

膝关节半月板损伤行关节镜手术的个性化护理

赵佳佳, 梁晓娜*

中国人民解放军海军第九七一医院 山东青岛

【摘要】目的 分析应用个性化护理对膝关节半月板损伤行关节镜手术患者的应用效果。**方法** 选取我院收治的膝关节半月板损伤行关节镜手术患者(2023年1月~2023年12月),共150例,分组(对照组和观察组)后每组75例,前组给予常规护理,后组进行个性化护理,随后对比观察组和对照组的心理状况评分。**结果** 观察组SAS、SDS评分比对照组低, $P < 0.05$ 。**结论** 对膝关节半月板损伤行关节镜手术患者进行个性化护理后可看出,患者的负面情绪得到缓解,对其康复具有积极意义,因此值得应用和推广。

【关键词】 膝关节半月板损伤; 关节镜手术; 心理状况

【收稿日期】 2024年6月11日 **【出刊日期】** 2024年7月22日 **【DOI】** 10.12208/j.jnmn.20240314

Individualized nursing care of knee meniscus injury undergoing arthroscopic surgery

Jiajia Zhao Xiaona Liang*

No.971 Hospital Of The People's Liberation Army Navy, Qingdao, Shandong

【Abstract】 Objective To analyze the effect of personalized nursing on patients with knee meniscus injury undergoing arthroscopic surgery. **Methods** A total of 150 patients undergoing arthroscopic surgery for knee meniscus injury admitted to our hospital (January 2023 to December 2023) were selected, with 75 cases in each group after grouping (control group and observation group), the former group was given routine care, and the latter group was given personalized care, and then the psychological status scores of the observation group and the control group were compared. **Results** The scores of SAS and SDS in observation group were lower than those in control group ($P < 0.05$). **Conclusion** After personalized nursing for patients with knee meniscus injury undergoing arthroscopic surgery, it can be seen that the negative emotions of patients can be relieved, which has positive significance for their rehabilitation, so it is worth applying and promoting.

【Keywords】 Knee meniscus injury; Arthroscopic surgery; Psychological status

膝关节半月板损伤是一种常见的骨科类疾病,具有患病时间长等特点,临床症状为疼痛以及关节肿胀等,会导致其膝盖无法正常弯曲,造成日常行动受阻等情况,进而严重影响了患者的正常生活,对此需尽早地前往医院进行救治^[1]。但因此疾病在早期的临床症状不明显,通常是在病情严重后产生反应,这在一定程度上增加了医治的难度,对此需尽早进行诊断并开展手术医治^[2]。其中关节镜手术已被应用在膝关节半月板损伤的患者当中,与常规的手术相比,该手术具有创伤性小以及康复速度快等特点,但并发症较多,容易使患者出现关节肿胀以及运动功能丧失等情况,进而引发焦虑以及抑郁的心情,影响后续的医治工作,对此需采用护理干预的方式进行缓解^[3]。其中个性化护理的护理效果

显著,可根据患者的疾病情况为其提供全方位的护理措施,同时进行康复训练,提高其机体免疫力,进而缩短康复时间,对此本文将进一步探讨应用个性化护理对膝关节半月板损伤行关节镜手术患者的应用效果,具体内容如下。

1 资料与方法

1.1 一般资料

抽取150例2023年1月至2023年12月在我院进行医治的膝关节半月板损伤行关节镜手术患者并进行分组探讨,对照组:75例,来自24岁至67岁之间,平均(43.89±3.48)岁,男(n=40),女(n=35),患病时长:5月至3年,平均(2.56±0.37)年;观察组:75例,来自25岁至68岁之间,平均(43.10±3.13)

*通讯作者:梁晓娜

岁,男(n=41),女(n=34),患病时长:5月至4年,平均(2.62±0.88)年。随后对比两组患者的一般资料,P>0.05,组间无差异性。

纳入标准:确诊为膝关节半月板损伤患者;均进行关节镜手术的患者;身体指标处于稳定状态;认知清晰者;同意此次研究方案。

排除标准:精神类疾病患者;沟通障碍者;重要器官患有疾病者;依从性较差者。

1.2 方法

对照组:进行常规护理。护理人员需帮助患者打扫病房内的环境,让环境处于干净整洁的状态,同时为其讲解术后的注意事项,降低不良反应发生率。

观察组:实施个性化护理,具体内容如下:

