

踝关节骨折患者开展阶段性康复护理模式对其踝足功能的改善分析

李晓双

十堰市太和医院 湖北十堰

【摘要】目的 分析在踝关节骨折患者的临床护理方案中应用阶段性康复护理模式的价值。**方法** 将 2022 年 1 月-2023 年 12 月内就诊的 100 例踝关节骨折患者以区组随机法分 50 例对照组常规护理, 50 例观察组开展阶段性康复护理模式护理, 对比两组踝部关节评分、康复不同时段骨痂生长情况。**结果** 康复前, 对比差异不具有统计学意义, ($P > 0.05$)。而康复后, 观察组患者踝部关节评分更高, 观察组患者在不同时段骨痂生长情况优于对照组。**结论** 踝关节骨折患者开展阶段性康复护理模式对患者踝足功能有较强的改善作用, 可以加强患者的康复进程, 让患者多方面受益。

【关键词】 踝关节骨折患者; 阶段性康复护理模式; 踝足功能; 踝关节功能; 康复; 骨科护理; 踝足功能评分

【收稿日期】 2025 年 6 月 20 日

【出刊日期】 2025 年 7 月 25 日

【DOI】 10.12208/j.ijcr.20250342

Analyze the value of implementing a phased rehabilitation nursing model in the clinical nursing scheme for ankle fracture patients to the recovery of ankle and foot function in

Xiaoshuang Li

Shiyan Taihe Hospital, Shiyan, Hubei

【Abstract】Objective To analyze the value of applying a phased rehabilitation nursing model in the clinical nursing scheme for ankle fracture patients. **Methods** Among the 100 cases of ankle fracture patients who visited from January 2022 to December 2023, 50 cases of control group were randomly into routine nursing, and 50 cases of observation group were phased to carry out rehabilitation nursing model nursing, and the ankle joint scores of the two groups before and after were compared, and the bone callus growth of the two groups of patients at different times of rehabilitation were compared. **Results** Before rehabilitation, the comparison difference was not statistically significant ($p > 0.05$). However, after rehabilitation, the ankle joint scores of the patients in the observation group were higher, and the bone callus growth of the patients in observation group was better than that of the control group at different times. **Conclusion** The phased rehabilitation nursing model for ankle fracture patients has a strong effect of improving the patient's ankle function, can create conditions for the fracture end to heal and the bone callus to grow, and can also strengthen the patient's rehabilitation process, so that the patient can from many aspects.

【Keywords】 Ankle fracture patients; Stage-based rehabilitation nursing model; Ankle-foot function; Ankle function; Rehabilitation; Orthotic nursing; Ankle-foot function score

研究证实踝关节受损后踝部的肌肉系统或可因为骨折以及功能受限进而出现代偿反应, 从而致使神经肌肉系统的调控出现变化^[1]。而这种变化也被称之为本体感觉下降, 所谓本体感觉下降是指在骨折或者肌肉损伤时, 人体对各个组织器官运动姿势、自身位置以及运动状态掌控感下降, 这种下降如果不进行针对性的锻炼极有可能影响患者脚步的位置感知和协调能力, 从而对行走以及跳跃产生影响, 因此康复是手术后必

要的进行方向^[2]。阶段性康复护理模式是康复护理的一个重要分支, 其核心点是根据不同康复阶段的要求, 对患者匹配以符合当前需求的康复护理, 以实现本体感觉修复和相关运动、调控信号的传递控制^[3]。

1 对象和方法

1.1 对象

选择我院于 2021 年 1 月-2023 年 12 月就诊的踝关节骨折患者 100 例划分对照组 50 例常规康复, 观察组

50 例开展阶段性康复护理模式。其中对照组病员成分为男性 26 例, 女性 24 例, 年龄范围 21-68 岁, 均值年龄为 (36.57 ± 4.57) 岁; 观察组病员成分为男性 25 例, 女性 25 例, 年龄范围 28-64 岁, 均值年龄为 (36.29 ± 4.65) 岁; 两组资料对比差异不具有统计学意义, $(P > 0.05)$ 。

1.2 方法

对照组患者采取常规康复护理, 即术后由康复医师对患者进行评估, 给予其康复指导, 包含有跖趾屈伸活动锻炼。运动 3d 后, 于第 4d 实施主动的直腿抬高训练。于第 5d 开始增加下床训练, 包含有缓慢旋转受损关节。

