

以健康行为互动理念为框架的全程护理干预对胫骨平台骨折患者 膝关节功能的影响

锁 佳, 杨坤琴*

云南省中医医院 云南昆明

【摘要】目的 探究基于健康行为护理理念的全程护理干预对胫骨平台骨折患者膝关节功能的影响。**方法** 将 2025 年 10 月-2026 年 3 月我院骨科收治的 80 例胫骨平台骨折患者纳入研究范围, 在电脑随机分组下平均纳入对照组和研究组, 各 40 例。对照组以骨外科常规方案进行干预, 研究组在对照组基础上实施以健康行为互动理念为框架的全程护理干预, 比较两组患者康复效果及干预前后膝关节功能评分, 并统计两组恢复时间。**结果** 在康复效果比较上, 研究组显著高于对照组($P<0.05$); 两组干预前膝关节肝功能各维度评分未观察到显著差异($P>0.05$), 干预后均提升且研究组提升幅度大于对照组($P<0.05$)。**结论** 采用以健康行为互动理念为框架的全程护理干预对胫骨平台骨折患者进行干预, 能有效促进患者膝关节功能恢复, 值得推广应用。

【关键词】 健康行为互动理念; 全程护理; 胫骨平台骨折; 膝关节功能

【收稿日期】 2026 年 5 月 16 日

【出刊日期】 2026 年 6 月 17 日

【DOI】 10.12208/j.jnmn.20260339

The impact of whole-course nursing intervention based on the concept of healthy behavior interaction on knee joint function of patients with tibial plateau fractures

Suo Jia, Kunqin Yang*

Yunnan Provincial Hospital of Traditional Chinese Medicine, Kunming, Yunnan

【Abstract】Objective To explore the effect of whole-course nursing intervention based on the concept of healthy behavior care on the knee joint function of patients with tibial plateau fractures. **Methods** A total of 80 patients with tibial plateau fractures admitted to our orthopedic department from October 2025 to March 2026 were included in the study. Under the random computer grouping, 40 patients were included in the control group and 40 patients in the study group. The control group received intervention based on the conventional surgical plan, while the study group received whole-course nursing intervention based on the framework of the concept of healthy behavior interaction. The rehabilitation effects and knee joint function scores before and after the intervention of the two groups were compared, and the recovery time of the two groups was statistically analyzed. **Results** In the comparison of rehabilitation effects, the study group was significantly higher than the control group ($P<0.05$); there was no significant difference in the scores of each dimension of knee joint function before the intervention between the two groups ($P>0.05$), and after the intervention, both groups improved, and the improvement amplitude of the study group was greater than that of the control group ($P<0.05$). **Conclusion** Using the whole-course nursing intervention based on the framework of the concept of healthy behavior interaction to intervene patients with tibial plateau fractures can effectively promote the recovery of knee joint function, and it is worthy of promotion and application.

【Keywords】 Concept of healthy behavior interaction; Whole-course nursing; Tibial plateau fracture; Knee joint function

胫骨平台骨折相对较为复杂, 治疗难度较大, 约占全身骨折的 1%。其发生机制多与胫骨骨平台承受过

度负荷有关, 包括轴向的垂直暴力, 以及冠状面上的内翻与外翻力^[1]。同时, 膝关节在受伤时还会受到剪切与

*通讯作者: 杨坤琴

压缩应力的共同作用,导致半月板和韧带损伤的风险增加,进而对膝关节功能的恢复产生不利影响^[2]。相关研究显示,胫骨平台骨折患者发生半月板损伤的风险较高,由于会对软组织损伤造成损伤,使得此类患者的治疗过程更为复杂,也会直接影响患者术后膝关节功能恢复和远期预后。诸多临床研究表明,在胫骨平台骨折患者术后,采用有效的护理干预有助于改善患者术后膝关节功能,加快整体康复进程。然而目前常规的护理方案多侧重于并发症预防,无法满足患者的全面需求^[3]。以健康行为互动理念为框架的全程护理干预,更注重护患之间的沟通和配合。该理念强调根据患者的个人情况采取针对性措施,提升其康复主动性,在配合全程护理,保证患者从入院到出院后干预措施不断档,进而有效提升患者整体护理治疗,促进其膝关节功能恢复。本研究旨在分析以健康行为互动理念为框架的全程护理干预对胫骨平台骨折患者膝关节功能的影响,报道如下。

