

膝关节交叉韧带重建术后系统康复护理的效果

阿尔孜古力·吐尔逊

新疆喀什地区第一人民医院 新疆喀什

【摘要】目的 分析在膝关节交叉韧带重建术后开展系统康复护理的应用效果。**方法** 随机筛选 2023 年 5 月至 2024 年 5 月期间医院收治的膝关节交叉韧带重建术患者 80 例，将所有患者采取分组护理研究，分组方式为随机数字表法，共分成观察组与对照组，每组患者的人数为 40 例，对照组患者治疗期间给予常规护理，观察组患者则实施系统康复护理，将两种护理模式最终获得的临床效果进行对比分析。**结果** 观察组的护理服务质量以及患者依从性同对照组相比均已得到显著提升，术后患者疼痛程度轻于对照组，发生的并发症少于对照组，最终患者的膝关节功能恢复效果与对照组相比占优势，患者的生活活动能力与生活质量评分均高于对照组，($P < 0.05$)。**结论** 对膝关节交叉韧带重建术患者开展系统康复护理，可进一步提升临床护理服务质量，改善患者的负性情绪，提高患者的依从性，减轻患者术后的疼痛程度，减少并发症发生，提高患者膝关节功能恢复效果以及生活质量。

【关键词】 膝关节交叉韧带重建术；系统康复护理；效果分析

【收稿日期】 2024 年 8 月 16 日 **【出刊日期】** 2024 年 9 月 29 日 **【DOI】** 10.12208/j.jnm.20240443

Effect of systematic rehabilitation nursing after cruciate ligament reconstruction of knee joint

Alziguliulsun

The First People's Hospital, Kashgar, Xinjiang

【Abstract】Objective To analyze the effect of systematic rehabilitation nursing after cruciate ligament reconstruction of knee joint. **Methods** 80 patients with cruciate ligament reconstruction of knee joint admitted to the hospital from May 2023 to May 2024 were randomly selected, and all patients were divided into observation group and control group by random number table method, with 40 patients in each group. Patients in the control group were given routine care during treatment. Patients in the observation group were given systematic rehabilitation nursing, and the final clinical effects of the two nursing modes were compared and analyzed. **Results** The nursing service quality and patient compliance of the observation group were significantly improved compared with the control group. The postoperative pain degree of the patients was less than that of the control group, and the complications occurred less than that of the control group. The final knee function recovery effect of the patients was better than that of the control group, and the scores of the patients' activities of life and quality of life were higher than those of the control group ($P < 0.05$). **Conclusion** Systematic rehabilitation nursing for patients with cruciate ligament reconstruction of knee joint can further improve the quality of clinical nursing service, improve patients' negative emotions, improve patients' compliance, reduce patients' postoperative pain, reduce complications, and improve the effect of knee joint functional recovery and quality of life.

【Keywords】 Knee cruciate ligament reconstruction; Systematic rehabilitation nursing; Effect analysis

膝关节交叉韧带重建术是一种通过重建受损的膝关节交叉韧带来恢复膝关节稳定性和功能的手术方法。该手术通常用于治疗膝关节交叉韧带损伤，这种损伤可能导致膝关节不稳定、疼痛和功能障碍。手术过程中，医生会使用自体或异体组织来重建交叉韧带，以恢复其正常的解剖结构和功能。术后患者需要进行系统的

康复护理，包括物理治疗、康复训练和药物治疗等，以促进膝关节的恢复和功能提升^[1-2]。为此，我院对其患者治疗期间开展了系统康复护理，并将最终得到的护理效果进行了全面叙述：

1 资料与方法

1.1 一般资料

在 2023 年 5 月至 2024 年 5 月期间我院接收的膝关节交叉韧带重建术患者中,选取 80 例展开分组探究,并借助随机数字表法将其分成观察组与对照组,每组各 40 例。其中,观察组包含 22 名男性患者和 18 名女性患者,年龄范围处于 58 至 84 岁之间,平均年龄是 (71.00 ± 2.20) 岁;对照组的患者则有男 23 例、女 17 例,年龄最小为 58 岁、最大为 85 岁,年龄均值为 (71.50 ± 2.30) 岁。经过统计学分析,两组患者的临床一般性资料相互对比,结果显示 ($P > 0.05$),具备可比性。

