

## 功能锻炼结合骨折康复护理在临床中的应用观察

蔡琼艳

个旧市人民医院 云南个旧

**【摘要】目的** 探究骨折联合功能锻炼、康复护理的临床应用效果。**方法** 文章时间 2021 年 3 月到 2022 年 4 月，共选取我院骨外科住院部患者 60 人，分成研究组、对照组，每组 30 人，比对护理效果。**结果** 2 组病人干预前功能锻炼整体评分较低，干预后研究组病人生理、心理两方面评分明显升高，功能恢复以及锻炼评分显著高于对照组， $P < 0.05$ ；研究组病人在康复护理和功能锻炼双重干预下，卧床制动时间、排气、排便、住院时长明显缩短，术区疼痛分值明显降低；研究组接受联合干预后，病人的负面情绪、夜间睡眠质量以及生活质量均明显下降，满意度分值明显升高，与对照组相比  $P < 0.05$ 。**结论** 骨折联合功能锻炼、康复护理，可以帮助患者术后快速康复，缩短住院治疗时间，强化治疗效果。

**【关键词】** 功能锻炼；骨折；康复护理；护理效果；负面情绪；满意度

### Clinical application of functional exercise combined with fracture rehabilitation nursing

Qiongyan Cai

Gejiu people's Hospital, Gejiu, Yunnan

**【Abstract】 Objective** To explore the clinical application effect of fracture combined with functional exercise and rehabilitation nursing. **Methods:** from March 2021 to April 2022, a total of 60 patients in the orthopaedic department of our hospital were selected and divided into a study group and a control group, with 30 people in each group, to compare the nursing effects. **Results:** the overall score of functional exercise before intervention was lower in the two groups. After intervention, the scores of physiological and psychological aspects of the patients in the study group were significantly higher, and the scores of functional recovery and exercise were significantly higher than those in the control group ( $P < 0.05$ ); Under the double intervention of rehabilitation nursing and functional exercise, the time of bed rest, exhaust, defecation and hospitalization of patients in the study group were significantly shortened, and the pain score in the operation area was significantly reduced; After receiving the combined intervention, the negative mood, night sleep quality and quality of life of the patients in the study group were significantly decreased, and the satisfaction score was significantly increased, compared with the control group ( $P < 0.05$ ). **Conclusion:** fracture combined with functional exercise and rehabilitation nursing can help patients recover quickly after operation, shorten the hospitalization time and strengthen the treatment effect.

**【Keywords】** functional exercise; Fracture; Rehabilitation care; Nursing effect; Negative emotions; Satisfaction

近些年伴随我国交通领域的不断发展，意外事故频发，骨折人数也在急剧上涨，伤后需要立即进行急救处理，临床上治疗原则为纠正骨折断端病理变型，恢复患肢功能<sup>[1]</sup>。临床上需要根据患者的骨折程度选择针对性治疗方式，术后通过有效的治疗和护理措施，促进患肢血液循环，避免肌肉和软组织出现粘连的问

题<sup>[2-3]</sup>。相关研究表明，术后患者的康复情况除了与病人损伤部位有关，还与治疗和护理措施密切相关<sup>[4-6]</sup>。文章选取我院骨外科住院部研究患者 60 人担任此次研究对象，探究骨折联合功能锻炼、康复护理的临床应用效果，现报道如下。

### 1 资料和方法

### 1.1 一般资料

文章研究时间 2021 年 3 月到 2022 年 4 月, 共选取我院骨外科住院部患者 60 人, 分成研究组、对照组, 每组 30 人, 对照组年龄区间 18-67、平均值 (岁):  $(48.26 \pm 2.31)$ , 体重均值 (kg):  $(63.21 \pm 4.51)$ , 骨折类型: 5 例股骨颈/4 例脊柱/10 胫腓骨/6 例股骨/5 例骨盆, 性别比例: (男/女): 18/12; 研究组年龄区间 18-65、平均值 (岁):  $(47.68 \pm 3.52)$ , 体重均值 (kg):  $(63.34 \pm 4.21)$ , 骨折类型: 4 例股骨颈/5 例脊柱/11 胫腓骨/5 例股骨/5 例骨盆, 性别比例: (男/女): 17/13, 对比两组资料可得  $P > 0.05$ 。患者实际年龄超过 18 周岁。排除合并多处骨折以及出现实质器官病变者; 患有恶性肿瘤合并病理性骨折患者。

