

关节镜治疗膝关节骨性关节炎围手术期的康复护理措施

郭智维

联勤保障部队第九二二医院 湖南衡阳

【摘要】目的 讨论关节镜治疗膝关节骨性关节炎围手术期的康复护理措施。**方法** 按照研究纳入标注与排除标准从2021年9月-2022年9月内本院收治的接受关节镜治疗的膝关节骨性关节炎患者中选68例作为实验组对象,编号1-68号,随机分为对照组与实验组各34例,对照组采用常规护理干预,实验组采用围术期康复护理,对比护理效果。**结果** 不同护理方案实施后,实验组患者膝关节功能更好、日常生活能力更好、关节优良率更高,相关指标对比对照组差异有统计学意义($P<0.05$)。**结论** 针对接受接受关节镜治疗的膝关节骨性关节炎患者实施围术期康复护理干预,患者膝关节功能显著恢复、关节优良率显著提升,日常生活功能得以有效改善,围术期康复护理临床效果好,有推广应用价值。

【关键词】 膝关节骨性关节炎; 关节镜; 围术期康复护理; 膝关节功能; 日常生活

Perioperative rehabilitation nursing measures of arthroscopic treatment of knee osteoarthritis

Zhiwei Guo

922 Hospital of Joint Logistic Support Force Hengyang, China

【Abstract】Objective To discuss the perioperative rehabilitation nursing measures of arthroscopic treatment of knee osteoarthritis. **Methods** According to the research into the annotation and exclusion standard 9 months from September 2021-2022 in our hospital were treated with arthroscopy choose 68 cases of patients with knee osteoarthritis as experimental object, no. 1-68, all 34 cases were randomly divided into control group and experimental group, control group using conventional nursing intervention, the experimental group USES the perioperative rehabilitation nursing, Compare the nursing effect. **Results** After the implementation of different nursing programs, the knee joint function of patients in the experimental group was better, the ability of daily living was better, and the excellent and good rate of joint was higher, and the relevant indicators were statistically significant compared with the control group ($P<0.05$). **Conclusion** The implementation of perioperative rehabilitation nursing intervention for knee osteoarthritis patients who received arthroscopic treatment can significantly recover knee function, significantly improve the excellent and good rate of joint, and effectively improve the function of daily life. The clinical effect of perioperative rehabilitation nursing is good, which has the value of promotion and application.

【Key words】 Knee osteoarthritis; Arthroscopy; Perioperative rehabilitation nursing; Knee joint function; In daily life

膝关节骨性关节炎患者常见的病因包括关节骨性增生、软骨变形等^[1]。相关原因导致关节囊牵张、骨折、神经受压、关节肉痉挛等情况,膝关节作为人体重要的运动功能与承重功能参与关节,骨性关节炎发病率极高^[2]。当前针对膝关节骨性关节炎常采用手术治疗,关节镜治疗创伤小、临床效果好、

术后康复快,在手术治疗基础上,为进一步提高手术后康复效果,需要采取有效的护理干预方法,本研究讨论关节镜治疗膝关节骨性关节炎围手术期的康复护理,内容如下。

1 资料与方法

1.1 一般资料

按照研究纳入标注与排除标准从 2021 年 9 月-2022 年 9 月内本院收治的接受关节镜治疗的膝关节骨性关节炎患者中选 68 例作为实验组对象, 编号 1-68 号, 随机分为对照组与实验组各 34 例, 两组患者一般资料对比无统计学差异 ($P>0.05$), 数据对比: (1) 性别, 实验组男 41 例, 女 30 例, 对照组男 42 例, 女 29 例; (2) 年龄, 实验组年龄 22-41 岁, 平均年龄 (27.9 ± 4.5) 岁, 对照组年龄 21-42 岁, 平均 (28.1 ± 4.9) 岁。 (3) 病程: 实验组患者病程 1-4 年, 平均 (2.4 ± 1.3) 年, 对照组病程 1-4 年, 平均 (2.5 ± 1.2) 年。

