

## 个性化护理对骨科患者康复依从性的影响

王亚芹

辽宁省北票市中心医院 辽宁北票

**【摘要】目的** 分析在骨科护理管理中开展个性化护理对其康复依从性的影响。**方法** 本次研究对象选取 2024 年 5 月到 2025 年 5 月期间我院骨科接收的患者 60 例,通过随机数字表法分成观察组和对照组,每组各有 30 例,对照组给予常规护理,观察组开展个性化护理,对比分析两组护理效果。**结果** 护理后,观察组患者的焦虑情绪以及疼痛程度与对照组相比明显减轻,康复依从性与对照组相比显著提高,并发症发生率显著低于对照组,最终患者生活质量与对照组相比明显提高, ( $P < 0.05$ )。**结论** 对骨科患者开展个性化护理干预,能够有效改善患者负性情绪,减轻患者的疼痛程度,提高患者的康复依从性,减少并发症发生,改善生活质量。

**【关键词】** 个性化护理; 骨科; 康复依从性; 效果分析

**【收稿日期】** 2026 年 2 月 8 日

**【出刊日期】** 2026 年 3 月 11 日

**【DOI】** 10.12208/j.jnmn.20260167

### The influence of personalized nursing on the rehabilitation compliance of orthopedic patients

Yaqin Wang

Central Hospital of Beipiao City, Liaoning Province, Beipiao, Liaoning

**【Abstract】 Objective** To analyze the impact of personalized nursing in orthopedic nursing management on rehabilitation compliance. **Methods** A total of 60 patients received by the orthopedics department of our hospital from May 2024 to May 2025 were selected as the research subjects. They were divided into an observation group and a control group by random number table method, with 30 cases in each group. The control group was given routine care, while the observation group received personalized care. The nursing effects of the two groups were compared and analyzed. **Results** After the nursing care, the anxiety and pain levels of the patients in the observation group were significantly reduced compared with those in the control group, the rehabilitation compliance was significantly improved compared with the control group, the incidence of complications was significantly lower than that of the control group, and finally the quality of life of the patients was significantly improved compared with the control group ( $P < 0.05$ ). **Conclusion** Implementing personalized nursing intervention for orthopedic patients can effectively improve their negative emotions, alleviate their pain levels, enhance their rehabilitation compliance, reduce the occurrence of complications, and improve their quality of life.

**【Keywords】** Personalized care; Orthopedics; Rehabilitation compliance; Effect analysis

骨科作为医学领域的关键分支,致力于研究和治疗包括骨骼、关节、肌肉及肌腱等运动系统的疾病和损伤,诸如骨折、关节置换、脊柱疾病、骨肿瘤、关节炎等众多病症。在护理管理方面,虽然临床护理在骨科领域已取得显著进展,但仍然面临诸多挑战<sup>[1]</sup>。例如,护理人员的专业素质和技能培训尚需完善,以增强其对骨科疾病的专业理解和应对能力。同时,护理模式有待创新,应从单一的常规护理转变为更加个性化的服务,以适应患者个体差异。此外,护理资源配置的不合理、工作量与人员数量的不匹配等问题,都影响着护理质量的保证<sup>[2]</sup>。护理信息化水平的提升同样紧迫,数据管理和分析能力的不足制约了护理决策的科学性和有效

性,从而影响整体护理水平的提升。因此,骨科临床护理管理需要从人员培训、服务模式、资源配置和信息管理等多个方面进行全面优化和提升<sup>[3]</sup>。为此,我院对骨科护理管理中开展了个性化护理,并将其干预效果在下文中进行了叙述。

#### 1 资料与方法

##### 1.1 一般资料

在本研究中,我院骨科于 2024 年 5 月至 2025 年 5 月期间共接收患者 60 例。采用电脑随机抽样方法,将患者分为两组,其中观察组包含 30 例,对照组亦包含 30 例。在性别分布上,观察组男性患者 16 例,女性患者 14 例;对照组男性患者 17 例,女性患者 13 例。

年龄分布方面,观察组的患者年龄在 20 至 79 岁之间,平均年龄为 (49.50±2.50) 岁;对照组的患者年龄范围为 20 至 78 岁,平均年龄为 (49.00±2.40) 岁。经过对两组患者的一般资料进行对比分析,结果显示两组间在性别和年龄方面均无显著差异 ( $P>0.05$ ),从而证实了两组患者的临床可比性。

