

快速康复护理程序对前交叉韧带损伤患者术后康复的影响探讨

刘 丽

华中科技大学同济医学院附属协和医院 湖北武汉

【摘要】目的 观察对前交叉韧带损伤患者术后护理过程中开展快速康复护理程序的作用。**方法** 回顾性纳入 2024 年 2-12 月本院进行常规护理的前交叉韧带损伤手术患者 43 例（对照组），另回顾纳入 2025 年 1-12 月在本院进行快速康复护理程序的前交叉韧带快速康复护理患者 43 例（观察组）。对患者术后疼痛程度、关节功能以及康复依从性进行对比。**结果** 术后疼痛程度，观察组低于对照组，（ $P<0.05$ ）。关节功能评分，观察组护理后高于对照组，（ $P<0.05$ ）。**结论** 在对前交叉韧带损伤患者进行术后康复护理过程中开展快速康复护理程序，将快速康复护理措施贯穿到患者整个手术治疗期间，可以缓解患者术后疼痛程度，促进患者受损关节功能恢复。

【关键词】 快速康复护理程序；前交叉韧带损伤；术后康复

【收稿日期】 2026 年 8 月 2 日

【出刊日期】 2026 年 9 月 1 日

【DOI】 10.12208/j.cn.20260468

Exploration of the impact of rapid rehabilitation nursing program on postoperative rehabilitation of patients with anterior cruciate ligament injury

Li Liu

Huazhong University of Science and Technology Tongji Medical College Affiliated Union Hospital, Wuhan, Hubei

【Abstract】 Objective To observe the effect of implementing rapid rehabilitation nursing procedures in the postoperative nursing process of patients with anterior cruciate ligament injury. **Methods** A retrospective study was conducted on 43 patients who underwent routine care for anterior cruciate ligament injury surgery in our hospital from February to December 2024 (control group), and another retrospective study was conducted on 43 patients who underwent rapid rehabilitation care for anterior cruciate ligament injury in our hospital from January to December 2025 (observation group). Compare the postoperative pain level, joint function, and rehabilitation compliance of patients. **Results** The postoperative pain level in the observation group was lower than that in the control group, ($P<0.05$). The joint function score in the observation group was higher than that in the control group after nursing care, ($P<0.05$). **Conclusion** Implementing a rapid rehabilitation nursing program during the postoperative rehabilitation nursing process for patients with anterior cruciate ligament injury, and incorporating rapid rehabilitation nursing measures throughout the entire surgical treatment period, can alleviate the patient's postoperative pain and promote the recovery of damaged joint function.

【Keywords】 Rapid rehabilitation nursing program; Anterior cruciate ligament injury; Postoperative rehabilitation

前交叉韧带损伤为当前临床较为常见的损伤类型，会导致患者存在有疼痛、关节肿胀等症状，直接影响到患者膝关节功能^[1-2]。在针对前交叉韧带损伤患者进行手术治疗的过程中，手术对患者造成的创伤性较大，为帮助患者受损膝关节功能可以迅速进行恢复，需结合患者损伤部位特点准确开展各方面康复护理^[3-4]。快速康复护理程序在手术治疗患者护理过程中具备有较高的实施率，旨在结合患者手术特点制定快速康复护理方案，起到促进患者康复的目的。本次研究主要对前交叉韧带损伤手术患者进行快速康复护理程序的作

用进行观察。

1 资料与方法

1.1 一般资料

回顾性纳入 2024 年 2-12 月本院进行常规护理的前交叉韧带损伤手术患者 43 例（对照组），另回顾纳入 2025 年 1-12 月在本院进行快速康复护理程序的前交叉韧带快速康复护理患者 43 例（观察组）。患者组成方面，对照组男性 23 例，女性 20 例，年龄在 33-58 岁间，均值为（ 43.34 ± 1.83 ）岁。体质指数为 22~25kg/m²，均值为（ 23.34 ± 1.02 ）kg/m²。其中 24 例为左侧损伤，19 例为右侧损

伤。观察组男性 24 例, 女性 19 例, 年龄在 34-59 岁间, 均值为 (43.22 ± 1.56) 岁。体质指数为 $22 \sim 25 \text{ kg/m}^2$, 均值为 $(23.15 \pm 1.23) \text{ kg/m}^2$ 。其中 25 例为左侧损伤, 18 例为右侧损伤。对患者基本资料对比, $P > 0.05$ 。

