

## 延续性护理对膝骨关节炎出院患者康复效果的影响

郭红玉

沧州市第四医院（南皮县人民医院） 河北沧州

**【摘要】目的** 探究延续性护理对膝骨关节炎出院患者康复效果的影响。**方法** 回顾本院 2021.7-2022.7 收治并顺利治疗出院的膝骨关节炎患者 60 例展开研究，以计算机单双数分组形式，将其中的 60 例纳入对照组，施行膝骨关节炎常规出院指导。其他 60 例纳入观察组施行出院后的延续性护理，对比两组患者出院时、出院后三个月的锻炼依从性；统计两组健康调查简表 SF-36 下，出院时、出院三个月、出院六个月的生活质量评分。统计两组出院三个月时的 Fugl-Meyer 评定量表肢体运动障碍等级。**结果** 观察组的锻炼依从性始终较高，对照组出院后的锻炼依从性降低，观察组生活质量指数逐渐提升，对照组也有所提升但速度较慢。观察组肢体运动障碍等级较低，对照组等级偏高，（ $P < 0.05$ ）。**结论** 膝骨关节炎需较长治愈时间，出院后患者应坚持训练促使骨关节活动障碍减轻，延续性护理可支持患者出院后仍旧维持运动，促使患者尽快康复，降低骨关节障碍影响，进而提升生活质量。

**【关键词】** 延续性护理；膝骨关节炎；康复效果

**【收稿日期】** 2023 年 1 月 18 日

**【出刊日期】** 2023 年 3 月 8 日

**【DOI】** 10.12208/j.cn.20230150

### Influence of continuous nursing on rehabilitation effect of discharged patients with knee osteoarthritis

Hongyu Guo

Cangzhou fourth hospital (Nanpi County People's Hospital) Cangzhou, Hebei

**【Abstract】 Objective** To explore the effect of continuous nursing on the rehabilitation of discharged patients with knee osteoarthritis. **Methods** 60 patients with knee osteoarthritis who were admitted and discharged from our hospital from July 2021 to July 2022 were reviewed and studied. 60 of them were included in the control group in the form of single and even computer grouping, and routine discharge guidance for knee osteoarthritis was performed. The other 60 cases were included in the observation group for continuous nursing after discharge, and the exercise compliance of the two groups at discharge and three months after discharge was compared; The quality of life scores of the two groups at the time of discharge, three months after discharge, and six months after discharge were calculated according to the health survey brief form SF-36. The grade of limb movement disorder in Fugl Meyer rating scale was calculated at the three months after discharge in the two groups. **Results** the exercise compliance of the observation group was always high, the exercise compliance of the control group was decreased after discharge, the quality of life index of the observation group was gradually increased, and the control group was also improved, but the speed was slow. The grade of Limb Dyskinesia in the observation group was lower than that in the control group ( $P < 0.05$ ). **Conclusion** knee osteoarthritis needs a long time to be cured. After discharge, patients should adhere to training to reduce the bone and joint movement disorder. Continuous nursing can support patients to maintain exercise after discharge, promote patients to recover as soon as possible, reduce the impact of bone and joint disorders, and then improve the quality of life.

**【Keywords】** continuous nursing; Knee osteoarthritis

膝骨关节炎属于慢性疾病，骨关节的功能恢复需要时间。该病致残率较高，经关节炎、疼痛、肿胀、功能活动度的治疗，可预防畸形，避免患者关节丧失功能，但出院后仍旧有较长的时间需要患者坚持锻炼，

加速康复，达到治疗后的理想活动效果。经临床研究发现，出院后因患者习惯差异，遵医嘱与锻炼行为的依从度不同，导致患者康复的效果差异大。因此认为膝骨关节炎出院后需给予患者延续性护理，满足系列

患者的需求,保障患者在家庭中或是保健服务机构中,因协调性、连续性的护理服务而得以最大限度的遏制骨关节障碍<sup>[1-5]</sup>。

本文从延续性护理的视角探究膝关节炎康复的相关影响,旨在为患者出院后自我管理、康复计划的实施提供借鉴。

## 1 资料与方法

### 1.1 一般资料

回顾本院 2021.7-2022.7 收治并顺利治疗出院的膝关节炎患者 60 例展开研究,以计算机单双数组形式,将其中的 60 例纳入对照组,施行膝关节炎常规出院指导。男 11 例、女 19 例,年龄为 24-66 岁,平均年龄为 45.69±7.85 岁。其他 60 例纳入观察组施行出院后的延续性护理,男 15 例、女 15 例,年龄为 23-64 岁,平均年龄为 49.35±8.35 岁。其中患者膝关节炎为单侧/双侧,采取手术/保守治疗无对比意义,患者基本资料无统计意义,  $P>0.05$ 。