1 资料与方法

1.1 一般资料

将 2025 年 10 月-2026 年 3 月我院骨科收治的 80 例胫骨平台骨折患者纳入研究范围,在电脑随机分组下平均纳入对照组和研究组,各 40 例。对照组中,男 24 例、女 16 例,年龄范围 33-72 岁,均值(45.82 ± 12.31)岁。研究组中,男 22 例、女 18 例,年龄范围 37-75 岁,均值(46.79 ± 11.95)岁。纳入标准:(1)经影像学检查确诊为单侧胫骨平台骨折;(2)具备手术指征且顺利完成复位内固定术者;(3)年龄 18-80 岁;(4)患者及家属对研究知情,并签署知情同意书。排除标准:(1)合并其他类型的下肢骨折;(2)无法耐受手术治疗;(3)病理性骨折患者;(4)伴严重骨质疏松病史。本研究方案已通过我院伦理委员会审批,所有参与患者均知情同意。

1.2 方法

对照组:本组采用常规护理方案,患者手术前对其进行基础健康教育,包括手术前后的注意事项、术后并发症预防等,帮助其了解治疗过程。术后密切观察患者生命体征,做好并发症预防。

研究组:在对照组基础上实施以健康行为互动理念为框架的全程护理干预,具体干预措施包括:(1)组建护理小组。由 1 名护士长、3 名责任护士和 1 名康复师共同组成护理小组。护士长组织小组成员学习健康行为互动理念的相关知识。组员通过查阅文献和总结既往病例资料,同时结合患者的个人情况,共同制定个性化的全程护理计划。(2)健康支持。患者入院后

通过发放康复手册、宣传栏、短视频推送等方法,向患者提供健康支持,教育内容包括胫骨平台骨折术后功能锻炼的注意事项及常见问题。同时建立微信群,向群里定时推送 2-3 次康复相关知识,使患者能随时查看。

(3)康复训练。康复师联合责任护士对患者的骨折愈合情况、疼痛程度及下肢肌力进行评估,然后根据患者实际情况制定训练方案。术后第二周开始进行膝关节被动及主动屈伸训练,由责任护士协助患者完成,活动强度根据患者耐受程度逐渐增加。每次训练 20-30 分钟,每周训练 5 次。训练过程中指导患者同步进行下肢活动,包括垂腿训练、踝泵运动等。组间定期与患者进行深入沟通,了解影响患者训练依从性的相关因素,如担心训练时疼痛,对骨折再移位的顾虑以及对康复效果缺乏信心等。针对存在的问题,责任护士向患者进行详细讲解,告知患者早期活动不仅不会影响骨折愈合,反而对膝关节功能恢复有利,同时对患者家属也进行健康教育,指导其在患者训练过程中适当协助并监督。(4)情感支持。通过组建病友会的形式,邀请康复患者分享锻炼经验,增加患者的自信心。责任护士指导患者定期记录下肢功能的改善情况,如膝关节活动度增加或行走距离延长等,并指导家属多给予患者情感上的支持。教导患者学习科学的深呼吸放松方法,在情志不畅时可以自行调节情绪。两组干预均维持两周。

1.3 观察指标

(1)康复效果:采用膝关节功能评分(Hospital for Special Surgery Knee Score,HSS)评定康复效果,85 分以上为优、70-84 分为良、60-69 分为尚可、低于 60 分为差。总有效率=(优+良)/组间例数*100%;

(2)膝关节功能评分:采用 HSS 量表(膝关节功能评分)评价患者膝关节功能改善情况,该量表包含疼痛、功能、活动度以及畸形等多个维度,各维度评分经标准转换后均为 100 分,分值越高代表膝关节功能恢复越好。

1.4 统计学方法

本研究数据采用 SPSS 21.0 分析,计数资料比较采用 χ^2 检验,以率(%)表示,计量资料比较采用 t 检验,并以($\bar{x} \pm s$)表示,若($P < 0.05$)有统计学意义。

2 结果

2.1 两组康复效果分析

在康复效果比较上,研究组显著高于对照组($P < 0.05$),见表 1。

2.2 两组干预前后膝关节功能变化情况分析

两组干预前膝关节各功能各维度评分未观察到显

著差异 ($P>0.05$), 干预后均提升且研究组提升幅度大于对照组 ($P<0.05$), 见表 2。

表 1 两组康复效果比较 (n/%)

组别	例数	优	良	尚可	差	优良率
对照组	40	13 (32.50)	16 (40.00)	10 (25.00)	1 (2.50)	29 (72.50)
研究组	40	22 (55.00)	16 (40.00)	2 (5.00)	0 (0.00)	38 (95.00)
χ^2						7.439
P						0.006

