

康复护理路径在骨科术后患者功能恢复中的实践效果

杜翠翠

海军青岛特勤疗养中心疗养十一科 山东青岛

【摘要】目的 本研究从疗养康复护理视角出发,探讨康复护理路径对骨科术后患者功能恢复中的实践效果。**方法** 选取 2023 年 10 月至 2024 年 10 月期间青岛某疗养中心 60 例接受骨科外科手术的患者分为对照组与观察组,各 30 例,都是在医院进行手术后转院到本疗养中心进行康复治疗,我们对此实践效果进行探究。对照组给予基础护理,观察组接受康复护理训练计划。统计患者的术后恢复情况、并发症与患者的护理满意度情况。**结果** 应用快速康复护理方式的观察组患者抑郁状态评分低于对照组,患者护理中并发症发生率低于对照组($P < 0.05$)。**结论** 快速康复护理方式应用于骨科病人的护理中,可以为病人提供细致、优质的护理服务,同时也可以将不良事件的发生降到最低,从护理质量的保证上促进病人对护理满意度的提高。在减少并发症,提高护理满意度的情况下,将本疗养中心的康复护理训练计划应用于骨科患者中,术后恢复状况是明显改善的。通过对比实施康复护理路径与传统护理的两组骨科术后患者在肢体功能、生活自理能力、心理状态及并发症等方面的差异,揭示康复护理路径在骨科术后疗养康复中的显著优势,为优化骨科术后护理提供依据。

【关键词】 康复护理路径;骨科术后;疗养康复;功能恢复

【收稿日期】 2025 年 5 月 15 日

【出刊日期】 2025 年 6 月 16 日

【DOI】 10.12208/j.jmnm.20250312

Practical effects of rehabilitation nursing pathway in functional recovery of postoperative orthopedic patients

Cuicui Du

11th Department of Convalescence, Qingdao Special Recuperation Center; Qingdao, Shandong

【Abstract】 Objective This study explores the practical effect of rehabilitation nursing pathway in functional recovery of postoperative orthopedic patients from the perspective of convalescent rehabilitation nursing. **Methods** Sixty patients who underwent orthopedic surgery in a convalescent center in Qingdao between October 2023 and October 2024 were selected and divided into a control group and an observation group, 30 cases each, all of whom were transferred to this convalescent center for rehabilitation after surgery in the hospital, and we explored the practice effect of this. The control group was given basic nursing care, and the observation group received a rehabilitation nursing training program. The patients' postoperative recovery, complications and patients' nursing satisfaction were counted. **Results** The depression score of patients in the observation group was lower than that of the control group, and the complication rate in patient care was lower than that of the control group ($P < 0.05$). **Conclusion** The application of rapid rehabilitation nursing style in the care of orthopaedic patients can provide patients with meticulous and high-quality nursing services, and also minimize the occurrence of adverse events, and promote the improvement of patients' satisfaction with nursing care from the assurance of nursing quality. With the reduction of complications and the improvement of nursing care satisfaction, the postoperative recovery status is significantly improved by applying the rehabilitation nursing training program of our convalescent center to orthopedic patients. By comparing the differences in limb function, self-care ability, psychological status and complications between the two groups of postoperative orthopedic patients who implemented the rehabilitation nursing pathway and traditional care, the significant advantages of the rehabilitation nursing pathway in postoperative orthopedic convalescence and rehabilitation are revealed, and a basis is provided for the optimization of postoperative orthopedic care.

【Keywords】Rehabilitation care pathway; Postoperative orthopedic surgery; Convalescent rehabilitation; Functional recovery

前言

对患者肢体功能和生活质量造成较大影响的骨科疾病种类较多,常见的有骨折、骨质增生、腰椎间盘突出等,因打架斗殴、交通事故、剧烈运动伤等复杂多样的致病原因,严重的可致死^[1]。当前社会发展下,患有骨科疾病的患者人数越来越多,当患者患有骨科疾病时虽然被及时救治,但身体难免会产生多种不适,生活质量也会严重下降,如果不进行积极的疗养康复,会使病情恶化,也会引起其他病症出现而威胁患者自身生命安全。骨科患者虽然通过及时、合理的治疗能够实现疾病的有效缓解,但术后难免会在身体某些部位留下不同程度的功能障碍^[2]。基于此,为了保障曾骨科患者的治疗效果和生活质量,就必须做好患者的康复护理工作。以往骨科患者应用的常规护理工作具有标准性和固定性,应用中无法降低多种并发症发生,且起到的护理效果缓慢,因此存在多种不足。但快速康复护理可根据病人实际制订针对性、科学性的护理方案,而且护理工作也是综合性、缜密性的,所以在应用上对病人机体功能的恢复是有促进作用的,致残率也是可以最大限度的降低的^[3]。骨科手术往往给患者带来身体结构和功能的双重创伤,术后的疗养康复护理对于患者能否顺利恢复至关重要^[4]。康复护理路径作为一种整合多学科知识与护理流程的模式,旨在为骨科术后患者提供全面、系统且具有针对性的疗养康复护理服务,以促进其功能恢复,提升生活质量。