纳入标准: 所有患者均符合美国风湿学会关于膝骨关节炎的临床诊断标准, 经过 X 线、CT、MRI 等确定病变。患者及家属均知悉本次实验研究, 签署知情同意书。

排除标准: 合并严重心功能疾病患者; 合并严重肾肝功能疾病患者; 合并血液系统患者; 风湿性关节炎患者; 肌肉炎症患者; 膝盖关节软组织急性损伤患者。

1.2 方法

1.2.1 对照组 对照组患者接受常规护理, 术前实施必要健康教育与饮食指导, 术后进行生命体征监测与并发症管理。

1.2.2 实验组 实验组患者接受围术期康复护理干预, 内容如下。

1.1.1.1 术前康复护理 在手术开展前, 应针对患者进行健康知识宣教与心理护理, 了解患者存在的负面情绪, 给予倾听、鼓励支持等方式, 梳理患者正向的治疗信心, 告知手术内容和康复训练的相关内容, 确保患者主管能动的参加术后技能康复训练。同时应指导并配合医生完善各项常规检查, 评估病情, 针对性制定护理配合对策。教会患者床上大小便, 避免行动不便导致便秘与尿储留。术前的康复训练主要在确保患者关节耐受的前提下, 进行股四头肌肌力和膝关节功能训练, 主要内容包括 (1) 股四头肌等长收缩, 患者取仰卧体位, 膝关节不动、踝关节功能位做股四头肌收缩。 (2) 支腿抬高, 仰卧踝关节功能位抬腿保持, 同时髋关节不外展。 (3) 膝关节主动屈伸锻炼。

1.1.1.2 术后护理: 在手术完成后, 首先用厚敷

料和弹力绷带加压包扎, 保证松紧度适宜, 将患肢抬高 20-30cm, 护理人员应当观察患肢血运情况, 术后将冰袋置于膝关节两侧, 连续冰敷 2d, 避免水肿淤血。针对术后的康复护理, 应当尽早开展。术后的康复训练包括: (1) 增强肌力训练, 观察患者麻醉效果消失后, 开展踝关节背伸训练, 在手术后第三天进行股四头肌等长收缩训练, 若患者疼痛不增加, 可进行支腿抬高训练。 (2) 膝关节被动训练, 术后 3d 引导进行被动屈伸锻炼, 角度从 30° 开始, 2 分钟屈伸 1 次, 持续 30-60 分钟, 每天两次, 视情况逐渐增加角度。 (3) 膝关节主动锻炼: 待患者肿胀疼痛等极大缓解后, 坐起床边练习小腿抬高。 (4) 正确下床与负重: 术后 5-7d, 视情况引导患者下床活动。 (5) 出院指导: 患者符合出院指标后, 应当实施出院指导, 告知患者居家后应持续保持适当的康复运动, 并注意膝关节保暖, 通过微信等加强联系, 交流病情变化, 告知患者应定期复查, 若有不适及时回医院就诊。

1.3 观察指标

(1) 膝关节功能评分: 采用 Lysholm^[3]评分, 通过跛行、交锁、支持、肿胀、疼痛、上下楼、不稳定等多项共计 100 分计算, 分值越高患者膝关节功能越好。

(2) 日常生活功能: 采用 barthel^[4]指数分析, 指数最高为 100, 指数越高表明患者的日常生活功能恢复得越好。

(3) 关节优良率: 采用 HSS 评分分析, (0-10 分视为无痛, 优级; 11-20 分视为行走时疼痛, 良; 21-40 分静息状态疼痛, 一般; 41-100 分, 疼痛严重影响睡眠, 差。优良率=优例数率+良例数率。)

1.4 统计学方法

将数据纳入 SPSS23.0 软件中分析, 计量资料比较采用 t 检验, 并以 ($\bar{x}\pm s$) 表示, 率计数资料采用 χ^2 检验, 并以率 (%) 表示, ($P<0.05$) 为差异显著, 有统计学意义。

2 结果

2.1 膝关节与日常生活功能评分

不同护理干预后, 实验组膝关节功能评分及日常生活功能评分均好于对照组, 差异有统计学意义 ($P<0.05$), 数据见表 1:

表1 膝关节与日常生活功能评分 ($\bar{x} \pm s$)

组别	例数	Lysholm 评分	barthel 指数
对照组	34	72.8±4.1	71.5±3.6
实验组	34	83.2±6.9	80.6±5.4
t	-	7.555	8.175
P	-	0.004	0.022

