

膝关节损伤关节镜术后的早期康复护理分析

杜紫薇

华中科技大学同济医学院附属协和医院 湖北武汉

【摘要】目的 研究膝关节损伤关节镜术后的早期康复护理效果。**方法** 选择 2020 年 05 月 - 2021 年 05 月到本院接受关节镜手术的膝关节损伤患者 70 例，随机分为实验和对照两组，分析两组护理效果。**结果** 实验组满意度 34 (97.10%) 高于对照组 28 (80.00%)， $P < 0.05$ ；护理前，两组间膝关节总体状况对比， $P > 0.05$ 。护理后，实验组患者膝关节情况优于对照组。**结论** 运用早期康复护理服务对膝关节损伤关节镜术后患者干预，效果显著，可运用。

【关键词】 膝关节损伤；关节镜；术后；早期康复护理

Analysis of early rehabilitation nursing after arthroscopy for knee joint injury

Ziwei Du

Union Hospital Affiliated to Tongji Medical College, Huazhong University of science and technology, Wuhan

【Abstract】 Objective To study the effect of early rehabilitation nursing after arthroscopy for knee joint injury. **Methods** 70 patients with knee injury who received arthroscopic surgery in our hospital from May 2020 to may 2021 were randomly divided into experimental and control groups, and the nursing effects of the two groups were analyzed. **Results** the satisfaction of 34 (97.10%) in the experimental group was higher than that of 28 (80.00%) in the control group ($P < 0.05$); Before nursing, the overall condition of knee joint between the two groups was compared ($P > 0.05$). After nursing, the knee joint condition of the experimental group was better than that of the control group. **Conclusion** early rehabilitation nursing service can be used to intervene patients with knee joint injury after arthroscopy.

【Keywords】 Knee joint injury; Arthroscopy; After operation; Early rehabilitation nursing

膝关节是关节组织，相对较为复杂和大，在日常生活中比较容易出现损伤。此疾病患者一般被收治在骨科中，包含：韧带损伤、半月板损伤以及骨折脱位等等病症，致伤因素主要包含：运动损伤亦或是车祸等等。临床传统治疗中，作 20cm 左右切口，将关节腔完全地打开，比较容易出现后遗症和并发症，例如，关节感染与切口愈合瘢痕等等问题。所以，需将早期康复护理服务引入其中，进而改善其膝关节的总体症状。基于此，本文将分析膝关节损伤关节镜术后的早期康复护理效果，报道如下^[1-5]：

1 一般资料与方法

1.1 一般资料

选择 2020 年 05 月 - 2021 年 05 月到本院接受关节镜手术的膝关节损伤患者 70 例，随机分为实验和对照两组。实验组 16-62 岁，平均年龄 (40.16 ±

4.28) 岁；对照组年龄 16-61 岁，平均年龄 (40.14 ± 4.24) 岁，一般资料 ($P > 0.05$)。

1.2 方法

对照组：组内患者接受常规护理服务，包含：体位护理、患肢护理、运动护理、饮食护理等等。

实验组：组内患者接受早期康复护理服务，具体为：

(1) 术后第 1d

在手术之后，待麻醉感全部消退之后，其生命体征趋于稳定之后，可引导患者早期实施主动的康复训练。首先，实施股四头肌训练，引导患者将大腿水平放置于床上，用力将大腿的肌肉绷紧，持续的时间需控制在 10~15s 而后放松，在稍微停止之后绷紧，一组十次，每天三组到四组。能够显著地将其静脉血液循环进行改善，进而将其下肢的肿胀问

题有效缓解，有效规避深静脉栓塞出现。其次，踝泵功能的训练，把膝关节伸直，使得患者的踝关节尽可能地跖屈与背伸，各个动作需将时间控制在10s，每组15次到20次，连续接受3天-6天的治疗，进而将其肌力有效改善，加速血液循环。最后，直腿抬高，引导患者处于平卧，而后健侧膝关节屈曲，将患侧的肢体伸直，使得其踝关节可处于正常功能位，将其缓缓地抬高，使腿与床水平面呈现出30°~40°，而后悬空停顿的时间控制在5~10s，每组20~30次，每天3~4组。训练交替开展，直到膝关节康复。