纳入条件:无其他骨骼损伤;无畸形;无先天性发育不良;精神正常;可掌握锻炼动作自行活动;出院时肿胀、疼痛等基本消失。

排除条件:合并其他严重外伤;恶性肿瘤;畸形;先天残疾;精神病;不能独立锻炼;资料不全。

### 1.2 方法

#### 对照组:

出院一周内对患者进行电话随访,询问患者出院后的疼痛感受、运动感受,为患者提供锻炼指导、饮食建议、活动建议、镇痛建议。针对性的回答患者的疑问,可适当介绍疾病有关知识,对患者住院期间的情况进行简单汇总,促使患者对自身骨关节恢复进度有所了解。提示患者复查时间,鼓励患者遵医嘱服药,若患者在电话中表现出紧张或者焦虑,则应给予心理安抚,结合出院时患者的骨关节检查指标,促使患者放松<sup>[6-9]</sup>。

#### 观察组:

延续护理时间以三个月为一个周期,针对膝关节症状严重或合并有其他损伤的,可延长至六个月,前三个月为主要护理阶段,具体护理形式如下:

(1) 与患者积极沟通,建立电子信息档案,主治医生与患者加微信,可将患者拉进膝关节群中,在群中发布医生出诊信息、医院专家坐诊信息、讲座信息等,指导患者线上挂号,缩短患者复查的时间,具体说明复查的有关注意事项,提示患者做好相关准备(信息发布由骨科护士在群中完成)。为患者建立个

人的档案,详细记录切口长度、出院时恢复情况、恢复过程中意外状况如感染等,总结手术或保守治疗的流程与效果,对患者进行出院评估。后期随访围绕有关资料进行<sup>[10-12]</sup>。

(2) 提示患者在固定的时间来院换药、拆线,需明确推算患者复诊时间,复诊前三天以微信群、电话、短信等方式提示,应保护患者的隐私,在复诊提示中不显示隐私问题,简单明了概述即可。对换药、复查中的系列情况做好记录,便于下次随访参考。

(3) 每隔一周进行一次电话随访,列出问题单,针对患者住院期间的有关问题、主诉等分析患者较为关注的事项,结合问题单给予宣教,在电话中结合患者表述信息评估其恢复情况,录制有关训练视频发送到患者的手机上,提示家属监督患者运动,通话时语气温和、不抢答,患者表述后可进行简单总结,对于特别问题,如卫生问题、运动问题患者依从性不高的,应与家属做好协商工作。

(4) 膝关节炎中老年人居多,患者行动不便,心理压力也很大,访视中应分析患者是否存在心理问题,可适当询问患者家庭关系,针对孤独、抑郁的患者予以情绪疏导,可鼓励患者在群众打卡,没日运动后发送“今日运动目标完成”等信息,互相鼓励,对于无智能手机的老年人,需增加随访次数,帮助患者留存医院信息,鼓励患者主动咨询。

(5) 指导患者正确训练,避免出现机械性损伤,告知家属不宜过度负重训练,鼓励患者从行走、到快走逐渐增加运动负荷,训练后可结合自身的心率、出汗情况、疲劳度分析适合自己的运动量。对坚持运动的患者予以鼓励、赞扬,促使患者形成康复信心<sup>[13]</sup>。

### 1.3 观察指标

对比两组患者出院时、出院后三个月的锻炼依从性。

统计两组健康调查简表 SF-36 下,出院时、出院三个月、出院六个月的生活质量评分。

统计两组出院三个月时的 Fugl-Meyer 评定量表肢体运动障碍等级。

### 1.4 统计学处理

采取 Statistical Product and Service Solution 21.0 软件分析,评定资料计数检验的单位为  $\chi^2$ , 评定计量单位的检验单位为 t, 平均数  $\bar{x} \pm s$  (mean±standard deviation) 表示,以  $P<0.05$ 、 $P>0.05$  评定两组对比的统计学差异性。

## 2 结果

### 2.1 两组出院时与出院后的锻炼依从性对比

观察组出院时依从锻炼要求主动锻炼者 21 例, 在护士敦促下被动锻炼者 7 例, 不依从锻炼者 2 例。出院后三个月主动锻炼者 20 例, 在护士敦促下被动锻炼者 7 例, 不依从锻炼者 3 例。

对照组出院时依从锻炼要求主动锻炼者 21 例, 在护士敦促下被动锻炼者 8 例, 不依从锻炼者 1 例。出院后三个月主动锻炼者 14 例, 在护士敦促下被动锻炼者 11 例, 不依从锻炼者 5 例。

观察组患者出院前后依从率无明显变化, 对照组出院后患者依从性明显降低, 对比具有统计差异,  $P < 0.05$ 。

### 2.2 两组健康调查简表 SF-36 生活质量指数对比

观察组出院时评分为  $76.52 \pm 5.26$ 、出院三个月  $88.56 \pm 4.25$ 、出院六个月  $92.45 \pm 5.26$ ;