1.2 方法

对照组患者给予常规护理,内容包括术后体位护理、切口引流管护理、生命体征监测和饮食护理。体位摆放正确可促进患肢恢复,减少肿胀。密切观察引流情况,保持引流通畅。定时监测生命体征,及时发现异常。给予清淡、易消化饮食,鼓励患者食用高蛋白、高维生素食物,促进伤口愈合。

观察组采取系统康复护理干预:

1) 术后早期护理:包括体温、血压、心率等,密切观察患者的生命体征变化。观察伤口有无红肿、渗血、渗液等情况,保持伤口清洁干燥。确保引流管通畅,观察引流液的颜色、量和性质,及时记录。

2) 疼痛管理:评估患者的疼痛程度。根据疼痛程度,选择合适的镇痛方法,如药物镇痛、物理镇痛。告知患者镇痛药物的使用方法、剂量和注意事项,避免药物不良反应的发生。

3) 患肢护理:将患肢抬高,高于心脏水平,以促进血液回流,减轻肿胀。根据手术情况,使用支具固定患肢,保持膝关节于伸直位或适当屈曲位。观察患肢的肿胀情况,可采用冷敷、加压包扎等方法减轻肿胀。

4) 康复训练:在医生的指导下,逐渐开始膝关节的被动和主动活动训练,增加关节活动范围。通过等长、等张收缩等方式,锻炼股四头肌、腘绳肌等肌肉的力量。进行平衡练习和协调性训练,提高身体的平衡能力和协调性。根据患者的恢复情况,逐渐增加训练强度和难度,避免过度训练导致损伤。

5) 物理干预:术后早期可采用冷敷减轻疼痛和肿胀,后期可改为热敷促进血液循环和组织修复。如经皮神经电刺激(TENS)、干扰电疗等,可缓解疼痛和促进肌肉收缩。有助于促进组织愈合和减轻炎症反应。

6) 个性化护理:向患者讲解康复的重要性和预期效果,提供康复信息和支持,增强患者的康复信心。关注患者的心理状态,及时发现和处理焦虑、抑郁等情绪问题,给予心理支持和安慰。告知患者复查的时间和地

点,提醒患者按时复查。包括伤口愈合情况、关节活动度、肌肉力量等,评估康复效果。根据复查结果,医生会给予进一步的康复指导和建议。建议患者摄入富含蛋白质、维生素和矿物质的饮食,以促进伤口愈合和身体恢复。保证患者充足的水分摄入,有助于维持身体正常代谢和血液循环。教导患者避免高危动作和运动,注意保护膝关节,预防再次受伤。提醒患者在日常生活中注意安全,如上下楼梯、走路等^[3]。

7) 出院指导:为患者制定出院后的康复训练计划,包括训练内容、强度和时间表。告知患者出院后的注意事项,如伤口护理、饮食、休息等。提供医生和护士的联系方式,以便患者在康复过程中遇到问题时及时咨询^[4]。

1.3 观察标准

1) 评分指标:内容包括两组护理管理质量与患者的依从性,评分使用自制调查问卷表,每项的分值为 10 分,分值越高则表示指标越好。

2) 术后疼痛:运用视觉模拟(VAS)量表评价,满分值 10 分,取得分值越低则表示疼痛越轻。

3) 记录对比两组患者术后发生的并发症情况。

4) 膝关节功能:采用 HSS 量表开展评价,满分值为 100 分,最终取得分值越高则表示功能恢复越好。

5) 生活活动能力:使用 MBI 量表进行评价,总分值 100 分,得分越高则表示生活活动能力越好。

6) 生活质量:运用 SF-36 量表实施评价,满分值为 100 分,总分值越高则表示生活质量越好。

1.4 统计学计算方法

处理使用 SPSS25.0 软件,两组的计量指标用 $(\bar{x} \pm s)$ 描述,另外行 t 检验,计数指标通过 n(%)描述,并且实施 χ^2 检验,最终数据对比后有统计学意义用 $P < 0.05$ 表示。

2 结果

护理前,组间各评分指标对比无显著差异 ($P > 0.05$);但同对照组护理后结果比较显示,观察组护理服务质量、患者依从性改善效果均占据优势,患者生活活动能力及生活质量也优于对照组,术后疼痛程度明显减轻,发生的并发症也较少,最终膝关节功能恢复效果占据优势 ($P < 0.05$),如表 1、表 2。