### 1.2 方法

对照组: 予常规骨外科护理, 入院后由责任护士询问病人情况, 完善各项护理表单填写, 开展基础健康宣教, 普及骨折疾病常识, 根据医嘱要求开展康复训练。

研究组: 联合功能锻炼、康复护理, 如下: (1) 功能锻炼: 护理人员结合实验室检查结果和病情为患者制定针对性锻炼方案, 锻炼目的是促进骨折肢体的功能恢复。训练时间一般为餐后半小时, 训练过程中护理人员需全程陪伴, 注重语言鼓励, 功能锻炼前应排空 2 便, 训练前询问患者和家属感受, 根据患者耐受程度适时调整运动强度。前期先进行简单的膝、髋关节活动, 促进患肢血液循环; 术后 3 周, 利用托马斯架进行牵引训练, 患肢保持外展中立位, 牵引力需严格控制在 30 斤内; 术后 7 周, 可进行适当的负重训练, 捆绑沙袋进行慢走, 循序渐进增加负重量。训练

过程中定期测定患肢功能恢复情况, 对患者进行适当的物质和语言鼓励, 帮助患者克服恐惧心理, 激发其锻炼热情。(2) 康复护理: 术后康复护理主要从以下三方面进行, 首先, 饮食护理方面, 根据患者营养水平制定饮食计划, 鼓励患者多食用高蛋白质、高营养食物, 适当补充微量元素, 为机体康复提供所需能量; 其次, 理疗方面, 可以通过红外线、中医针灸等方式刺激患肢穴位, 激发患肢周围神经, 强化神经反应, 进而提高神经修复能力; 最后, 心理护理方面, 骨折康复后期, 应鼓励患者正确看待自身病情, 认识到功能锻炼的必要性, 护理人员通过日常交流缓解病人负性情绪, 提高治疗信心。

### 1.3 观察指标

(1) 使用调查表评估 2 组功能锻炼情况, 评价项目共 4 项, 单项评分为 100。(2) 统计 2 组卧床制动、首次进食、排气以及排便时间、住院时长和术区疼痛分值, 判定 2 组康复护理效果。(3) 分别使用 PANAS、SF-36、PSQI、满意度量表调查 2 组病人情绪、生活、睡眠以及满意度评分。

### 1.4 统计学分析

使用 SPSS23.0 软件进行统计学处理, 采用卡方检验和 T 检验, 若两组数据之间 p 值小于 0.05, 则代表 2 组患者在以上方面, 具有统计学意义。

## 2 结果

### 2.1 对比功能锻炼情况

2 组病人干预前功能锻炼整体评分较低, 干预后研究组病人生理、心理两方面评分明显升高, 功能恢复以及锻炼评分显著高于对照组,  $P < 0.05$ , 见下表。

表 1 功能锻炼情况对比 ( $\bar{x} \pm s$ , 分)

时间	项目	研究组 (n=30)	对照组 (n=30)	T 值	P 值
干预前	功能锻炼	59.36 ± 7.54	59.69 ± 7.78	0.1668	0.8681
	生理质量	60.93 ± 6.14	60.54 ± 6.42	0.2405	0.8108
	功能恢复	62.18 ± 8.13	61.69 ± 8.16	0.2330	0.8166
	心理支持	58.72 ± 6.42	59.31 ± 6.52	0.3532	0.7252
干预后	功能锻炼	80.64 ± 5.72	69.65 ± 4.96	7.9507	0.0000
	生理质量	82.57 ± 9.43	71.67 ± 6.05	5.3287	0.0000
	功能恢复	83.93 ± 6.82	72.51 ± 5.15	7.3192	0.0000
	心理支持	85.44 ± 7.19	73.66 ± 8.04	5.9820	0.0000

### 2.2 比对康复护理效果

研究组卧床制动时间为  $(3.19 \pm 0.82)$  天、首次排

气时间(22.19±2.51)小时、排便时间(31.14±2.31)小时、首次进流质饮食时间(6.12±0.61)小时、住院总时长(9.05±1.40)d、术区疼痛分值(4.29±1.36);对照组卧床制动时间为(5.34±1.38)天、首次排气时间(29.35±5.09)小时、排便时间(40.35±8.26)小时、首次进流质饮食时间(9.62±2.63)小时、住院总时长(13.15±2.15)天、术区疼痛分值(7.13±1.96), $t=7.3360$ 、 $6.9102$ 、 $5.8815$ 、 $7.1006$ 、 $8.7528$ 、 $6.5204$ , $p=0.0000$ ,研究组病人在康复护理和功能锻炼双重干预下,卧床制动时间、排气、排便、住院时长明显缩短,术区疼痛分值明显降低,与对照组相比 $P<0.05$ 。