对照组出院时评分为  $74.59 \pm 6.85$ 、出院三个月  $81.27 \pm 3.95$ 、出院六个月  $89.56 \pm 6.74$ 。

观察组生活质量均高于对照组, 对比具有统计差异,  $P < 0.05$ 。

### 2.3 两组出院三个月时的 Fugl-Meyer 评定量表评分

观察组肢体运动障碍 I 级者 18 例、II 级者 8 例、III 级者 3 例、IV 级者 1 例。

对照组肢体运动障碍 I 级者 8 例、II 级者 11 例、III 级者 7 例、IV 级者 4 例。

观察组肢体运动障碍等级偏低, 对比具有统计差异,  $P < 0.05$ 。

## 3 讨论

在成年人中, 每年症状性膝骨关节炎的年发病率为 0.2%, 骨关节炎患者的发病率为 8.3%。因为该病会对患者的身体和活动功能产生一定的影响, 尤其是与步行等日常活动有关, 对此, 保证患者的生活质量非常重要。

膝骨关节炎主要分为两种类型: 原发性和继发性, 当患者接受临床护理时, 计划性的、反馈性的护理干预可能对患者的康复效果产生直接影响。膝骨关节炎主要影响患者的躯体能力与活动能力, 出院后日常的活动十分关键, 为避免患者出现病理性改变, 保护软骨不受损伤、缓解炎症并预防畸形, 应在延续性护理中, 询问患者的感受, 评估患者的恢复进度, 给予患者自我管理建议<sup>[14-15]</sup>。

在过去的诊断和治疗实践中, 康复理疗是主要的治疗方式, 并在相应的护理计划的帮助下为膝关节骨

性关节炎患者提供医疗服务。就其疗效而言, 这种治疗思路无需手术治疗即可逐渐恢复病情。但是, 住院医疗的实施效果与患者的健康需求还存在一定的差距。随着医学模式的创新, 护理延伸到居家环境中, 部分患者出院后转入康复理疗机构, 其康复方式可能与院内护理意见不统一, 延续性护理可保持与患者的沟通, 与患者家属、理疗机构人员进行协商, 确认适合患者的康复计划, 促使患者离院后仍旧能够获得医院较为正规的护理帮助, 约束患者的不良行为, 改善预后。根据本研究结果, 在日常护理的基础上, 要重视患者出院后的护理工作, 可提高患者的生活质量和康复效果。

考虑为患者及其家属提供可靠的健康指导服务渠道, 以实施持续的护理措施, 该方法在解决患者康复治疗活动中存在的问题方面, 效果显著。随着延续性护理的开展, 为患者提供心理支持、运动支持和其他方面的支持, 这是该护理计划取得更好结果的关键因素之一。因此, 相关医务人员在护理此类患者时可考虑进行延续性护理, 以确保康复效果。

## 参考文献

- [1] 赵文娟, 汪艳. 多维度中西医结合护理对膝骨关节炎针刀镜术后患者康复效果的影响[J]. 护理实践与研究, 2022, 19(7):1078-1081.
- [2] 陈姝利. 系统性康复护理指导对膝关节骨性关节炎患者康复效果的影响[J]. 饮食保健, 2020, 7(27): 226.
- [3] 张龔, 赵文娣. 康复护理干预对膝骨关节炎患者疼痛及膝关节功能恢复的影响[J]. 中国校医, 2020, 34(3):219-221.
- [4] 杨雪云. 基于 TTM 的延续性护理对老年膝关节炎患者依从性及生命质量的影响[J]. 世界最新医学信息文摘(连续型电子期刊), 2021, 21(19): 321-322.
- [5] 王露露. 康复护理干预对膝骨关节炎患者疼痛症状和膝关节功能恢复及生活质量的影响[J]. 饮食保健, 2020, 007(004):176.
- [6] 李冬梅, 顾频颀, 殷磊, 等. 延续性护理对膝骨关节炎出院患者康复效果的影响[J]. 解放军护理杂志, 2016, 33(17):4.
- [7] 韩敏, 郭慧芳. 延续性护理对膝骨关节炎出院患者康复效果的影响[J]. 中国保健营养, 2017, 27(030):218-219.
- [8] 林晓婷. 延续性护理对膝骨关节炎出院患者康复效果的影响[J]. 承德医学院学报, 2019, 36(1):3.

- [9] 秦绍芳. 延续性护理对膝骨关节炎出院患者康复效果的影响分析[J]. 2021.
- [10] 李树丽. 延续性护理对膝骨关节炎出院患者康复效果的影响[J]. 中文科技期刊数据库(全文版)医药卫生, 2021(7):2.
- [11] 付苑苑, 邵艳. 延续性护理在改善膝骨关节炎患者出院后康复效果中的作用[J]. 当代护士: 下旬刊, 2019, 26(4):3.
- [12] 赵艳. 延续性护理对膝骨关节炎出院患者康复效果的影响[J]. 2019.
- [13] 李松青. 延续性护理对膝骨关节炎出院患者康复效果的影响评价[J]. 医学食疗与健康, 2019(14):2.
- [14] 杨南方. 研究延续性护理对膝骨关节炎出院患者康复效果的影响[J]. 中国医药指南, 2018, 16(9):2.
- [15] GONG Ying, HUANG Lin. 膝骨关节炎患者出院后延续性护理的影响[J]. 双足与保健, 2019(011):000.

**版权声明:** ©2023 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**