(1) 心理干预:由于部分患者因初次进行手术医治,极易出现焦虑等负面情绪,对此护理人员需时刻观察患者的行为以及心理变化情况,告知其自我缓解情绪的方法,这不仅能够提升手术成功率,还能够增强其自信心,对其康复具有积极地促进作用。

(2) 健康教育:护理人员需仔细询问患者对疾病的认知情况,如认知度较低则需开展健康宣讲工作,让其了解到有关膝关节的相关知识以及手术医治的具体方法,进而提升其依从性,同时为其讲解在我院医治后恢复情况较好的案例,改善负面情绪,进而增强其对疾病康复的信心。

(3) 术前锻炼:由于此疾病的患者通常会在组织受损后的14天内出现肌肉萎缩等情况,对此护理人员需在患者入院医治期间为其制定相应的锻炼方案。比如指导患者让腿部肌肉处于紧绷状态,此动作保持15秒后停止,1天进行5组,每组20次。随后进行踝泵运动,告知患者让其膝关节部位处于伸直状态,并让其股四头肌部位进行收缩运动,以便达到最佳效果,此动作保持5秒后停止,并进行循环,1天5组,每组进行50次即可。随后帮助患者调整体位至平卧位,让其膝

关节部位伸长,同时将脚抬高至40度左右,此动作保持5秒,每天进行4组,每组25次。

(4) 术后护理:对于手术结束后的患者需在其膝关节部位处放置降温物品,这样可有利于降低出血的概率。当患者意识处于清醒状态时,护理人员需为其检测身体指标,确保无异常后方可进行肱四头肌相关训练,进而缩短康复时间。同时在患者手术结束后的第2天,可根据其恢复情况来开展相应的诊断工作,确保每位患者的病情恢复良好,随后告知其膝关节屈伸的具体内容。在应用膝关节仪器时,需每天训练2次以内,1次45分钟左右,对于屈膝幅度,可从原来的30度慢慢过渡到120度,这样有利于增强关节液的吸收效果,缩短受损部位愈合时间,进而增强其关节活动能力。对于手术结束后3至5天的患者,如恢复情况良好,则可适当地增加平衡功能训练,提高其平衡能力,此训练1天进行3次,每次5分钟左右,当进行7天后,可适当地增加锻炼内容,让其进行下床活动,以便促进身体全方面发展。

(5) 出院指导:对于办理完出院手续的患者,护理人员需为其制定日常锻炼方案,告知其需严格遵守,不可擅自增加或减少运动次数以及时间,同时叮嘱其不可进行高强度运动,避免出现不良反应。此外,在饮食中,要告知其不可暴饮暴食,保持愉悦的心情,对改善临床反应具有积极的促进作用。

1.3 观察指标

在心理状况评分中,采用焦虑(SAS)和抑郁(SDS)自评量表分析观察组和对照组的评分。

1.4 统计学方法

均数±标准差为计量资料,t检验,用SPSS22.0软件进行分析,P<0.05,组间有统计学意义。

2 结果

观察组的各项心理状态评分更低,相比对照组有差异,P<0.05,数据见表1。

表1 比较两组心理状况(分)

分组	例数	SAS		SDS	
		护理前	护理后	护理前	护理后
观察组	75	41.35±12.51	11.21±2.22	40.27±5.68	12.42±1.55
对照组	75	41.33±12.52	20.90±2.51	40.28±5.71	20.18±1.18
t		0.009	25.043	0.010	34.497
P		0.992	0.000	0.991	0.000