1.2 方法

对照组在术后恢复阶段, 各方面护理工作都按照常规模式进行开展。术后早期需要对患者各方面情况进行综合性评估, 观察患者切口变化情况, 做好切口管理工作, 按时对敷料进行更换, 促使患者术口敷料处在干燥、清洁的状态。分析患者术后早期疼痛症状, 并进行针对性疼痛护理, 缓解患者术后早期疼痛症状。告知患者在术后恢复阶段需要注意的各方面问题, 结合患者恢复情况及时指导患者进行康复锻炼。观察组在手术期间则需要实施快速康复护理程序。(1) 手术前护理。在手术前, 需要协助患者做好各方面准备, 结合患者手术安排情况对禁食、禁饮时间合理进行控制, 避免禁食、禁水时间过长导致患者产生不适感。分析患者心理状态, 鼓励患者将心理压力进行倾诉, 明确患者存在心理压力的原因, 并对患者进行针对性心理疏导, 告知患者当前临床在开展该方面手术过程中的有效性等, 为患者分析部分类似病例, 促使患者迅速恢复的信心进行建立。并在手术前指导患者掌握部分锻炼的方式, 包括直抬腿训练、踝泵训练、膝关节屈曲练习等, 掌握康复训练技巧。

(2) 术中护理。在手术过程中需要做好患者体温管理, 避免患者在手术期间体温出现异常波动。严格控制手术过程中液体输入量以及输入速度, 避免导致患者血流动力出现波动。(3) 术后早期护理。在术后早期恢复阶段, 观察到患者各方面指标稳定且存在饮食要求患者, 则可以指导饮用 100ml 左右饮用水, 评估患者是否出现腹部不适、恶心等症状。适当给与患者半流体饮食,

并逐步过度到正常饮食。准确开展术后镇痛护理, 分析患者疼痛程度, 按照药物镇痛与非药物镇痛结合的方式, 促使患者疼痛症状迅速得到控制。并结合患者恢复情况制定早期康复训练方案。(4) 早期功能锻炼。在患者术后疼痛得到控制后, 则可以开始指导患者进行股四头肌收缩练习、踝泵练习等, 指导患者结合自身耐受情况对单次训练量合理进行控制, 避免导致其产生不适感。并结合患者损伤部位变化情况合理调整训练方案, 保障患者在恢复阶段各方面护理措施的针对性。

1.3 观察指标

(1) 疼痛程度对比。术后疼痛程度需按照 VAS (Visual Analogue Scale) 量表进行评估, 分值在 0~10 分, 分值越高则疼痛症状越严重。(2) 关节功能评分对比。按照膝关节功能评分量表 (WOWAC) 对患者膝关节功能恢复情况进行评估, 包括活动受限 (0~20 分)、关节僵硬 (0~8 分)、关节功能 (0~68 分) 三个层面, 总分 0~96 分, 分值与患者膝关节功能保持负相关。

1.4 统计学方法

以软件 SPSS25.0 (Statistical Package for the Social Sciences25.0) 对研究中各数据进行分析, 均值 $\pm$ 标准差 ($\bar{x} \pm s$) 表示计量资料 (包括疼痛程度、膝关节功能评分等), t 检验, % 表示比率等计数资料, χ^2 检验, ($P < 0.05$) 具备统计学意义。

2 结果

2.1 疼痛程度对比

术后疼痛程度, 观察组低于对照组, ($P < 0.05$), 见表 1。

2.2 关节功能评分对比

关节功能评分, 观察组护理后高于对照组, ($P < 0.05$), 见表 2。

表 1 两组疼痛程度对比 ($\bar{x} \pm s$)

组别	例数	术后首日	术后 3 天	术后 5 天
观察组	43	6.35 ± 0.22	4.12 ± 0.31	2.65 ± 0.22
对照组	43	6.41 ± 0.31	5.36 ± 0.23	3.23 ± 0.26
t	-	1.355	15.425	18.345
P	-	0.715	< 0.001	< 0.001

表 2 两组膝关节功能评分对比 ($\bar{x} \pm s$)