2.2 关节优良率

在不同护理干预后,实验组患者关节优良率高于对照组,且差异有统计学意义($P < 0.05$),数据对比:实验组 21 例优、6 例良、7 例一般,0 例差,优良率为 34 例(100.0%),对照组 18 例优、5 例良、7 例一般、4 例差,优良率 30 例(88.2%),($\chi^2=4.250, P=0.039$)。

3 讨论

针对于膝关节骨性关节炎疾病的治疗,最为有效的方式是手术治疗,膝关节镜手术是一种骨外科微创手术,在临床诊断、治疗膝关节骨性关节炎方面具有显著重要的作用,在临床中,通过腔内窥镜观察病变位置,并在关节镜下处理病变组织,能够达到理想的治疗效果^[5]。虽然关节镜手术效果良好,但是由于骨性疾病的手术治疗会给患者造成明显的疼痛影响,加上知识水平差异大,心理因素较多,易干扰,依从性低等因素,导致手术术后康复效果较差,关节功能康复并不理想^[6]。

针对膝关节骨性手术治疗是一方面,如何保证患者又好又快实现功能康复同样十分重要,围术期康复护理是基于快速康复理念的护理方式,患者在确定手术治疗之后,在手术期即开展有效的心理引导与健康教育,帮助患者了解疾病与手术治疗内容,同时有正向的心理情绪,同时在患者耐受情况下实施术前功能锻炼,显著有效的增进血液循环,增强肌肉力量和躯体质量,从而有效提高患者的手术耐受能力^[7]。在手术开展后,根据患者情况尽早开展功能锻炼,循序渐进的提高患者康复效果,帮助患者尽早下床,避免肌腱和关节囊粘连、挛缩,同时软化瘢痕、恢复关节和肢体功能。除此之外,有效的早期康复训练也能够避免长期卧床导致的各类并发症^[8]。本研究中,不同护理方案实施后,实验组患者膝关节功能更好、日常生活能力更好、关节优良率更高,相关指标对比对照组差异有统计学意义($P < 0.05$)。

综上所述,针对接受接受关节镜治疗的膝关节骨性关节炎患者实施围术期康复护理干预,患者膝关节功能显著恢复、关节优良率显著提升,日常生活功能得以有效改善,围术期康复护理临床效果好,有推广应用价值。

参考文献

- [1] 马曼丽,舒桂林,刘军等.快速康复外科理念在膝关节镜手术围手术期护理中的应用[J].中华全科医学,2021,19(8):1423-1426.
- [2] 王巧珍,王繁,王锦晴等.膝关节镜手术患者在围术期护理中运用快速康复外科理念的效果分析[J].家庭医药·就医选药,2020,2(12):248.
- [3] 刘晓丹.关节镜治疗膝关节骨性关节炎围手术期的快速康复护理研究[J].实用临床护理学电子杂志,2020,(26):53.
- [4] 石莹,刘静.围手术期护理在关节镜治疗膝关节骨性关节炎患者中的应用效果[J].医疗装备,2021,34(7):162-163.
- [5] 黄梁江,史巍巍,陆敏.膝关节骨性关节炎的康复治疗新进展[J].中国康复,2022,37(4):252-256
- [6] 赵春红. 关节镜治疗膝关节骨性关节炎围手术期护理措施及效果分析[J]. 实用临床护理学电子杂志,2020,5(36):144.
- [7] 惠洁琼,黄婷婷,才礼杨.加速康复外科护理对膝关节骨性关节炎患者关节功能、心理状态、治疗依从性的影响[J].中华现代护理杂志,2021,27(14):1914-1917.
- [8] 刘凤花.量化功能锻炼在膝骨性关节炎患者中的应用[J].中华现代护理杂志,2021,27(32):4467-4471

收稿日期: 2022 年 8 月 16 日

出刊日期: 2022 年 9 月 2 日

引用本文: 郭智维 关节镜治疗膝关节骨性关节炎围手术期的康复护理措施[J]. 现代护理医学杂志, 2022, 1(5):192-194

DOI: 10.12208/j.jmnm.202200327

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