### 1.2 方法

给予对照组常规护理内容:病情观察、生命体征监测、伤口护理、药物管理、饮食指导和康复训练等。这些方法旨在维持患者生命体征稳定,预防感染和并发症,同时确保患者在接受治疗和康复过程中的舒适度,并通过适当的饮食和锻炼促进恢复。

观察组实施个性化护理:(1)全面评估:对患者进行全面评估,包括患者的健康状况、疾病类型、心理状态、活动能力及日常功能水平,以制定个体化的护理计划。(2)疼痛管理:根据患者的疼痛程度和特点,实施阶梯式疼痛管理方案,包括药物和非药物干预,如冷热敷、放松技巧和音乐疗法等。(3)功能训练:根据患者的具体健康状况,设计包含关节活动度练习(如被动关节活动、主动关节活动)、肌力增强训练(如渐进抗阻训练、使用弹力带练习)和日常生活活动(ADL)训练(如进食、穿衣、个人卫生等)的个性化功能训练方案。

(4)心理支持:提供专业的心理咨询服务,包括认知行为疗法(CBT)和情绪调节技巧的指导,帮助患者识别和管理负面情绪,增强患者的心理韧性,提高康复过程中的心理适应能力。(5)营养干预:通过营养评估工具(如 3 日饮食回顾、NRS-2002 评分)评估患者的营养状况,制定个性化的营养计划,可能包括营养咨询、特殊膳食方案(如高蛋白饮食)、营养补充剂的应用等,以确保患者获得充足的营养支持,促进康复进程。(6)康复教育:对患者及其家属进行系统的康复教育,通过组织康复讲座、发放健康教育手册、演示正确的自我管理技巧和疾病相关知识,提高患者的疾病认知和自我管理能力。(7)环境调整:根据患者的特殊需求,对病房环境进行细致调整,如安装无障碍通道、配置防滑地面、

提供辅助设备(如轮椅、拐杖),同时保持病房的适宜温湿度,以营造一个安全、舒适、有利于康复的环境。

(8)安全管理:通过跌倒风险评估量表(如 Timed Up and Go Test、Berg 平衡量表)评估患者跌倒和受伤的风险,采取预防措施,如提供防滑鞋、使用护具、设置跌倒警示标志、确保走廊和浴室的照明充足,以及培训患者正确使用辅助器具等。(9)并发症预防:定期监测患者是否存在深静脉血栓、肺部感染等潜在并发症的风险,实施预防措施,如指导患者进行间歇性充气压迫(IPC)、鼓励患者进行深呼吸和咳嗽练习、确保患者充分的水化等,并随时准备采取相应的预防和治疗措施。(10)出院计划:在患者出院前,制定详细的出院计划,包括后续的康复训练、用药指导和家庭护理注意事项。

### 1.3 观察标准

①焦虑评估:采用汉密顿焦虑量表(HAMA)对患者焦虑症状进行量化评估,该量表总分可达 100 分,分值越低表示焦虑程度越轻。②疼痛评估:采用视觉模拟评分法(VAS)对患者疼痛程度进行量化测量,评分范围 0 至 10 分,分数越高代表疼痛程度越严重。③康复依从性评价:通过问卷调查表对患者的康复依从性进行评估,每项指标的最高得分为 10 分,得分越高表明康复依从性越佳。④并发症发生率记录:对两组患者发生并发症的情况进行记录并对比分析。⑤生活质量评估:使用健康调查简表(SF-36)对患者的生活质量进行全面评估,总分为 100 分,得分越高反映患者的生活质量越高。

### 1.4 统计方法

使用 SPSS25.0 统计学软件处理两组数据,计量指标以 ( $\bar{x} \pm s$ ) 描述,采取 t 检验,计数指标以 [n (%)] 描述,采取  $\chi^2$  检验,以  $P<0.05$  为有统计学意义。

## 2 结果

护理前,两组指标对比无显著差异 ( $P>0.05$ );护理后,同与对照组各指标结果相比,观察组的焦虑程度和疼痛程度均显著减轻,康复依从性显著提高,并发症发生率更低,生活质量显著提高 ( $P<0.05$ ),见表 1。

表 1 组间各指标对比详情 [ $\bar{x} \pm s$ ], n (%) ]