(2) 术后 3d

引导患者实施膝关节屈伸训练，坐在床边，把双腿自然性垂下，而后经健侧退放置在小腿前端，而后缓慢的用力朝后压，逐步的增加屈曲角度，将患者耐受作为标准，一般状况下，屈曲100°之上即可，坚持时间需控制在一分钟之上，有效规避关节僵直问题发生。加之，还需开展被动活动，于术后三天逐步进行，从30°起，逐步的递增至100°左右，每天两次，每次一小时，各个动作需持续45秒。

(3) 术后 5d

指导与辅助患者下床行走，先健肢而后患肢，使用股四头肌力量带着大腿行走，有屈膝需尽可能地屈。在耐受的基础之上，可运用拄拐直立行走，而后小幅度的行走，将起初行走时间维持于二十分钟，规避关节腔有出血症状。按照患者具体状况循序渐进地开展，不可过度训练^[6-11]。

1.3 观察指标及评价标准

护理满意度：非常满意、满意、不满意；膝关节状况评估：关节能量、支撑力矩、摆动力矩。

1.4 数据处理

用SPSS21.0软件进行统计，计数资料用(n/%)表示、行 χ^2 检验，计量资料用均数±标准差($\bar{x} \pm s$)表示、行t检验。P<0.05有统计学意义。

2 结果

2.1 分析护理满意度

实验组满意度34 (97.10%) 高于对照组28 (80.00%)，P<0.05，见表1。

2.2 分析膝关节状况

护理前，两组间膝关节总体状况对比，P > 0.05。护理后，实验组患者膝关节情况优于对照组，P < 0.05，见表2。

表1 护理满意度比对 (n/%)

组别	非常满意	满意	不满意	总满意率
对照组 (n=35)	22 (62.80%)	6 (17.10%)	7 (20.00%)	28 (80.00%)
实验组 (n=35)	33 (94.20%)	1 (3.00%)	1 (3.00%)	34 (97.10%)
χ^2 值	-	-	-	5.0806
P 值	-	-	-	0.0241

表2 膝关节状况比对($\bar{x} \pm s$)

组别	护理前			护理后		
	关节能量(kJ)	支撑力矩(Nm)	摆动力矩(Nm)	关节能量(kJ)	支撑力矩(Nm)	摆动力矩(Nm)
对照组 (n=35)	1.3±0.2	51.3±15.6	-123.5±40.2	4.5±0.3	203.8±66.1	36.0±2.5
实验组 (n=35)	1.4±0.1	50.8±16.0	-124.0±38.4	7.0±1.3	270.6±20.3	73.6±4.5
T 值	2.6458	0.1324	0.0532	11.0857	5.7153	43.2115
P 值	0.0101	0.8951	0.9577	0.0000	0.0000	0.0000

3 讨论

关节镜手术治疗方式作为现阶段对膝关节损伤患者治疗中运用的主要治疗方式，运用手术治疗方式可将患者的关节囊修复，使得其关节可以维持在稳定的状态下。但是，手术之后早期康复葫芦服务

对关节功能恢复有重要作用。

早期康复护理服务作为近几年临床骨科中运用比较广泛的一种护理方式，此种护理服务主要是在手术之后开展主动和被动地训练，使得患肢血液循环通畅，规避患者的肌肉出现萎缩问题发生。而在

手术之后的第二天到术后一周需开展全面性和个性化的康复功能训练,运用合理与科学性的训练方式,使得其膝关节的活动度明显增加,使得关节囊滑液出现渗透,对其关节营养代谢加以改善,使得其关节疼痛度被缓解,加速肢体功能恢复速度和创面的愈合速度^[12-17],使得其膝关节的功能可被较好的恢复。

此次研究中,分析两组护理效果。发现,实验组满意度 34 (97.10%)高于对照组 28 (80.00%) $P < 0.05$; 护理后,实验组患者膝关节情况优于对照组,其中,实验组患者关节能量 7.0 ± 1.3 (kJ)、支撑力矩 270.6 ± 20.3 (Nm)、摆动力矩 73.6 ± 4.5 (Nm)。

