

多学科协作模式在运动医学康复护理中的应用效果

马燕, 麦热合巴·木合塔尔

新疆医科大学第六附属医院 新疆乌鲁木齐

【摘要】目的 探讨多学科协作模式在运动医学康复护理中的应用效果。**方法** 本次研究纳入的研究对象为本院运动医学科于 2025 年 1 月-2025 年 12 月期间收治的 80 例患者。所有患者通过随机数字表法被分为对照组（常规运动医学康复护理）与观察组（多学科协作模式下的运动医学康复护理），每组各 40 例。对比两组患者的疼痛及恢复情况、生活质量。**结果** 观察组患者的 VAS 评分明显低于对照组患者 ($P < 0.05$)，且观察组患者的 Harris 髋关节功能评分、HSS 膝关节评分、UCLA 评分以及各项生活质量评分，均较对照组患者明显更高 ($P < 0.05$)，均有统计学意义。**结论** 将多学科协作模式应用于运动医学康复护理中，可有效促进患者功能恢复、缓解疼痛，并提升患者生活质量，取得了良好的临床应用效果。

【关键词】 运动医学康复护理；多学科协作模式；应用效果；生活质量

【收稿日期】 2026 年 3 月 9 日

【出刊日期】 2026 年 4 月 3 日

【DOI】 10.12208/j.cn.20260196

Application effect of multidisciplinary collaboration model in sports medicine rehabilitation nursing

Yan Ma, Mehterba Muhtatar

The Sixth Affiliated Hospital of Xinjiang Medical University, Urumqi, Xinjiang

【Abstract】Objective To explore the application effect of multidisciplinary collaboration mode in sports medicine rehabilitation nursing. **Methods** The research subjects included in this study were 80 patients admitted to the Department of Sports Medicine of our hospital from January 2025 to December 2025. All patients were randomly divided into a control group (conventional sports medicine rehabilitation nursing) and an observation group (sports medicine rehabilitation nursing under multidisciplinary collaboration mode) using a random number table method, with 40 cases in each group. Compare the pain and recovery status, as well as quality of life, between two groups of patients. **Results** The VAS scores of the observation group patients were significantly lower than those of the control group patients ($P < 0.05$), and the Harris hip joint function score, HSS knee joint score, UCLA score, and various quality of life scores of the observation group patients were significantly higher than those of the control group patients ($P < 0.05$), all of which had statistical significance. **Conclusion** The application of multidisciplinary collaboration mode in sports medicine rehabilitation nursing can effectively promote patient functional recovery, relieve pain, and improve patient quality of life, achieving good clinical application results.

【Keywords】 Sports medicine rehabilitation nursing; Multidisciplinary collaboration model; Application effect; Quality of life

运动医学康复护理是现代医疗体系中的重要组成部分之一，旨在通过科学的护理干预措施帮助患者恢复运动功能并提高生活质量，在髋部骨折、膝关节骨性关节炎等多种疾病的术后康复中均发挥着重要作用。传统的康复护理虽能为患者提供基本的医疗支持，但往往难以满足患者的个性化需求。为改善患者康复及预后效果、提升整体生活质量，可在运动医学康复护理的基础上引入多学科协作模式，通过整合不同学科的

专业资源并结合患者个体需求，为其提供全面、个体化的康复护理服务，进而提升护理效果^[1,2]。鉴于此，本研究即对多学科协作模式在运动医学康复护理中的应用效果展开分析与讨论，具体如下。

1 对象和方法

1.1 对象

本次研究纳入的研究对象为本院运动医学科于 2025 年 1 月-2025 年 12 月期间收治的 80 例患者。所

有患者通过随机数字表法被分为对照组（常规运动医学康复护理）与观察组（多学科协作模式下的运动医学康复护理），每组各 40 例。其中，对照组患者包含男性 24 例、女性 16 例，膝关节镜术后 16 例、髌关节镜术后 14 例、肩关节镜术后 10 例，平均年龄为 57.84 ± 4.22 岁；观察组患者平均年龄为 57.38 ± 4.62 岁，包含男性 22 例、女性 18 例，髌关节镜术后 17 例、膝关节镜术后 16 例、肩关节镜术后 7 例。对所有患者的基本资料进行比较后，并无明显差异（ $P > 0.05$ ），且所有患者均已签署知情同意书。此次研究已经过医院伦理委员会完全知情并批准。

1.2 方法

1.2.1 常规运动医学康复护理

由护理人员向患者开展常规健康宣教，告知康复护理相关注意事项；结合患者恢复情况，指导进行适当康复训练，从最初的床上翻身训练、踝泵运动，逐渐过渡为床边坐起、站立、步行等。

