

快速康复护理对骨折术后患者康复的效果

吕晶晶

敦煌市七里镇青海油田医院外二科 甘肃敦煌

【摘要】目的 研究快速康复护理模式在骨折术后患者康复进程中的实际成效。**方法** 本研究以本院 90 例行手术治疗的骨折病例为研究样本,根据护理方案差异,随机划分为两组:对照组(n=45 例,实施常规护理流程)与研究组(n=45 例,采用快速康复护理策略)。系统对比分析两组患者护理干预后的临床效果。**结果** 相较于对照组,研究组患者的住院时长呈现明显缩短趋势,且其运动功能评分处于优势水平,而日常生活能力及疼痛评分则处于相对低水平。差异有统计学意义($P<0.05$)。**结论** 针对骨折手术患者实施快速康复护理方案,可有效减轻患者疼痛程度,缩短其住院时长,助力患者运动功能恢复,并显著改善其日常生活活动能力。

【关键词】 快速康复护理;骨折;康复效果

【收稿日期】 2025 年 3 月 15 日

【出刊日期】 2025 年 4 月 14 日

【DOI】 10.12208/j.jacn.20250185

Effect of rapid recovery care on the rehabilitation of patients after fracture surgery

Jingjing Lv

Department 2 of Surgery, Qinghai Oilfield Hospital, Qili Town, Dunhuang, Gansu

【Abstract】Objective To study the practical effect of rapid recovery nursing mode in the rehabilitation process of patients after fracture surgery. **Methods** In this study, 90 fracture cases treated with surgery in our hospital were randomly divided into two groups according to the differences in nursing plans: the control group (n=45 cases, with routine nursing procedures) and the study group (n=45 cases, with rapid recovery nursing strategy). The clinical effect of nursing intervention between the two groups was systematically analyzed. **Results** Compared with the control group, the length of hospital stay in the study group showed a significant shortening trend, and their motor function scores were at the dominant level, while the scores of daily living ability and pain were relatively low. The difference was statistically significant ($P<0.05$). **Conclusion** Rapid recovery care for patients undergoing fracture surgery can effectively reduce the patient's pain, shorten the length of hospital stay, help the patient's motor function recovery, and significantly improve the patient's ability to perform activities of daily living.

【Keywords】 Rapid recovery care; Fracture; Healing effect

在临床实践中,骨折是一种常见且多发的病症类型,其核心成因在于人体骨骼在直接外力冲击或间接外力传导作用下出现结构性的断裂损伤。患者往往伴随局部组织肿胀、皮下瘀血积聚、剧烈疼痛反应及肢体活动范围受限等临床表现,对患者的日常生活活动能力及职业工作状态构成了显著影响^[1]。手术治疗作为骨折治疗中的常用手段,能够实现骨折断端的精准复位与稳固固定,从而有效控制病情进展,加速患者生理机能的恢复进程。然而,术后患者常面临肢体活动能力受到限制、持续性的疼痛不适等等并发症困扰,这些问题不仅加剧了患者的心理负担,还可能对整体康复效果

产生不利影响^[2]。因此,针对骨折术后患者实施科学有效的护理干预措施显得尤为重要。快速康复护理通过对患者展开优化护理策略,实现护理服务的全面升级,从而为患者创造更为有利的康复环境,加速患者身体机能的恢复^[3]。基于此,本研究聚焦于探究快速康复护理模式在骨折术后患者康复中所发挥的作用,具体如下。

1 对象和方法

1.1 对象

本研究于 2023 年 1 月至 2024 年 12 月这一时间段内,从我院接受手术治疗的骨折患者中,选取了 90 例

作为研究样本。所有纳入研究的患者及其家属需充分知晓研究相关情况,并已正式签署知情同意书。依据护理方法的不同随机分成:对照组 45 例(男:女=25:20,平均年龄为 38.16 ± 5.14 岁),研究组 45 例(男:女=23:22,平均年龄为 38.47 ± 5.03 岁)。对两组患者的基线特征展开对比分析,未观察到存在统计学差异($P > 0.05$)。