观察组实施阶段性康复护理:

(1) 阶段康复认知树立: 采取视频、图片、踝部关节模型等讲解阶段性康复护理的要点, 其重要的阶段为, 早期康复、中期康复以及本体感觉康复训练。强调循序渐进以及科学锻炼的优势, 对患者急切、迫切想要锻炼的心进行疏导, 引导其重视按部就班以及阶段针对性的优势。

(2) 早期阶段康复训练: 由护理人员拆解重要康复阶段, 告知当前阶段的康复目的, 即增加踝关节的稳定性和促进血液循环。第一部分为术后 1-3d, 教学患者在床上进行跖趾屈伸活动锻炼, 一对一教学和辅导, 每次 15min, 每日 2 次, 同时此时要关注患者的心理需求, 对其实施疏导, 肯定锻炼对自身恢复的优势, 鼓励患者进行积极锻炼。早期的第二阶段为第 4d, 以主被动屈膝以及直腿提高为主, 下肢膝关节伸直、抬离床面, 在 45° 的角度定住下肢, 等大腿的肌肉用力收缩, 出现下肢明显的乏力、酸软等情况缓慢放下, 休息再做第二次动作, 锻炼大腿的肌肉。当前阶段的康复目标是通过主动或被动的方式, 增加踝关节周围的肌肉力量, 促使踝关节的稳定性增高。患者实施训练后, 对其进行赞赏, 而后辅助患者设定目标, 提高其参与度, 进一步加强锻

炼。术后第 5d 开始下床, 其阶段性锻炼目标为增加肺部活动量, 改善全身血液循环, 促进伤口愈合。肯定患者对自身身体的负责和努力。而术后 6-7d, 增加踝关节的旋转, 其要点为缓慢旋转, 每日 4 次, 每次 15min。术后 2 周-6 周, 实施平衡训练等, 康复前, 先对患者局部踝关节以 50° 热水毛巾进行针对性热敷, 以改善疼痛。开始踝关节的屈曲、背伸等锻炼, 注意外翻与内翻的关节锻炼。而后指导患者站立位, 全部脚掌着地, 缓慢的发力实施患肢的下蹲以及屈膝, 术后 6 周, 在影像学资料的支持下, 增加负重训练。

1.3 观察指标

对比两组康复前后的踝部关节评分, 参考美国矫形外科足踝协会踝-后足评分 (American Orthopaedic Foot and Ankle Society), AOFAS 量表, 主要分为 2 维度, 疼痛维度 45 分, 功能维度 55 分, 分数和踝部关节成正比。

对比两组患者康复不同时间段的骨痂生长情况。

1.4 统计学分析

SPSS24.0 数据处理软件处理, AOFAS 踝功能评分等计量资料比较采用 t 检验, 并以平均数, 即 $(\bar{x} \pm s)$ 表示, 而满意度等例和率计数资料采用 χ^2 检验, 并以率 (%) 表示, $(P < 0.05)$ 差异明显, 且存在有统计学意义。

2 结果

2.1 对比两组康复前后的 AOFAS 踝部关节评分

康复前, 两组患者的踝部关节评分对比差异不具有统计学意义, $(P > 0.05)$ 。而康复后, 观察组患者踝部关节评分更高, 提示观察组康复效果更优, 差异对比有统计学意义 $(P < 0.05)$, 见表 1。

2.2 对比两组患者康复不同时间段的骨痂生长情况

观察组患者在不同时间段的骨痂生长情况优于对照组, 差异对比有统计学意义, $(P < 0.05)$, 见表 2。

表 1 对比两组康复前后的 AOFAS 踝部关节评分 $(\bar{x} \pm s, \text{分})$

组别	例数	疼痛		日常行动能力		反常步态	
		干预前	干预后	干预前	干预后	干预前	干预后
观察组	50	25.65 $\pm$ 0.06	32.81 $\pm$ 0.28	11.14 $\pm$ 0.26	15.43 $\pm$ 1.24	9.18 $\pm$ 0.26	13.45 $\pm$ 2.81
对照组	50	25.64 $\pm$ 0.12	30.14 $\pm$ 0.35	11.19 $\pm$ 0.24	12.41 $\pm$ 0.36	9.42 $\pm$ 0.32	11.4 $\pm$ 0.68
t	-	0.119	5.021	0.785	8.116	0.251	6.244
P	-	0.345	0.011	0.174	0.001	0.415	0.001