1.2.2 多学科协作模式下的运动医学康复护理

(1) 组建多学科护理小组，成员包括康复师、运动治疗师、中医技师、营养师、护理人员等；由小组对患者的整体情况进行全面评估，制定个体化的运动康复护理计划；

(2) 康复师负责根据患者的功能状态及恢复情况，设置各阶段的康复目标及具体措施，同时监督整体护理进展，根据患者实际情况动态调整护理计划；运动治疗师应根据康复计划实施针对性的物理治疗及训练方案，如：指导患者进行床边坐位、坐起下地、膝关节屈曲、髌关节外展、渐进式抗阻等训练，并按需结合功能性电刺激、热疗或冷疗等，通过技术辅助与相关训练帮助患者恢复关节活动度、肌肉力量及平衡能力等；营养师应定期评估患者身体状况，结合其饮食习惯制定个体化的膳食计划，确保患者每日摄入充足热量且营养均衡；中医技师应根据患者具体情况实施适当中医康复护理，如：针灸刺激局部穴位调节气血、推拿手法舒筋活络、艾灸消肿止痛等；护理人员应结合患者理解

能力、文化水平等，采取适当方式（如：播放科普视频、发放图文宣传册等）开展健康宣教，详细讲解运动康复护理的目的、预期效果及重要性，提高患者认知程度；根据患者疼痛情况予以多元化镇痛干预，若患者疼痛轻微，可指导其进行深呼吸、正念冥想等训练以缓解疼痛，若患者疼痛剧烈，应遵照医嘱给予适当镇痛药物干预，此外还可结合热敷/冰敷、轻柔按摩等物理镇痛手段；同时指导并督促患者进行各项康复训练。

1.3 观察指标

本研究需对比两组患者的：

(1) 疼痛情况：评估工具为 VAS 视觉模拟评分法，得分范围为 0~10 分，分数由低到高分别对应患者的疼痛情况越来越严重；

(2) 恢复情况：采用 Harris 髌关节功能评分、HSS 膝关节评分、UCLA 肩关节评分量表，分别评估患者的髌关节、膝关节与肩关节恢复情况，其中，Harris 髌关节功能评分包含疼痛、功能活动、活动范围、畸形评分，总分为 100 分，分数越高表明髌关节功能越好；HSS 膝关节评分与 UCLA 量表总分均为 100 分，分数越高表明膝关节、肩关节功能越好；

(3) 生活质量：评估工具为 SF-36 健康状况调查简表，该量表涵盖生理功能、社会功能等八个维度，各维度的得分范围均为 0~100 分，分数由低到高分别对应患者的生活质量越来越高。

1.4 统计学分析

使用 SPSS24.0 软件对本次研究中产生的数据进行处理与统计学分析，使用“ $\bar{x} \pm s$ ”表示计量资料，采用 t 检验；使用 % 表示计数资料，采用 χ^2 检验；若 $P < 0.05$ ，则表明数据间存在显著差异，具有统计学意义。

2 结果

2.1 两组患者的疼痛情况、恢复情况对比

与对照组患者相比，观察组的 VAS 评分明显更低，并且 Harris 髌关节功能评分、HSS 膝关节评分、UCLA 评分，均明显更高，差异显著（ $P < 0.05$ ），具有统计学意义，如表 1。

表 1 比较两组疼痛、恢复情况（n, $\bar{x} \pm s$, 分）

组别	例数	VAS	Harris 髌关节功能评分	HSS 膝关节评分	UCLA
观察组	40	2.93 ± 0.68	79.52 ± 1.98	78.29 ± 8.37	81.36 ± 3.42
对照组	40	3.54 ± 0.83	63.42 ± 6.19	65.34 ± 7.21	66.53 ± 4.17
t	-	3.596	15.668	7.414	17.391
P	-	0.001	0.001	0.001	0.001

2.2 生活质量对比

结果显示, 观察组患者的情感职能、生理职能、总体健康、生理功能、躯体疼痛、社会功能、精力、精神健康评分分别为 87.64 ± 2.82 分、 85.62 ± 4.39 分、 86.54 ± 2.72 分、 84.47 ± 3.92 分、 86.53 ± 3.69 分、 87.93 ± 4.02 分、 85.47 ± 2.17 分、 87.41 ± 2.62 分, 对照组分别为 75.43 ± 2.19 分 ($t=21.628, P=0.001$)、 76.34 ± 4.84 分 ($t=8.982, P=0.001$)、 75.49 ± 3.64 分 ($t=15.380, P=0.001$)、 75.92 ± 4.35 分 ($t=9.235, P=0.001$)、 74.87 ± 3.62 分 ($t=14.266, P=0.001$)、 76.29 ± 3.35 分 ($t=14.068, P=0.001$)、 75.36 ± 1.64 分 ($t=23.508, P=0.001$)、 76.24 ± 3.32 分 ($t=16.704, P=0.001$), 可见, 与对照组患者的生理功能、精神健康、社会功能等各项生活质量评分相比, 观察组患者均明显更高, 差异均有统计学意义 ($P < 0.05$)。