3 讨论

膝关节交叉韧带重建术是一种常见的膝关节手术,其作用是修复或重建膝关节交叉韧带,恢复膝关节的稳定性和功能。该手术通常用于治疗膝关节交叉韧带损伤,如撕裂或断裂等。

表1 组间各项指标对比详情 ($\bar{x} \pm s, \%$)

分组	n	护理服务质量/分		护理治疗依从性/分		膝关节功能/分	
		实施前	实施后	实施前	实施后	实施前	实施后
观察组	40	6.2±0.8	9.5±0.5	6.2±0.2	9.6±0.5	44.5±1.1	72.2±7.8
对照组	40	6.1±0.7	8.9±0.4	6.3±0.4	8.6±0.3	44.4±1.0	65.3±6.4
t 值		0.5949	5.9263	1.4142	10.8465	0.4254	4.3251
P 值		0.5536	0.0000	0.1613	0.0000	0.6717	0.0000

表2 两组临床指标对比情况 ($\bar{x} \pm s, \%$)

分组	n	生活活动能力(分)		生活质量(分)		疼痛程度/分	并发症/%
		实施前	实施后	实施前	实施后	实施后	实施后
观察组	40	58.6±5.1	91.6±7.4	60.5±4.5	91.2±6.8	4.2±0.4	1(2.5)
对照组	40	58.7±5.2	82.6±6.2	59.8±4.3	87.4±6.2	5.3±0.5	6(15.0)
t/x ² 值		0.0868	5.8960	0.7112	2.6116	10.8650	3.9139
P 值		0.9310	0.0000	0.4790	0.0108	0.0000	0.0478

膝关节交叉韧带重建术后的护理需求包括：伤口护理、疼痛管理、康复训练、饮食调理等。这些护理需求对于患者的康复非常重要，需要患者和家属的密切配合^[5-6]。为进一步提高患者术后康复效果，我院对其患者开展了系统康复护理，最终取得了较好的效果。术后系统康复护理是膝关节交叉韧带重建术后的一个重要环节，它注重于为患者提供一种全面、科学、个性化的康复护理方案。术后系统康复护理以患者为中心，根据患者的具体情况和需求，为患者提供个性化的康复护理计划。重建膝关节交叉韧带后，系统康复护理可减轻术后疼痛和炎症，增强关节稳定性和灵活性，改善肌肉力量和运动功能，预防并发症和二次损伤，促进患者早日恢复正常生活和工作。相比传统的护理模式，系统康复护理还具有更个性化、更全面、更科学的特点，可以根据患者的具体情况和需求，制定靶向性的护理方案，对患者康复情况定期评估，及时调整护理方案，从而提高患者依从性及康复效果^[7-8]。

综上所述，将系统康复护理应用于膝关节交叉韧带重建术患者中可获得较好的护理效果，能够有效促进患者的术后身体恢复，改善患者生活质量。

参考文献

[1] 徐鑫,孟令波.系统康复护理对膝关节交叉韧带重建术后患者关节功能恢复的影响[J].临床医药实践,2020,

29(5):393-395.
 [2] 葛小蒙.康复护理对关节镜下 ACL 重建术后膝关节功能康复的影响[J].河北北方学院学报(自然科学版),2020,36(4):31-32,34.
 [3] 王孝玉.膝关节前交叉韧带损伤重建术后阶段性系统康复锻炼效果观察[J].养生保健指南,2020,17(40):117-118.
 [4] 王海霞,常锐.膝关节镜下交叉韧带重建术早期康复护理[J].中国矫形外科杂志,2020,28(17):1627-1628.
 [5] 杨江飞,宋光芝,龙先容.关节镜下前交叉韧带重建术围手术期的康复护理措施及护理效果[J].东方药膳,2021,18(6):271.
 [6] 牛英,宋美.下肢康复机器人联合康复护理在膝关节前交叉韧带损伤重建术后康复中的应用效果分析[J].贵州医药,2022,46(11):1822-1823.
 [7] 李晓.早期康复护理干预在关节镜下前交叉韧带重建术后膝关节功能恢复中的影响[J].吉林医学,2023,44(11):3224-3227.
 [8] 崔佰红,顾海燕,耿桂灵,等.基于循证和德尔菲法构建膝关节镜下前交叉韧带重建术后本体感觉康复护理的训练方案[J].循证护理,2023,9(11):2032-2036.

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