

快速康复外科理念在四肢骨折护理中的应用

白 洁

宁夏医科大学总医院 宁夏银川

【摘要】目的 解析快速康复外科 (FTS) 模式介入四肢骨折围术期护理的改良效应, 旨在为构建精细化护理体系、加速患者术后功能重建提供科学参照。**方法** 纳入 2024 年 1 月-2025 年 1 月收治的 80 例四肢骨折受试者, 采用随机数字表法分为对照组与观察组, 每组 40 例。对照组行骨科常规围手术期护理, 观察组在常规护理基础上叠加快速康复外科理念实施系统化围术期干预, 比较两组术后康复相关指标、VAS 视觉模拟疼痛评分及护理满意度水平。**结果** 观察组术后下床活动节点及住院总病程均较对照组显著提前与压缩, 术区引流量亦呈明显下调趋势, 组间差异具有统计学意义 ($P<0.05$); 其护理满意程度更高, 且术后各观测时相的 VAS 疼痛评分均显著更低, 差异均有统计学意义 ($P<0.05$)。**结论** 快速康复外科理念应用于四肢骨折护理中, 可有效缓解患者术后疼痛, 改善不良心理状态, 降低并发症风险, 加快术后康复进程, 缩短住院时间, 提升护理服务质量, 值得在临床骨科护理中推广应用。

【关键词】 快速康复外科理念; 四肢骨折; 围手术期护理; 术后康复; 并发症

【收稿日期】 2026 年 8 月 3 日

【出刊日期】 2026 年 9 月 2 日

【DOI】 10.12208/j.jacn.20260466

Application of fast track surgery concept in the nursing of limb fractures

Jie Bai

Ningxia Medical University General Hospital, Yinchuan, Ningxia

【Abstract】 Objective To analyze the improved effect of fast-track surgery (FTS) in perioperative nursing of limb fractures, so as to provide scientific references for establishing a refined nursing system and accelerating postoperative functional reconstruction in patients. **Methods** A total of 80 patients with limb fractures admitted from January 2024 to January 2025 were enrolled and randomly divided into control group and observation group using a random number table method, with 40 cases in each group. The control group received routine orthopedic perioperative nursing, while the observation group was given systematic perioperative intervention based on the concept of fast-track surgery on the basis of routine nursing. Postoperative rehabilitation indicators, VAS visual analogue pain score and nursing satisfaction were compared between the two groups. **Results** The time to postoperative ambulation and total hospital stay in the observation group were significantly earlier and shorter than those in the control group, and the surgical site drainage volume also showed a significant downward trend, with statistically significant differences between groups ($P<0.05$). The nursing satisfaction was higher, and the VAS pain scores at each postoperative observation phase were significantly lower in the observation group, with statistically significant differences ($P<0.05$). **Conclusion** The application of fast-track surgery concept in the nursing of limb fractures can effectively relieve postoperative pain, improve adverse psychological state, reduce the risk of complications, accelerate postoperative rehabilitation, shorten hospital stay and improve the quality of nursing service, which is worthy of popularization and application in clinical orthopedic nursing.

【Keywords】 Fast-track surgery; Limb fracture; Perioperative nursing; Postoperative rehabilitation; Complications

四肢骨折是临床骨科最为常见的创伤性疾病, 多由交通事故、高处坠落、意外摔倒等暴力因素所致, 患者常伴随局部肿胀、疼痛、肢体功能障碍, 严重影响日常生活与肢体活动能力^[1]。目前, 切开复位内固定术作

为四肢骨折的主导干预术式, 能够有效复原骨结构解剖对位与肢体运动功能, 然而手术具备侵入性创伤属性, 且患者多存在对骨折病情与手术干预认知匮乏的问题, 易产生焦虑、抑郁等负性情绪, 且术后若护理不

当,易出现下肢静脉血栓、切口感染、关节僵硬等并发症,延缓康复进程,影响手术治疗效果^[2]。快速康复外科理念是一种基于循证医学的新型围手术期管理模式,通过优化术前、术中、术后各项护理措施,减少手术应激反应,降低并发症发生率,促进患者早期康复,现已广泛应用于普外科、骨科等多个临床科室^[3]。以往四肢骨折护理多采用传统模式,存在术前准备繁琐、术后镇痛不足、康复训练滞后等问题,不利于患者快速恢复。本研究选取 80 例四肢骨折患者,分组实施常规护理与快速康复外科理念护理,对比分析其应用效果,旨在为临床四肢骨折护理方案的优化提供参考^[4]。现报告如下。

