者介绍康复训练动作,加强患者疼痛管理,避免患者负面情绪加重而放弃训练。而且可以联合家属开展心理支持,通过正向引导和鼓励,让患者情绪维持稳定状态,提升康复依从性。

3.2 术前康复训练

术前医护人员应对患者髋关节功能、身体耐受情况进行评估,指导患者床上活动,引导患者正确翻身,掌握便盆使用方法,避免患者术后动作不当导致关节脱位。指导患者开展呼吸功能训练,掌握腹式呼吸、正确咳嗽以及排痰方法,提升心肺储备能力,从而降低术后肺部感染风险。向云等^[6]研究表明,老年股骨颈骨折髋关节置换术患者术前康复训练应以髋周肌群预适应训练为主,通过股四头肌等长收缩训练,可以改善髋周肌群力量。同时指导患者正确使用助行器、拐杖,熟练掌握站立、行走要点,避免术后下地发生跌倒风险。

3.3 术后康复训练

张明月等^[7]研究表明,老年股骨颈骨折髋关节置换术患者术后康复训练应遵循循序渐进原则,根据患者手术情况、身体耐受情况制定训练方案。术后麻醉清醒后,引导患者进行床上踝泵运动、趾关节主动活动,加快下肢静脉回流。同时指导患者进行腹式呼吸、正确咳嗽训练,避免长期卧床导致肺部分泌物大量堆积,引发肺部感染。患者生命体征恢复稳定后,辅助患者床边坐起、站立,再逐渐过渡到床边短距离行走。训练过程中注意避免髋关节过度屈曲,逐步扩大髋关节活动范围。术后1~2周可以逐步进行直腿抬高训练,逐步过渡到行走训练、日常生活动作训练,提升患者生活质量。

3.4 并发症预防

并发症预防是围手术期护理重点,李亮锐等^[8]研究表明,老年股骨颈骨折髋关节置换术患者术后发生深静脉血栓、肺部感染、压疮风险较高。在临床护理中,需要重视患者下肢主动活动,同时配合压力弹力袜、间歇充气加压装置等加快下肢血液循环,必要时可以采取药物抗凝干预,并定期对患者下肢周径变化进行监测。而术后通过有效咳嗽、深呼吸训练,清除呼吸道分泌物,维持呼吸道通畅。针对长期卧床患者,需要定期帮助患者翻身,使用减压垫

减轻骨突部位压力, 维持皮肤干燥清洁, 避免局部皮肤长时间受压。

3.5 术后镇痛

李额伶等^[9]研究表明, 老年股骨颈骨折髋关节置换术患者术后受到手术创伤影响, 存在不同程度疼痛, 疼痛程度严重会影响患者术后康复训练进程。在加速康复外科护理中, 护理人员应定期对患者疼痛程度进行评估, 根据疼痛程度对镇痛干预方案进行调整, 患者疼痛可以忍受时, 可以通过多和患者聊天, 让患者听音乐、阅读等方式, 同时加强患者疼痛健康宣教, 引导患者正确表达自身疼痛情况。疼痛超出承受范围后, 针对性给予镇痛药物, 且详细为患者介绍镇痛药物副作用, 避免患者刻意强忍疼痛, 患者疼痛减轻后, 可以更积极地参与康复训练, 避免疼痛限制关节活动。

4 加速康复外科护理对关节功能恢复效果

李梦等^[10]研究表明, 规范对患者实施加速康复外科护理, 以有效缩短老年股骨颈骨折髋关节置换患者术后首次下地时间, 避免肌肉长时间卧床出现萎缩, 维持关节周围软组织张力, 加快关节活动度恢复, 提高髋关节屈曲活动范围。加速康复外科护理中患者术后疼痛得到有效控制, 可以有效提升患者康复训练依从性, 可以显著改善髋关节功能评分。研究表明, 老年股骨颈骨折髋关节置换患者术后实施加速康复外科护理, 可以提升髋关节功能恢复优良率, 改善关节活动能力、行走能力、日常生活活动能力。同时, 加速康复外科护理可以有效降低患者术后各类并发症。

5 结论

老年人群随着年龄增加, 骨量大量流失, 骨质疏松, 骨密度下降, 在外力作用下股骨颈骨折风险较高, 一旦骨折, 患者局部血运遭到破坏, 将会导致患者活动受限。老年股骨颈骨折保守治疗患者需要长时间卧床, 发生深静脉血栓、肺部感染、压疮等并发症风险较高。在加速康复外科护理过程中通过实施心理指导、术前、术后康复训练, 同时, 做好并发症预防和术后镇痛管理, 可以有效减轻患者术后应激反应, 降低术后并发症风险, 促使患者关节功能更快地恢复。但是目前加速康复外科护理推行仍存在一定的限制, 应更加重视骨科护理人员规范化培训, 不断提升护理流程规范性, 建立学科协作机制, 才能促进加速康复护理工作更好地发展。

参考文献

- [1] 陈安娜. 加速康复外科护理理念联合康复护理对股骨颈骨折行髋关节置换术后患者疼痛关节功能的影响 [J]. 基层医学论坛, 2025, 29 (15): 145-148.
- [2] 王素娟, 申楠楠, 付霜霜. 整合式医护团队实施加速康复外科对股骨颈骨折全髋关节置换术患者康复效果的影响 [J]. 实用临床医药杂志, 2025, 29 (9): 112-115.
- [3] 宋彩丽. 加速康复外科护理在老年股骨颈骨折手术患者中的应用效果[J]. 中国民康医学, 2025, 37 (8): 184-186.
- [4] 朱肖晓, 任路彬, 王丽丽. 多学科协助模式下的加速康复外科护理联合核心肌群强化训练应用于股骨颈骨折全髋关节置换术患者的效果 [J]. 国际移植与血液净化杂志, 2023, 21 (6): 17-21.
- [5] Vu N T P, Khanh T H B, Hung Q H, et al. Effectiveness of an Enhanced Recovery After Surgery (ERAS) Program in Hip Arthroplasty in a Developing Country: A Propensity Score-Matched Study from Vietnam. [J]. Journal of multidisciplinary healthcare, 2025, 18 2731-2747.
- [6] 向云, 王玲, 金剑. 加速康复外科护理干预对老年股骨颈骨折患者术后疼痛及髋关节功能恢复的影响 [J]. 黑龙江医学, 2022, 46 (18): 2253-2255+2259.
- [7] 张明月, 刘涛杰, 温金亚, 等. 康复路径联合加速康复外科在行全髋关节置换术老年股骨颈骨折患者中的应用效果 [J]. 中国校医, 2021, 35 (10): 773-775.
- [8] 李亮锐, 方素娟, 游建帆. 加速康复外科理念在股骨颈骨折全髋关节置换术中的应用及护理进展 [J]. 中国实用医药, 2020, 15 (35): 204-205.
- [9] 李额伶, 杨云, 黄锦鑫. 加速康复外科理念在全髋关节置换术手术室护理中的应用价值分析 [J]. 现代诊断与治疗, 2020, 31 (16): 2664-2666.
- [10] 李梦, 赵平. 加速康复外科护理理念在老年髋关节置换术患者中的应用 [J]. 皖南医学院学报, 2020, 39 (1): 100-102.

版权声明: ©2026 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