综上,早期康复护理可在膝关节损伤术后患者中运用,可推广。

参考文献

- [1] 盖洪霞. 膝关节损伤关节镜术后的早期康复护理效果观察[J]. 中国伤残医学,2021,29(19):51-52.
- [2] 韩春萍,吴亚运,周静. 早期康复护理在膝关节损伤患者行关节镜术后护理中的有效性研究[J]. 家庭医药. 就医选药,2020,1(7):337.
- [3] 门丹丹. 早期康复护理干预在膝关节损伤关节镜术后护理中临床效果[J]. 实用中西医结合临床,2021,21(11):146-147.
- [4] 张传平. 膝关节镜下关节半月板缝合术后早期康复护理的应用效果分析[J]. 反射疗法与康复医学,2020,1(19):112-114.
- [5] 徐冬梅, 陈文月, 潘丽. 综合护理干预对膝关节损伤患者关节镜术后并发症及生活质量的影响[J]. 国际护理学杂志, 2017, 36(16):4.
- [6] 赖龙琼. 膝关节损伤关节镜术后的早期康复护理效果[J]. 饮食保健, 2016, 3(022):173-174.
- [7] 张丽娜. 膝关节损伤关节镜术后的早期康复护理效果[J]. 中外女性健康研究, 2015(23):2.
- [8] 桑田. 早期康复护理应用于膝关节损伤关节镜术后效果分析[J]. 中国卫生标准管理, 2016, 7(018):207-209.
- [9] 门丹丹. 早期康复护理干预在膝关节损伤关节镜术后护理中临床效果[J]. 实用中西医结合临床, 2021, 21(11):2.
- [10] 蒙汉英, 杨磊, 黄莎莎. 膝关节损伤关节镜术后早期康复护理的临床效果研究[J]. 2021.
- [11] 李玉梅, 胡焕婵, 刘日新,等. 膝关节损伤患者关节镜术后中药熏洗治疗的应用与护理[J]. 国际医药卫生导报, 2015, 000(015):2129-2132.
- [12] 陈萍. 早期康复护理在膝关节损伤关节镜术后护理中的应用效果研究[J]. 基层医学论坛, 2019, 23(36):2.
- [13] 郑凤丽. 膝关节损伤关节镜术后早期康复护理的临床效果研究[J]. 当代护士: 中旬刊, 2019, 26(3):3.
- [14] 孙小星, 高松年, 陈文雅,等. 功能训练联合温针灸法在膝关节半月板损伤关节镜成形术后康复治疗中的临床应用研究[J]. 辽宁中医药大学学报, 2015, 17(12):4.
- [15] 尹红波, 丁志超, 李秀奇,等. 补气活血方治疗半月板损伤关节镜术后膝关节肿胀临床观察[J]. 中国中医药远程教育 2021 年 19 卷 17 期, 102-104 页, 2021:江西省卫生计生委中医药科研课题[.
- [16] 李志蓉. 康复护理在膝关节半月板损伤膝关节镜手术中对活动功能的影响[J]. 中国保健营养 2020 年 30 卷 26 期, 242 页, 2020.
- [17] 李秀成, 杨桂英. 关节镜治疗对盘状半月板损伤患者术后疼痛及膝关节功能的影响研究[C]// 中国中药杂志 2015/专集:基层医疗机构从业人员科技论文写作培训会议论文集. 2016.

收稿日期: 2022 年 7 月 13 日

出刊日期: 2022 年 8 月 19 日

引用本文: 杜紫薇, 膝关节损伤关节镜术后的早期康复护理分析[J], 国际医学与数据杂志 2022, 6(3): 102-104

DOI: 10.12208/j. ijmd.20220118

检索信息: RCCSE 权威核心学术期刊数据库、中国知网 (CNKI Scholar)、万方数据 (WANFANG DATA)、Google Scholar 等数据库收录期刊

版权声明: ©2022 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