组别	例数	活动受限		关节僵硬		关节功能		总分	
		护理前	护理后	护理前	护理后	护理前	护理后	护理前	护理后
观察组	43	15.22 ± 1.35	3.53 ± 1.23	7.05 ± 0.35	2.75 ± 0.35	56.05 ± 2.34	13.05 ± 3.93	78.85 ± 5.24	20.05 ± 3.45
对照组	43	14.89 ± 1.25	6.44 ± 1.35	7.11 ± 0.41	4.22 ± 1.15	55.15 ± 2.45	24.15 ± 3.34	77.35 ± 5.37	36.35 ± 4.15
t	-	1.722	10.056	0.521	6.022	0.219	22.624	0.425	21.345
P	-	0.090	< 0.001	0.604	< 0.001	0.828	< 0.001	0.511	< 0.001

3 讨论

前交叉韧带损伤会直接影响到患者膝关节功能,在进行手术治疗期间,手术对患者造成的损伤较大,需要患者在术后较长时间才能进行恢复^[5-6]。因该部分患者手术具备有一定复杂性,在治疗期间需结合患者实际情况准确开展各方面护理工作,帮助患者进行恢复。

快速康复护理程序以促进患者迅速恢复为目的,结合患者手术特点制定康复护理方案,并将康复护理贯穿到患者整个手术治疗过程中,保障环节护理的针对性与有效性^[7-8]。通过细化手术前护理,从术前准备以及患者心理层面进行支持,可以帮助患者在手术前保持良好的心理状态。而在手术中做好患者体温管理、液体输入管理等,有利于减少手术过程中患者血流动力异常波动,保障手术顺利性,促使患者在术后早期各方面指标可以迅速稳定^[9-10]。而在术后早期及时对患者进行疼痛护理能够迅速缓解患者疼痛症状。并为患者制定各方面康复训练方案,可以帮助患者受损功能迅速进行恢复,加快患者恢复速度。在本次研究中,观察组在围术期则进行快速康复护理程序对比可见,在该护理模式下可以迅速降低患者术后早期疼痛症状,并起到促进患者受损关节功能进行恢复的作用,改善患者关节功能。

综合研究,在对前交叉韧带损伤手术患者护理过程中可以开展快速康复护理程序,提升对该部分患者围术期护理效果,促进患者受损功能进行恢复。

参考文献

- [1] 黄柳苑,郭佳佳,余泳琳. “一病一品”护理模式在膝关节前交叉韧带损伤患者术后快速康复护理中的应用效果[J]. 中国社区医师, 2025, 41 (27): 112-114.
- [2] 仇冬梅,尚甜甜,陈娟. 1 例膝关节前交叉韧带合并半月板

损伤术后患者的康复护理 [J]. 中国社区医师, 2025, 41 (23): 67-69.

- [3] 杨馨,袁媛,窦俊杰. 中药熏蒸联合超短波对前交叉韧带损伤疗效的研究 [J]. 四川中医, 2024, 42 (12): 121-124.
- [4] 牛婷婷,李影,董晓利. 负重训练起始时间对前交叉韧带损伤患者术后康复的影响 [J]. 河南医学高等专科学校学报, 2024, 36 (05): 643-646.
- [5] 石琪. 基于微信平台的康复护理模式对前交叉韧带损伤患者术后恢复及依从性的影响 [J]. 婚育与健康, 2024, 30 (10): 154-156.
- [6] 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.
- [7] 张艳艳,马燕. “医护康”一体化治疗模式在膝关节前交叉韧带损伤关节镜微创手术中的应用效果 [J]. 江苏卫生事业管理, 2024, 35 (04): 528-531.
- [8] 李春月,董翔,韩冷,等. 中西医结合护理前交叉韧带损伤研究进展 [J]. 光明中医, 2024, 39 (06): 1243-1246.
- [9] 王霜,任玉香,李九群,等. 快速康复护理程序对前交叉韧带损伤患者术后康复的影响 [J]. 罕少疾病杂志, 2023, 30 (05): 96-98.
- [10] 温雅婷,潘咏薇,徐云,等. 智能负重机器人在前交叉韧带重建患者康复训练的应用 [J]. 护理学杂志, 2022, 37 (24): 75-78.

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