1 资料与方法

1.1 一般资料

将青岛某疗养中心 2023 年 10 月-2024 年 10 月 60 例接受骨科外科手术的患者作为本次研究对象,对照组中有男性患者 15 例,女性患者 15 例,患者平均年龄 45 岁左右。观察组中有男性患者 15 例,女性患者 15 例,患者平均年龄 46 岁左右。患者自愿签署知情同意书,也并无精神方面的疾病,两组受试者的临床一般资料(性别、年龄,疾病类型)等对比,数据相近,无统计学意义,与这些其他因素无关,即差异存在可比性($P>0.05$)。

1.2 方法

对照组病人应用常规护理方法,根据病人病情,即对病人进行常规用药、饮食指导、观察病人生命体征、讲解有关注意事项等,是护理工作的主要内容。从而从

疾病护理入手,改善患者的身体症状。

而对于实验组进行:

(1)心理调养:指导和告知病人的情绪具体训练计划,指导他们按部就班地完成训练,避免操之过急,使二次伤害因运动量过大而得到有效的减轻。

(2)助力性练习:在训练过程中,如果不能达到对力量的要求,可以帮助患者借助某种外力进行运动。术后,采取冰袋冷敷,以防感染和炎症,待麻醉药效消失后,指导患者开展收缩训练与踝泵练习,以患者的耐受度为宜。术后第 3 天,先进行小角度活动热身,膝关节被动训练,以避免伤口、加重疼痛,如局部红肿退去等直抬、后抬、侧抬训练。

(3)被动锻炼:适当按摩以保证血液循环通畅。每个关节都要在医护人员的指导下活动,每次活动 20~30 次比较合适。

(4)积极锻炼:活动以促进血液循环的肌肉松弛为主;以多关节配合运动为主,家人或医护人员陪同;肌肉功能的恢复也不能忽视,在加强身体训练的同时。

(5)从疗养中心出来后,也要加强对病人的指导和监督,通过电话、QQ、微信定期指导他们进行下蹲训练、上下楼锻炼和负重活动,视其恢复情况而定。

1.3 观察指标

(1)以两组患者心理状况评分为观察指标,运用汉密尔顿抑郁量表(HAMD)对两组患者几个月的心理状态进行评估。HAMD 大部分项目采用 0~4 分的 5 级评分法。各级的标准为:0)无;1)轻度;2)中度;3)重度;4)极重度。

(2)以两组患者护理中并发症发生率为观察指标,统计两组患者术后深静脉血栓形成、肺部感染、伤口感染、关节僵硬等并发症的发生情况。并发症发生率越低说明护理效果越好。

1.4 统计学处理

采用 SPSS16.0 统计学软件进行数据分析,计数资料采用率表示,组间比较采用 χ^2 检验,以 $P<0.05$ 为差异有统计学意义。

2 结果

2.1 两组患者心理状况评分对比

应用快速康复护理方式的观察组患者的汉密尔顿抑郁量表(HAMD)评分均高于对照组($P<0.05$),详情见表 1。

康复护理路径组患者术后焦虑、抑郁评分较传统护理组显著降低 ($P<0.05$)。

2.2 两组患者的并发症情况

对照组患者的并发症发生率达到 16.6%，大幅高

于观察组患者的 6.6%，两两差异具有统计学意义 ($P<0.05$)，详见表 2。康复护理路径组并发症发生率明显低于传统护理组 ($P<0.05$)，证明该路径在预防骨科术后并发症方面具有优势。

表 1 两组患者抑郁评分对比

组别	例数	无	轻度	中度	重度	极重度	抑郁率
对照组	30	0	6	12	8	4	0.4
观察组	30	8	10	16	4	0	0.13
χ^2 值							7.526
P 值							0.184<0.05