1.2 方法

对照组患者采纳了常规的护理方案,研究组的患者则采纳了快速康复护理,其具体措施概述如下:

(1) 心理疏导。考虑到多数患者因对治疗效果心存顾虑,常常会引发焦虑、紧张等负面情绪,护理人员需积极主动地与患者展开沟通交流。在交流过程中,全面且细致地了解患者的实际情况,并针对患者的不良情绪采取有效的干预措施,帮助患者调整心态,使其能够保持积极乐观的良好心境。

(2) 疼痛护理。术后,对患者疼痛程度进行全面评估。针对那些疼痛感受相对较轻或者对疼痛具有较强耐受能力的患者,可通过组织并开展丰富多彩的娱乐活动,如读书、欣赏音乐、观看影视作品等,有效转移其注意力,从而达到缓解疼痛的目的。而针对疼痛程度较为严重且耐受能力不佳的患者,应严格按照医生的嘱咐,合理使用镇痛药物进行治疗。在用药期间,务必精准把控药物的用量以及服用频率,以确保用药安全有效。

(3) 饮食指导。术后,患者需遵循医嘱进行 6 小时禁食。禁食阶段结束后,护理人员应为学生提供清淡、富含营养且易于消化的流质食物。在此期间,要严格管控患者的饮食,严格禁止患者摄入辛辣、生冷以及具有刺激性的食品。

(4) 康复训练。术后首周,安排专业医师为患者实施小腿按摩护理,同时鼓励患者活动健侧肢体,并指导患者运用患侧肢体踝关节开展伸屈训练。术后第二周,依据患者病情的实际变化情况,适当增加患者的关

节活动幅度与活动频次,激励患者主动参与锻炼,开展肌群抗阻训练。协助患者选取仰卧体位,缓慢上抬直腿,抬升高度保持在约 30° ,每次训练时长设定为 15 分钟,每日进行 3 次。术后第三至四周,引导患者逐步开展下床活动,并结合患者的康复进展情况,为患者安排负重、慢行、上下楼梯等练习。在康复训练过程中,要密切留意活动量,以患者能够耐受的强度为准则,防止过度训练致使患者病情加重。

1.3 观察指标

对比两组的住院时间。

对比两组的疼痛程度,采用视觉模拟评分法(VAS)进行评估,该评分体系总分设定为 10 分,其中分值与疼痛严重程度呈正相关,即分值越高,表明患者所承受的疼痛程度越为剧烈。

探究两组的运动功能差异,运用 Fugl-Meyer 运动功能评定量表(FMA)开展评估工作。该量表总分为 100 分,评分结果与患者的运动功能状况呈正相关。

探究两组的日常生活能力状况,借助日常生活能力量表(ADL)来开展评估工作。该量表评分范围为 0~56 分,评分结果与患者日常生活能力呈负相关。

1.4 统计学分析

借助 SPSS 26.0 统计软件包对收集的数据进行了全面而细致地分析处理。针对计量资料,运用了 t 检验和 $\bar{x} \pm s$ 的统计方法进行了深入分析。当 P 值小于 0.05 时,判定该差异在统计学层面具有显著意义。

2 结果

2.1 两组的住院时间与疼痛程度对比

相较于对照组,研究组患者的住院时长明显缩短,并且在疼痛评估方面,研究组的 VAS 评分也低于对照组,这些差异均具有统计学意义($P < 0.05$),见表 1。

2.2 两组的运动功能和日常生活能力对比

相较于对照组,研究组患者的 FMA 得分呈现出较高的水平,且研究组患者的 ADL 评分呈现出较低的水平,这些差异均具有统计学意义($P < 0.05$),见表 2。

表 1 两组的住院时间与疼痛程度对比 ($\bar{x} \pm s$)

组别	例数	住院时间 (d)	VAS 评分 (分)
研究组	45	16.82 ± 3.19	2.49 ± 1.41
对照组	45	24.83 ± 4.37	5.21 ± 2.19
t	-	9.931	7.005
P	-	0.001	0.001