### 2.3 比对病人情绪、生活、睡眠以及满意度评分

干预后,研究组骨折病人负性情绪分值(42.29±5.34)分、生活质量得分(84.20±6.31)分、夜间睡眠质量(7.02±1.28)分、满意度(92.48±7.19),对照组上述量表分值(51.20±5.31)分、(73.21±3.30)分、(10.51±1.31)分、(80.34±6.78), $t=6.4804$ 、 $8.4533$ 、 $10.4369$ 、 $6.7284$ , $p=0.0000$ 、 $0.0000$ 、 $0.0000$ 、 $0.0000$ ,研究组接受联合干预后,病人的负面情绪、夜间睡眠质量以及生活质量均明显下降,满意度分值明显升高,与对照组相比 $P<0.05$ 。

### 3 讨论

骨折术后康复关键在于促进肢端血运、预防肌肉组织萎缩、改善患肢运动功能<sup>[7]</sup>。根据患者病情实施阶段性的功能锻炼,可以强化患者的骨骼功能,加快骨折断端愈合速度。伴随临床护理学领域不断发展,护理理念也在不断革新,近些年康复护理理念逐渐得到临床骨外科医护人员的普遍认可<sup>[8]</sup>。康复护理是指对围手术期病人进行康复活动、心理、生理、饮食等方面的健康管理。研究中联合康复护理和功能锻炼,鼓励患者尽早下床活动,由被动训练逐渐转为主动训练<sup>[9]</sup>。结果显示,2组病人干预前功能锻炼整体评分较低,干预后研究组病人生理、心理两方面评分明显升高,功能恢复以及锻炼评分显著高于对照组, $P<0.05$ ;研究组病人在康复护理和功能锻炼双重干预下,卧床制动时间、排气、排便、住院时长明显缩短,术区疼痛分值明显降低 $P<0.05$ ;研究组接受联合干预后,病人的负面情绪、夜间睡眠质量以及生活质量均明显下降,满意度分值明显升高。说明联合干预可以提高疾病康复效率,预防长期卧床产生的并发症<sup>[10]</sup>。

综上所述,骨折联合功能锻炼、康复护理,可以帮助患者术后快速康复,缩短住院治疗时间,强化治疗效果。

### 参考文献

- [1] 吴莉莎.器械辅助功能锻炼在脊柱骨折术后患者康复护理中的应用效果[J].医疗装备,2022,35(10):142-144.
- [2] 袁斐.器械辅助功能锻炼联合骨折康复护理在骨折患者术后恢复中的应用价值[J].医疗装备,2022,35(6):171-173.
- [3] 缪凤艳.选择功能锻炼+康复护理对骨折患者进行干预的临床效果分析[J].名医,2021(17):148-149.
- [4] 谭春婷.骨折患者实施功能锻炼联合康复护理的效果[J].中国城乡企业卫生,2021,36(06):135-137.
- [5] 杨园园.康复护理功能锻炼路径对腰椎骨折患者术后功能恢复与生活质量的影响[J].基层医学论坛,2021,25(15):2162-2163.
- [6] 宋杨,朱姝.器械辅助功能锻炼结合骨折康复护理在骨折患者术后恢复中的应用[J].中国误诊学杂志,2021,16(04):365-367.
- [7] 沈淑红.功能锻炼结合骨折康复护理在临床中的应用研究[J].中国医药指南,2019,17(35):270-271.
- [8] 司珂,杨小燕,杜欣霖.儿童肘部骨折康复护理应用音乐功能锻炼引导疗效分析[J].实用医技杂志,2019,26(12):1635-1636.
- [9] 吴燕.功能锻炼结合骨折康复护理在临床中的应用价值分析[J].实用临床护理学电子杂志,2019,4(34):130.
- [10] 张卓,保丽丽,刘书贤.功能锻炼结合骨折康复护理在临床中的应用观察[J].现代养生,2019(14):124-125.

收稿日期:2022年9月26日

出刊日期:2022年10月28日

引用本文:蔡琼艳,功能锻炼结合骨折康复护理在临床中的应用观察[J].国际外科研究杂志,2022,5(3):50-52.

DOI: 10.12208/j.ijsr.20220086

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