表 2 两组干预前后 HSS 各维度评分比较 ($\bar{x}\pm s$, 分)

组别	例数	疼痛		功能		活动度		畸形	
		干预前	干预后	干预前	干预后	干预前	干预后	干预前	干预后
对照组	40	53.60±6.40	72.84±5.90	51.25±7.09	71.33±6.26	49.53±6.80	69.03±5.88	55.83±5.39	74.52±5.40
研究组	40	54.19±6.11	89.23±5.22	50.79±6.83	87.53±5.42	48.92±7.06	85.37±4.95	54.06±5.64	90.12±4.63
t		0.421	13.158	0.295	12.373	0.393	13.445	1.434	13.870
P		0.674	<0.001	0.768	<0.001	0.695	<0.001	0.155	<0.001

3 讨论

胫骨是小腿部位的主要承重骨, 连接膝关节与踝关节。胫骨骨折根据骨折位置可分为胫骨干骨折、胫骨平台骨折及踝关节骨折等。胫骨平台骨折发生于胫骨近端, 属于膝关节创伤中较为常见的骨折类型, 常对患者的膝关节功能造成影响^[4]。目前临床针对此类骨折多采用手术治疗, 但由于骨折术后恢复时间较长, 需要患者长期坚持康复训练才能获得理想效果。且因手术创伤、术后活动受限等因素, 患者容易出现焦虑、烦躁等不良情绪, 进而导致康复依从性下降, 因此术后辅以有效的康复护理对进一步促进患者膝关节功能恢复有积极意义^[5]。本研究中, 相较于应用常规护理方案的对照组, 研究组术后膝关节 HSS 评分、康复优良率均明显提高 ($P<0.05$), 表明以健康行为互动理念为框架的全面护理在胫骨平台骨折患者中应用效果良好, 对促进患者膝关节恢复有利。分析原因在于, 以健康行为互动理念为框架的全面护理首先对患者进行全面评估, 根据其骨折类型、心理状态和康复需求来制定更为完整的护理计划, 相较于常规护理措施更具针对性。通过组建护理小组、健康支持、康复训练、情感支持等一系列完善的干预措施, 从多个层面调动患者的积极性, 使其能够主动参与到术后康复当中^[6-7]。首先通过组建护理小组, 确保护理措施更加系统、全面。在健康支持上, 通过发放康复手册、设置宣传栏、发放宣教视频等方式, 确保患者能够对骨折相关知识和术后训练方法有全面的认知, 使其在出院后也能独立完成康复锻炼^[8]。同时针对存在负面情绪的患者予以情感支持, 帮助其改善不良情绪, 增强康复积极性, 最终促进整体护理质量的提升。

综上所述, 采用以健康行为互动理念为框架的全程护理干预对胫骨平台骨折患者进行干预, 能有效

促进患者膝关节功能恢复, 值得推广应用。

参考文献

[1] 张静. 多学科协作护理在胫骨平台骨折内固定术患者中的应用效果 [J]. 中国民康医学, 2025, 37 (10): 168-170.

[2] 岳凤, 邱爱兰. 胫骨平台骨折实施关节镜微创手术辅以早期部分负重训练护理干预的分析 [J]. 中外医学研究, 2025, 23 (12): 102-106.

[3] 田晓丹, 张海霞. 任务导向性康复护理结合聚焦解决模式对胫骨平台骨折术后患者康复锻炼执行情况 & 功能恢复的影响 [J]. 临床医学研究与实践, 2025, 10 (09): 143-146.

[4] 董丹, 艾艳. 基于加速康复外科理念的创新护理模式在胫骨平台骨折患者手术室护理中的应用效果分析 [J]. 中国社区医师, 2025, 41 (07): 105-107.

[5] 陈慧, 王欣. 多元化护理康复锻炼对胫骨平台骨折患者术后肢体功能及知信行状态的影响 [J]. 中国医学创新, 2024, 21 (31): 71-75.

[6] 王莉萍, 谢晓芬, 胡花容. 全方位护理干预对胫骨平台骨折患者术后恢复及睡眠质量的影响 [J]. 黑龙江中医药, 2024, 53 (01): 350-352.

[7] 潘梁, 金芳, 赵玉芳. ACTED 康复护理模式对胫骨平台骨折术后膝关节功能及预后的影响 [J]. 浙江创伤外科, 2023, 28 (11): 2198-2200.

[8] 胡英, 周利华, 张弘. 基于达标理论的护理干预在胫骨平台骨折康复锻炼中的应用 [J]. 实用骨科杂志, 2023, 29 (11): 1051-1054.

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