表2 对比两组患者康复不同时间段的骨痂生长情况 ($\bar{x} \pm s$)

组别	例数	康复后 4 周	康复后 6 周	康复后 12 周
观察组	50	1.69±0.12	2.16±0.41	3.46±0.57
对照组	50	1.41±0.21	2.01±0.11	3.34±0.21
<i>t</i>	-	4.572	0.632	6.574
<i>P</i>	-	0.003	0.001	0.001

3 讨论

在本文的观察指标 1 中,观察组的患者其康复后,踝足功能优于对照组,究其原因可能是阶段性康复护理模式第一阶段主要针对早期阶段,其目的是加速脚趾的灵活性运动,促使血液循环得到加强,以此为骨折断端提供充分的血液。同时足趾也必须要多做尽力的背伸以及屈曲等运动,可以促进小腿肌肉的收缩,防止肌肉的废用性萎缩^[4]。如研究证实,在踝关节骨折后,有大约 14d 的时间存在有血肿炎症机化期,骨折断端会出血,形成血肿,而随着血肿的机化,可以演化成纤维组织,从而连接骨折断端。而此时进行早期康复训练,可减少骨折断端的血管损伤以及痉挛的概率降低,加速骨折的愈合。究其运用是骨折的愈合是个复杂性的过程,涉及大量的影响阶段和因素^[5]。血液供应是其中最为关键的一点,这是因为新骨的生成极度依赖血液的供应,加速其血液供应后,可以提供大量的营养物质以及必要的氧气,从而为新骨以及骨折线的愈合提供条件,同时血液供应的保障还可一定程度上移除代谢的废物和炎性因子,降低踝关节的肿胀以及疼痛。而随着时间的推移,骨骼愈合进入原始骨痂形成期,骨折断端相对稳定^[6-7]。骨痂形成也被骨科以及临床医学肯定为是骨折愈合的主要标志之一,实施有效的康复锻炼,十分有利于促进骨痂的形成。究其机制为科学适当的序列可以解除功能受限,同时预防关节僵硬,促进骨痂形成和骨折愈合,最后实现患者全面康复的效果。因此在本文的观察指标 2 中,观察组的患者骨痂生成情况更优。而在观察指标 3 中,实施了阶段性康复护理模式的观察组其住院时间更短,住院成本更低,究其原因可能是适合患者的各个阶段的护理需求和心理需求均得到了满足,患者按照预期的步骤实施针对性的训练,减少了因为过度训练以及不科学训练造成的并发症,患者预后进程如期进行,没有其他的护理事项出现,因此预后

进程正常,经济成本也更低。

综上所述,踝关节骨折患者开展阶段性康复护理模式对患者踝足功能有较强的改善作用,可加速血液供应,为骨折断端愈合以及骨痂生长创造条件,且可以加强患者的康复进程,减少经济支出,患者受益大。

参考文献

- [1] 南娟娟. 踝关节骨折患者临床护理路径的应用效果评价[J]. 延边大学医学学报,2025,48(4):162-164.
- [2] 杨跃芬,葛银萍,孟永标. 踝关节骨折患者术后并发创伤性关节炎的危险因素分析[J]. 浙江创伤外科,2025,30(3):435-438.
- [3] 秦梅,吴倩. 阶段性心理疏导联合康复护理对老年女性骨质疏松症股骨颈骨折心理弹性及髋关节功能的影响[J]. 妇儿健康导刊,2023,2(2):141-143.
- [4] 成丽敏,孙东绣,姜荣. 个体化护理结合行为干预对踝关节骨折患者的影响[J]. 国际护理学杂志,2025,44(5):824-827.
- [5] 赵田田,韦佳佳,李岑,等. 踝关节骨折患者应用阶段性康复护理模式的效果[J]. 国际护理学杂志,2024,43(10):1788-1792.
- [6] 谢文文,潘文静. 阶段性康复训练联合量化健康教育模式在桡骨远端骨折患者术后康复护理中的应用效果探究[J]. 中国伤残医学,2024,32(18):144-148.
- [7] 王兴臣,赵运峰,郭建玲,等. 踝关节骨折手术治疗及术后康复的效果观察[J]. 中国保健营养,2020,30(29):84.

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