3 讨论

膝关节半月板在运动组织中起到的至关重要的作用,可有效保障关节的稳定性,同时还能够保护膝关节的软骨部位不受到损害,进而降低了膝关节减退的程度,如膝关节半月板遭受创伤,则其生物学也会相继受到影响,让关节的稳定性减弱,进而引发关节炎等现象,造成膝关节部位功能减退,严重影响了患者的生活质量^[4]。据相关资料显示,膝关节半月板损伤通常是由于长期进行激烈运动使得软骨组织受损所致,多发生在年轻群体当中,会使患者出现疼痛感以及关节肿胀等情况,如不及时医治还会引发并发症的风险,进而加重临床反应^[5]。如患者出现膝关节半月板损伤后,则需立即采取相应的医治工作。在以往对于此疾病的医治中,多数采用保守法进行医治,但该方法的医治能力有限,极易在医治过程中出现半月板受损等情况,对患者的改善效果较差^[6]。为了缓解上述情况,临床推出了关节镜手术法,在应用后患者的临床症状均得到改善,进而提升了其生活质量^[7]。但据相关资料显示,如不在术后进行护理干预,则无法达到医治的最佳效果,对此护理措施较为重要,需尽早实施。其中个性化护理干预的效果突出,此护理方法主张以患者的需求为中心,同时考虑其疾病情况,为其制定相应的护理方案,比如制定运动计划等,确保护理内容可全方位地为患者进行服务,进而缩短其康复时间^[8]。

运动计划内容:在手术开始前,为其进行股四头肌锻炼,进而缓解其肌肉紧绷的状态,同时进行踝泵运动,提升股四头肌的收缩度^[9]。随后在手术结束后为其手术部位放置降温物品,降低渗血的概率,并在患者完全清醒后再为其开展相应的锻炼工作,促进身体康复,改善临床指标等,此外还可采用心理干预的方法,缓解其负面情绪,让其认识到良好的情绪对改善病情具有积极意义,让其以积极的心态面对疾病,进而缩短住院时间,对此该护理方式具有积极意义,可长期应用^[10]。本文研究结果显示,观察组的 SAS (11.21±2.22) 分、SDS (12.42±1.55) 分均比对照组低, P<0.05, 这表明对进行关节镜手术的膝关节半月板患者进行个性化护理后,焦虑以及抑郁的情况得到明显改善,依从性也得到了提高,因此对提升康复效果具有积极意义。

综上所述,个性化护理可有效缓解膝关节半月板损伤行关节镜手术患者的心理状况,同时制定运动方案,缓解其临床反应,缩短康复时间,对此值得应用和推广。

参考文献

- [1] 李子彦,林曦,刘晔.MRI 对膝关节半月板损伤诊断准确率的研究[J].现代医用影像学,2023,32(11):2076-2079.
- [2] 马为彬,罗禹,刘坚林,等.3.0T 磁共振诊断膝关节半月板损伤与关节镜的一致性研究[J].中国 CT 和 MRI 杂志,2023,21(09):170-172.
- [3] 李燕萍,卓玉双.快速康复外科护理对膝关节半月板损伤行关节镜微创手术患者术后 NRS 评分及睡眠质量的影响[J].世界睡眠医学杂志,2023,10(08):1934-1936.
- [4] 冷珊珊,刘亚群.关节镜下半月板成形术联合加速康复外科护理对膝关节半月板损伤患者关节功能与活动度的影响[J].现代医学与健康研究电子杂志,2023,7(15):119-121.
- [5] 陈奕彬.关节镜微创手术治疗膝关节半月板损伤的效果分析[J].中国社区医师,2023,39(21):45-47.
- [6] 负霄,郭艳军,崔玉波,等.膝关节半月板损伤术后应用和营止痛汤加味临床观察[J].实用中医药杂志,2023,39(07):1308-1310.
- [7] 孙思敏,马丹,张琳,等.个性化护理在膝关节半月板损伤经关节镜手术治疗后康复效果的影响[J].云南医药,2023,44(03):116-117.
- [8] 徐永朝,尹国瑞.探讨关节镜下半月板成形术在膝关节半月板损伤治疗中的应用效果[J].中华养生保健,2023,41(02):167-169.
- [9] 周永红,胡国红.自拟活血消肿方熏蒸治疗膝关节半月板损伤患者术后的临床效果[J].甘肃医药,2022,41(09):822-824.
- [10] 赵众首.关节镜下半月板缝合修复术与半月板切除术治疗膝关节半月板损伤的对比观察[J].临床医学,2022,42(08):15-17.

版权声明: ©2024 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