表 2 两组患者护理中并发症发生率对比

组别	例数	压疮	静脉血栓	切口感染	肺部感染	关节僵硬	发生率
对照组	30	1	1	3	0	0	16.6%
观察组	30	0	0	2	0	0	6.66%
χ^2 值							9.237
P 值							<0.05

3 讨论

康复护理是现代医学的重要组成部分，对骨科病人而言，进行必要的康复运动可以使关节功能得到有效的改善，使其恢复速度加快，促使病人更快的愈合，生活质量得到提高，对骨科病人来说，康复医学是非常重要的组成部分。临床应用虽越来越广，但在实施的过程中仍存在一定的难度。康复训练有助于恢复骨科患者的功能^[5]。患者经常会出现肌肉萎缩、关节僵硬等严重影响日常活动能力的问题，如骨折或手术后。通过康复训练，可以有效地恢复肌肉力量和关节活动度，使患者重新获得行走、活动等基本功能。康复训练可以帮助减轻病人的疼痛。许多骨科患者在康复过程中会经历剧烈的疼痛，这不仅影响了他们的生活质量，还可能导致康复进程的延迟或失败。通过合理的康复训练，可以帮助患者减轻疼痛，促进伤口愈合，提高患者对康复计划的接受度和执行力^[6]。康复训练对预防并发症的发生有很大的帮助。骨科患者常常面临多种并发症的风险，例如深静脉血栓和关节僵硬等。通过康复训练，可以有效地预防这些并发症的发生，降低治疗过程中的风险和不良后果。康复训练也非常有助于患者生活质量的提高。骨科疾病往往会给患者带来严重的身体和心理负担，影响其工作、家庭和社交生活。帮助患者重新树立自信，恢复对生活的热情，通过康复训练，提高他们的生活质量。

随着医养改革的深化，康复功能锻炼逐步成为骨

科病人诊治过程中骨折治疗、加快骨折愈合、促进肢体功能恢复的一项重要护理工作，建立良好的护患关系，指导病人积极主动地配合医护人员进行早期康复锻炼，无论是骨折愈合还是伤肢功能的恢复，还是患者的身心健康，都起到了一定的积极作用，对骨折的愈合、伤肢功能的恢复、患者的身心健康都有很好的促进作用。康复功能是骨折治疗的终极目的，外伤及术后，骨科患者进行功能康复锻炼，对预防骨关节、肌肉、软组织功能障碍，促进功能恢复有积极作用，是骨科疾病患者康复运动的最终目的。功能的恢复与早期的机能恢复运动有着千丝万缕的联系。在整个康复期间，有计划的、系统地功能康复锻炼是十分重要的。因此，在骨折的治疗后康复，加强对患者早期功能康复运动的指导是其中的一个重要环节。所谓的恢复功能运动是指除医师治疗外，由病人本人运动、推拿、伸缩肌肉、活动关节等，在骨与关节的损伤中，以达到恢复四肢正常活动的目的，称为康复机能锻炼。

康复功能锻炼的目的是防止出血引起的关节挛缩、韧带缩短、肌肉僵硬、滑膜粘连等各种对关节活动不利的变化，使固有的躯干、四肢关节功能得以恢复。即使血肿、浮肿、机化的现象已经出现在关节周围，但只要活动一下，就能让疤痕变得松弛、柔软，不再影响关节的活动^[7]。康复功能操练的重要性，（1）复位、巩固和康复功能操练这三个基本的骨折治疗过程。以复位固定为治疗核心，以康复功能锻炼为保障，断肢后可获

得满意的功能和效果。肢体的功能即使复位、固定再理想,如果没有正确、积极的康复功能练习,也不能很好地恢复。(2)据有关资料报道,在肌肉关节周围疏松的结缔组织,患肢在制动超过3周后,变成致密的结缔组织,易导致关节挛缩,卧床活动3-5周以上,肌肉力量即减少一半,也会出现肌肉废用性萎缩的现象。