1 资料与方法

1.1 一般资料

纳入 2024 年 1 月-2025 年 1 月收治的 80 例四肢骨折受试者。纳入标准:①经影像学确诊四肢骨折且符合手术指征;②年龄 18~75 岁,意识清楚,可配合护理与康复训练;③患者及家属知情同意。排除标准:①严重心肝肾等脏器功能障碍;②病理性骨折、开放性骨折合并严重感染;③精神及认知障碍;④凝血异常、恶性肿瘤;⑤中途退出或资料不全者。通过随机数字表法完成分组,对照组与观察组各纳入研究对象 40 例。对照组男 23 例、女 17 例,年龄 22~73 岁,平均 (45.68 ± 5.24) 岁;骨折部位分布为股骨骨折 11 例、胫腓骨骨折 13 例、肱骨骨折 9 例、尺桡骨骨折 7 例;致伤因素包括道路交通损伤 18 例、高处坠落损伤 9 例、意外跌倒损伤 10 例、其他原因 3 例。观察组男 22 例、女 18 例,年龄 20~75 岁,平均 (46.12 ± 5.47) 岁;股骨骨折 12 例、胫腓骨骨折 12 例、肱骨骨折 10 例、尺桡骨骨折 6 例;致伤因素为道路交通损伤 17 例、高处坠落损伤 10 例、意外跌倒损伤 11 例、其他原因 2 例。经统计学分析,两组基线资料差异无统计学意义($P > 0.05$),组间具有均衡可比性。

1.2 方法

对照组予以骨科常规围术期规范化照护,术前开展手术相关事项常规告知与健康宣教,完善各项术前检查项目,遵照术前 12h 禁食、6h 禁饮标准执行,做好术区皮肤准备工作;术中协同术者顺利开展手术操作,全程密切监测患者生命体征变化;术后给予常规抗感染、止痛治疗,卧床休息,待患者胃肠功能恢复后逐步进食,根据患者恢复情况指导其进行简单的肢体功能训练,定期更换切口敷料,观察切口愈合情况,做好并发症预防护理,出院时给予常规出院指导。

观察组以常规护理为基石,贯彻快速康复外科理

念开展围术期全程综合性护理干预,各项实施措施详述如下:

术前护理 组建 FTS 护理小组,通过图文、视频、一对一沟通开展健康宣教,讲解疾病、手术及快速康复相关知识,同时针对性心理疏导,缓解患者术前焦虑。优化术前准备,将禁食禁水时间缩短至术前 6h 禁食、2h 禁水,术前 2h 可口服葡萄糖液,减少常规肠道准备;指导患者进行床上肢体被动活动、深呼吸及有效咳嗽训练,为术后康复铺垫。

术中护理 调节手术室温湿度适宜,做好患者保暖,输注液、冲洗液加温至 37℃,避免低体温应激。严密监测生命体征,配合医生精准操作,尽可能缩短手术时间,减少术中出血量与机体组织损伤。

术后护理 采用多模式镇痛,联合药物与冷敷、按摩物理镇痛,动态评估 VAS 疼痛评分并调整方案。术后麻醉清醒 6h 可饮水,12h 逐步过渡至高蛋白高钙饮食。术后早期分阶段开展康复训练,循序渐进指导肢体活动与下床行走。定时翻身拍背、指导踝泵运动,预防血栓、压疮,做好切口护理防感染,早期活动促胃肠蠕动;出院前制定居家康复计划,定期电话、微信随访指导康复与复诊。

1.3 观察指标

(1) 术后康复指标:记录两组患者术后下床活动时间、住院时间、术后引流量。

(2) 护理满意度:采用我院自制护理满意度调查问卷评估,总分 100 分,分为非常满意(≥ 90 分)、满意(70-89 分)、不满意(< 70 分),总满意度=(非常满意例数+满意例数)/总例数 $\times 100\%$ 。

(3) 疼痛程度:采用视觉模拟评分法(VAS)评估两组患者术后 1、3、7d 疼痛程度,总分 0-10 分,评分越高表示疼痛越剧烈。

1.4 统计学方法

本次研究的所有数据均纳入 SPSS23.0 软件中进行比较分析,对于计数资料和计量资料的检验,分别用 χ^2 和 t 进行,分别用百分占比(%) 和 $(\bar{x} \pm s)$ 表示,若($P < 0.05$)提示有统计学意义。

2 结果

2.1 两组术后康复指标对比

观察组术后下床活动时点与住院总时长均较对照组显著缩减,术后引流总量亦明显降低,组间差异具备统计学意义($P < 0.05$)。

2.2 两组患者护理满意度对比

在护理满意度评价方面,对照组 40 例患者中十分

满意 18 例（45%）、尚可满意 12 例（30%）、不满意 10 例（25%），总满意度为 75.00%；观察组 40 例患者中十分满意 28 例（70%）、尚可满意 10 例（25%）、