3 讨论

随着运动医学的不断发展, 康复护理在帮助患者恢复运动功能、提升生活质量等方面的重要作用日益凸显。但在常规的康复护理模式中, 通常以单一学科为主导, 护理措施较为单一且局限, 缺乏一定的综合性, 难以满足患者的个体差异化需求, 导致整体护理效果并不理想。多学科协作模式作为一种较为新兴的医疗模式, 强调以患者为中心, 整合不同学科的专业资源, 为其提供多方位的护理服务, 在运动医学康复领域也得到了广泛的关注与应用^[3]。

本次研究结果显示, 观察组患者的 VAS 评分明显低于对照组患者, 且观察组患者的 Harris 髌关节功能评分、HSS 膝关节评分、UCLA 评分以及各项生活质量评分, 均显著高于对照组患者。上述结果表明, 多学科协作模式下的运动医学康复护理对于改善患者疼痛程度、促进功能恢复、提升生活质量等方面均具有积极作用。分析其原因为, 多学科协作护理模式对多个学科的专业知识以及经验进行了有效整合, 并在此基础上对常规的护理措施进行优化与改善, 有效提高整体护理方案的专业性与综合性^[5,6]。通过成立多学科协作护理小组, 从不同专业角度出发对患者整体情况进行评估, 避免了单学科护理的思维局限性, 实现了护理思路的互补与互助, 同时也为制定个体化的运动康复护理计划提供了科学依据。在此过程中, 康复师、运动治疗师、中医技师等成员各司其职, 通过分工合作确保患者的身体状况、营养需求等各方面均得到充分的关注与支持^[7,8]。通过对患者开展多元化健康宣教, 有助于帮

助患者建立客观、科学的疾病认知, 进而主动参与并配合运动康复训练, 可进一步提升整体护理效果、促进功能恢复。多学科协作护理模式下的运动医学康复护理, 为患者提供了多层次、多维度且中、西医结合的综合性护理服务, 有助于提升患者生活质量水平并促进肢体功能恢复。

综上所述, 在运动医学康复护理中应用多学科协作模式, 可有效促进患者功能恢复、缓解疼痛, 并提升患者生活质量, 取得了良好的应用效果, 具有较高的临床推广价值。

参考文献

- [1] 胡梦梦, 乔荣霞, 梁惠聪, 吕厚辰, 徐孜孜. 基于目标导向理论的运动康复护理模式在老年髌关节置换术患者中的应用效果[J]. 中国医刊, 2025, 60(5): 605-608
- [2] 孙慧勤, 严春红, 查君君. 多学科协作的快速康复护理模式在全膝关节置换术后患者中的应用[J]. 齐鲁护理杂志, 2022, 28(6): 49-51
- [3] 刘蕊. 基于快速康复理念的多学科协作模式在髌膝关节置换围手术期护理中的应用效果[J]. 临床研究, 2023, 31(2): 155-158.
- [4] 朱丽燕, 翟波, 季芸, 等. 多学科协作运动干预对膝关节骨性关节炎患者的应用效果[J]. 浙江临床医学, 2022, 24(8): 1240, 1243.
- [5] 董晓利, 牛婷婷, 郑慧玲, 等. 多学科协作制定的行走站立平衡运动康复护理模式在膝关节置换病人中的应用[J]. 全科护理, 2024, 22(12): 2289-2292.
- [6] 蒋萍萍, 郑娇, 刘祥霞, 等. 多学科协作护理干预对全膝关节置换术病人术后恐惧水平及早期功能恢复的影响[J]. 循证护理, 2024, 10(15): 2821-2825.
- [7] 袁静. 多学科协作康复护理干预对老年冠心病患者心理状态、运动耐力及心功能的影响[J]. 黑龙江医学, 2022, 46(23): 2889-2891.
- [8] 王一凡, 李云龙, 刘思奇. 多学科协作加速康复护理对机器人辅助强直性脊柱炎全髌关节置换术患者的影响[J]. 机器人外科学杂志(中英文), 2025, 6(4): 572-577.

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