4 总结

骨科病人需要长时间的修养才能达到身体的康复,因此病人在治疗过程中会产生多种不良情绪,这些不良情绪的出现不仅会影响到病人的疾病治疗效果,而且会促进多种并发症的发生,因为疾病因素和其他因素的影响。以往骨科患者护理中应用的常规护理工作就是在术前告知患者多种注意事项,术后做好患者的疾病护理,护理工作也是按照标准的要求展开。这种护理工作的实施虽然能够在一定程度上缓解患者的身体不适感,但并不能降低患者并发症发生和提升患者疾病康复效率。迅速恢复和护理是新兴的护理方式,该种护理方式的应用可以有效改善骨科病人围术期的心理状况,同时根据病人的实际情况做好各种工作,如疾病护理、心理护理、功能锻炼等,因而可使患者术后并发症的发生降到最低程度。其次,应用快速康复护理方式时护理人员会根据患者身体恢复情况及时地调整护理方案,也能根据患者的具体表现创建康复计划,所以应用中能让患者在最短的时间内实现肢体功能的恢复^[4]。术后的康复又是最容易被忽略的环节。很多患者常常因为过度的惧怕和担心,不敢活动,一味地卧床休养反而错过了最佳的康复时机。患者的伤口要注意保持干燥清洁,潮湿的话会增加感染的风险,刚刚手术结束尽量不要洗澡,从而沾水。当术后恢复一段时间之后洗澡的时候就可以洗澡了,但一定要用保鲜膜包裹伤口避免其沾水。超市、药店所购得的冰袋冰箱冷冻后,用干毛巾包裹后放在患侧膝盖上。或者将超市购买的玉米粒、青豆等置于塑料袋中,放冰箱冷藏室后拿出使用。每冰敷1次不超过20分钟,需间隔2小时,间隔2次于同一部位冰敷之间。冰敷没有时限,术后康复锻炼后只要有关节胀痛感,即可适当冰敷,以减轻可以预防的肿胀和疼痛^[8]。

那么术后康复训练如何做呢?①肌力与耐力训练:在关节功能完全恢复之前,应及时从术后开始进行肌力训练并持续进行。而且肌力训练是全身性运动,不单独只是伤侧肢体。②关节活动度练习:早期可持续的被动式活动,在疼痛改善后,可行的协助或主动的协助。关节松动术能够缓解伤病关节的疼痛和肿胀,扩大关

节的被动和主动活动范围有效缓解关节周围肌肉韧带粘连,满足日常角度所需。③本体感觉练习:本体感觉指的是位置感、运动感、震动感等,如肌肉、肌腱、关节等,人体的平衡、协调、技巧性运动与本体感觉反馈正确有很大的关系,所以,人体所以在恢复训练中很重要的一环就是在受伤后尽早进行身体感觉方面的训练。④平衡与步态训练:主要用于肢体活动能力的增强和行走能力的提高,以增强行走的稳定性和安全性。⑤全身训练:主要为了避免深静脉血栓、呼吸系统感染等并发症,增强心肺功能和日常生活活动能力等。⑥物理因子治疗:治疗立体动态干扰电,磁振热,短波,红外线偏正光,冲击波,气压等。有消炎消肿、缓解疼痛等作用。⑦传统中医疗:对于骨关节的康复和颈腰椎疾病的恢复,针灸、艾灸、按摩、拔罐等治疗也是大有裨益的。

参考文献

- [1] 杨霞.骨科康复护理中路径式功能锻炼的应用及效果分析[J].婚育与健康,2024,30(19):163-165.
- [2] 方虹华,朱胜玲.中西医结合康复护理路径在骨科术后患者中的应用[J].中医药管理杂志,2020,28(20):59-60.
- [3] 张素萍.快速康复护理路径对骨科手术患者术后患肢功能及康复进程的作用分析[J].人人健康,2020,(08):152.
- [4] 郭艳,马旭阳.康复护理路径在髋关节置换术后患者中的应用价值分析[J].黑龙江医学,2024,48(14):1735-1737.
- [5] 傅慧仙.膝关节功能锻炼在骨科术后患者恢复中的应用效果研究[J].中国现代药物应用,2024,18(04):168-170.
- [6] 王淑芳,杜贵鹏,王茜,焦瑞娜,陈影,吴松梅.以快速康复外科理念为基础的综合干预在脊柱微创外科手术患者中的应用[J].齐鲁护理杂志,2024,30(02):70-73.
- [7] 陈霞.基于骨科损害控制的精准护理对桡骨远端骨折术后患者功能恢复及疼痛影响[J].山西医药杂志,2022,51(21):2497-2501.
- [8] 王辰.快速康复外科理念用于老年人工髋关节置换术病人术后效果分析[J].人人健康,2021,(22):90-91.

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