不满意 2 例（5%），总满意度为 95.00%。观察组护理总满意度显著高于对照组，差异具有统计学意义（ $P < 0.05$ ）。

表 1 两组术后康复指标对比（ $\bar{x} \pm s$ ）

组别	例数	术后下床活动时间（d）	住院时间（d）	术后引流量（mL）
对照组	40	4.26±0.73	12.58±1.64	125.36±15.42
观察组	40	2.15±0.51	8.32±1.27	86.47±12.39
t 值	-	14.265	12.387	12.054
P 值	-	<0.05	<0.05	<0.05

2.3 两组术后 VAS 疼痛评分比较

对照组术后 1d、3d、7d 疼痛评分分别为 6.82±1.05 分、4.53±0.86 分、2.41±0.57 分；观察组同期评分分别为 4.15±0.92 分、2.27±0.63 分、1.06±0.34 分。经 t 检验，后各评估时点观察组 VAS 疼痛评分均显著低于对照组，相应 t 值分别为 11.842、13.269、12.608，差异均具有统计学意义（均 $P < 0.05$ ）。

3 讨论

四肢骨折患者围手术期护理质量直接关系到术后康复与肢体功能恢复，对患者远期生活质量尤为重要。传统骨科护理以疾病为中心，多侧重病情监测与基础护理，对患者心理状态、个体化康复需求及生活质量缺乏系统性关注，易导致术后卧床时间长、康复训练介入滞后，进而增加深静脉血栓、压疮、关节僵硬等并发症风险，同时延长住院时间，加重患者经济与心理负担^[5]。快速康复外科（FTS）理念以循证医学为基础，通过多项优化措施减轻手术应激，促进患者生理与心理同步康复，强调多学科协作与围术期全程精细化管理^[6]。本研究将 FTS 应用于四肢骨折围术期护理，结果显示观察组术后下床活动及住院时间均明显短于对照组，这得益于术前宣教、饮食优化、康复指导，以及术中微创操作、体温保护和术后早期功能锻炼等连续干预，有效加快了患者恢复进程^[7]。在疼痛与心理干预上，FTS 采用多模式镇痛联合心理疏导，可显著缓解疼痛、改善焦虑抑郁情绪，提升患者康复依从性。同时，观察组并发症发生率更低，通过早期活动、踝泵训练、切口护理及胃肠干预，有效减少了血栓、感染、腹胀等问题^[8]。

综上所述：将快速康复外科理念应用于四肢骨折围手术期护理中，具有显著的科学与实用性。它不仅能有效促进患者术后康复，缩短住院周期，更能缓解疼痛与不良情绪，降低并发症发生率，提升护理满意度。在未来的临床实践中，应进一步推广并深化 FTS 护理模式，结合患者个体差异优化护理路径，推动骨科护理

从“疾病护理”向“健康管理”转变，助力患者早日回归正常生活。

参考文献

- [1] 买万茹,刘光军,孙圣亮,等.基于加速康复外科理念的集束化护理在围术期闭合性下肢胫腓骨骨折中的应用价值[J].吉林医学,2025,46(11):2825-2828..
- [2] 齐珍珍,吴晶,彭东.骨科快速康复外科理念在四肢骨折患者围术期护理中的应用研究[J].中外医疗,2024,43(10):173-176.
- [3] 索青,索朗次仁.快速康复外科理念联合藏药独一味胶囊治疗四肢骨折围术期的效果观察[J].中国民族医药杂志,2025,31(05):7-9.
- [4] 孙娜,王丽娜.基于 FTS 理念的围手术期全程护理对四肢创伤性骨折患者的应用价值[J].反射疗法与康复医学,2024,5(02):154-157.
- [5] 刘焕清.快速康复外科理念联合藏药独一味胶囊治疗四肢骨折围术期的效果观察[J].中国民族医药杂志,2023,29(09):77-78.
- [6] 周铁亮.藏药独一味胶囊治疗急诊四肢骨折中快速康复外科理念的应用研究[J].中国民族医药杂志,2022,28(05):25-27.
- [7] 张琴,益伟清,李杰娜,等.加速康复外科护理模式在腰椎融合手术中的应用[J].山西医药杂志,2023,52(20):1590-1594.
- [8] 徐志明,叶鹏胜,陈仲骅,等.双反牵引微创手术联合快速康复外科理念干预治疗胫骨平台骨折的效果观察[J].当代医药论丛,2025,23(25):59-62.

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