表 2 两组的运动功能和日常生活能力对比 ($\bar{x} \pm s$, 分)

组别	例数	FMA 评分	ADL 评分
研究组	45	78.56 ± 10.24	15.68 ± 3.22
对照组	45	70.17 ± 8.23	23.49 ± 4.51
<i>t</i>	-	4.284	9.454
<i>P</i>	-	0.001	0.001

3 讨论

骨折事件往往是由意外因素所引发, 患者在接受手术治疗后, 通常会在一定时期内出现部分生理功能的暂时性丧失。这种情况不仅会导致患者住院时间延长、身体康复速度变慢, 而且由于骨折发生得较为突然, 大多数患者是在毫无心理防备的情形下遭遇该病症。骨折引发的剧烈痛感, 极易诱发患者产生焦虑、惶恐不安等消极心理反应, 而这些不良情绪又会进一步阻碍患者的术后康复进程^[4]。故而, 对骨折患者开展科学且高效的护理干预举措极为重要。

快速康复护理以医学循证为护理实践的核心基石, 它并非仅仅聚焦于患者的病情状况, 而是拓展至患者的整体身心状态。通过运用一系列精心设计的护理措施, 旨在优化患者的预后表现, 有效提高患者的康复进程速率^[5]。本研究结果表明, 与对照组相比, 研究组患者的住院周期显著缩短, 同时, 研究组患者的 FMA 得分处于较高水平, 而 ADL 得分和 VAS 得分则相对较低 ($P < 0.05$)。这充分表明, 实施快速康复护理能够有效提升患者的康复速度与效果。分析原因为快速康复护理通过心理疏导能够有效缓解患者因疾病产生的焦虑、抑郁等负面情绪, 增强与患者之间的情感沟通与信任, 助力患者树立战胜疾病的坚定信心, 引导患者以积极向上的心态投入康复训练之中^[6-7]。疼痛护理能够切实减轻患者的疼痛症状, 提升患者在治疗过程中的舒适体验。康复训练可加速患者的康复进程, 促进患者运动功能的恢复, 加快骨折部位的愈合进程, 从而有效缩短患者的住院时间, 加快患者的整体康复进程, 增强患者的日常生活自理能力^[8]。

综上所述, 对骨折术后患者采用快速康复护理模式, 能显著降低患者疼痛强度, 缩短住院时间, 促进患者运动机能恢复, 并有效提升其日常生活自理能力。

参考文献

- [1] 应玮. 医护一体快速康复护理对髋部骨折术后患者疼痛程度的效果评价[J]. 中国医药科学, 2022, 12(13): 151-154.
- [2] 周红霞. 快速康复护理在股骨颈骨折患者人工全髋关节置换术后护理中的应用效果分析[J]. 中国社区医师, 2024, 40(16): 104-106.
- [3] 赵亚荣, 王秀玲, 张莹莹, 等. 快速康复护理理念对骨质疏松性脊柱骨折伴后凸畸形患者术后恢复及肢体功能的影响[J]. 现代中西医结合杂志, 2024, 33(03): 403-406.
- [4] 肖双双. 快速康复外科模式下的康复护理对老年股骨颈骨折患者术后功能锻炼依从性及自我效能感的影响[J]. 黑龙江医学, 2024, 48(02): 222-224.
- [5] 陈超. 快速康复护理干预在股骨骨折术后患者中的应用效果分析[J]. 黑龙江医学, 2023, 47(17): 2135-2137.
- [6] 唐慧. 快速康复护理在胫腓骨骨折患者围手术期护理中的应用[J]. 现代养生, 2023, 23(09): 671-673.
- [7] 李茜. 快速康复外科护理理念对骨折术后患者应激反应及骨折愈合的影响[J]. 中国冶金工业医学杂志, 2022, 39(05): 598-599.
- [8] 白春霞. 快速康复护理对股骨骨折术后患者的应用价值分析[J]. 基层医学论坛, 2022, 26(24): 133-135.

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