分组	n	焦虑情绪/分		疼痛程度/分		康复依从性/分		生活质量/分		并发症/%
		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	30	27.6±2.7	8.5±1.3	6.3±0.5	4.2±0.4	5.6±0.4	9.2±0.8	62.7±2.8	91.8±4.6	1 (3.3)
对照组	30	27.7±2.8	12.7±1.8	6.2±0.2	5.3±0.5	5.7±0.5	8.3±0.6	62.6±2.7	87.9±4.2	6 (20.0)
t/ $\chi^2$ 值		0.1408	10.3606	1.0170	9.4093	0.8553	4.9295	0.1408	3.4293	4.0431
P 值		0.8885	0.0001	0.3133	0.0001	0.3959	0.0001	0.8885	0.0011	0.0443

## 3 讨论

骨科疾病因其病程较长、并发症频发、康复周期冗

长等特点,对护理工作提出了更高的要求。护理过程中,患者不仅需要得到全方位的评估,涵盖生理、心理和社会各层面,以便量身定制护理方案,还亟需有效的疼痛控制措施以缓解不适,以及系统的康复训练以恢复肢体功能<sup>[4]</sup>。同时,患者还需得到充分的心理支持和社会支持,以帮助他们面对康复过程中的挑战和压力。然而,常规护理模式往往存在不足,如缺乏个性化服务、忽视患者心理需求、康复效果有限以及护理资源的未充分利用等<sup>[5]</sup>。这种单一化的护理流程未能充分考虑患者的个体差异和特定需求,且护理人员的专业能力及沟通技巧不足,进一步影响了护理服务的整体质量<sup>[6]</sup>。为进一步提高骨科护理质量,我院对其患者开展了个性化护理,且最终获得了较好的护理效果。个性化护理理念的核心在于将患者置于护理服务的中心,依据患者的独特需求和发展状况,量身定制护理方案。这一理念的实施要求护理人员不仅要有深厚的专业知识和精湛的技能,还需具备敏锐的洞察力和卓越的沟通技巧,以提供全方位、深入细致且充满人性关怀的护理服务<sup>[7]</sup>。在骨科患者的康复旅程中,个性化护理扮演着至关重要的角色。它能够有效提升患者的康复参与度,使患者更积极地投入到康复训练中<sup>[8]</sup>;同时,优化了护理资源的分配,提高了护理工作的效率;更重要的是,它显著改善了患者的生活质量,减少了并发症的风险。此外,个性化护理还促进了护理人员专业能力的提升,进而整体提升了护理服务的质量,为患者带来了更加全面和深入的护理体验<sup>[9]</sup>。

综上所述,实施针对性的骨科患者个性化护理措施,有助于缓解患者的消极情绪,降低疼痛感,增强患者对康复程序的参与度,降低并发症的风险,并提升患者的生活质量。

## 参考文献

- [1] 刘湘潭,郑娟,丁银丽,等.个性化护理干预在小儿骨科外周静脉穿刺中的应用[J].中国当代医药,2024,31(19):181-184.
- [2] 王巧珍,王繁,陆汝燕,等.个性化居家骨科护理方案对人工髋关节置换术后患者的影响[J].齐鲁护理杂志,2020,26(22):71-73.
- [3] 张芳芳.基于AIDET沟通模式的疼痛管理在创伤骨科个性化护理中的应用实践[J].卫生职业教育,2024,42(15):146-149.
- [4] 李杨杨.骨科手术患者基于前馈控制个性化护理的临床研究[J].健康管理,2021,22(11):164.
- [5] 金霞,郑颂姗,汤玉萍."互联网+"护理模式在儿童骨科中应用的研究进展[J].现代医学,2025,53(3):511-513.
- [6] 朱猛佳,司珂.个性化心理护理联合延续性护理对肱骨髁上骨折患儿恢复的影响[J].黑龙江医药科学,2025,48(9):190-192.
- [7] 李春容,殷海,林少虹,等.个性化现场视频在骨科健康宣教中的应用[J].广西医学,2021,43(8):1036-1038.
- [8] 管文燕,陈智博,肖夕凤,等.基于快速康复外科理念的个性化护理对肱骨髁上骨折患儿的影响[J].国际护理学杂志,2023,42(18):3347-3350.
- [9] 鞠炜媛.个性化心理护理联合诱导护理在学龄前儿童四肢骨折护理中的应用[J].妇儿健康导刊,2024,3(3):163-165.

**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