



· 临床护理 ·

# 分析多元化护理康复锻炼在胫骨平台骨折中的应用效果

蒋晓霞 (上海长征医院 200003)

**摘要:**目的 分析多元化护理康复锻炼在胫骨平台骨折中的应用效果。方法 选取2017年7月至2018年7月我院收治的胫骨平台骨折患者87例,将87例患者分成两组,康复组44例,对照组43例,对照组采取常规护理,康复组患者采取多元化护理康复锻炼,分析两组患者的康复结果,来检验多元化护理康复锻炼在胫骨平台骨折中的应用效果。结果 对照组优良率为76.74%,明显低于康复组的93.18%,两组对比差异有统计学意义( $P < 0.05$ )。护理后两组患者的Lysholm评分均有所变化,且康复组改变更加明显( $P < 0.05$ ),有统计学意义。结论 多元化护理康复锻炼能够有效帮助胫骨平台骨折患者恢复膝盖功能,重塑患者信心,帮助患者更好更快的康复,值得临床应用。

**关键词:** 多元化护理 康复锻炼 胫骨平台骨折

**中图分类号:** R473.6 **文献标识码:** A **文章编号:** 1009-5187(2018)11-270-02

经济的发展使人们的生活节奏变快,在错综复杂的社会环境中,多种交通事故和高空作业人员坠落事件不断增加,使胫骨平台骨折患者逐年增多。胫骨平台骨折是指关节内骨塌陷、裂开或粉碎,使韧带和半月板严重受损并伴有水肿现象。胫骨平台骨折对膝盖造成严重创伤,如不尽快手术恢复,有可能造成永久性残疾,术后的恢复情况,也直接影响患者今后的工作和生活。所以对胫骨平台骨折患者进行多元化护理康复锻炼,帮助患者尽快恢复膝盖功能,是医院及医护人员的重要责任。本文通过选取2017年7月至2018年7月我院收治的胫骨平台骨折患者87例,分析多元化护理康复锻炼在胫骨平台骨折中的应用效果,详细内容见下文。

## 1 资料与方法

### 1.1 一般资料

选取2017年7月至2018年7月我院收治的胫骨平台骨折患者87例,将87例患者分成两组,康复组44例,交通事故患者22例,高空作业坠落患者22例,年龄20-50岁,平均年龄(35.5±7.4)岁。对照组43例,交通事故患者22例,高空作业坠落患者21例,年龄21-52岁,平均年龄(36.5±6.8)岁。对照组利用常规护理进行治疗,康复组采用多元化护理康复锻炼帮助患者进行治疗。两组患者均选取交通事故患者和高空作业坠落患者,伤情平均分配,年龄相差无几,一般资料没有差异( $P > 0.05$ ),可以进行对比。

### 1.2 护理方法

对照组患者术后依然采取常规护理方法,康复组患者术后及时进行多元化护理康复锻炼,具体操作方法如下:

1.2.1 心理疏导:胫骨平台骨折是由于膝盖部位遭到严重而猛烈冲击,导致关节内骨面严重受损。胫骨平台骨折患者大多有交通事故、高空作业坠落等经历,其心理创伤也很大。多元化护理康复锻炼的第一步,是对患者进行心理疏导,帮助患者走出阴影,积极配合治疗。

1.2.2 术后康复锻炼:术后1d到7d锻炼股四头肌,进行踝关节伸展锻炼,伸展及收缩以10秒为一次,以10次为一组,每天进行3组。术后7d到1个月,进行主动屈伸训练,膝关节屈伸角度保持在30度以内,匀速屈伸每天5到7次。术后1个月到3个月,对膝关节的屈伸训练进行强化,在患者感受疼痛以及疲劳范围内,增加膝关节屈伸活动量。以上训练,均结合按摩法,手心顺时针围绕患部轻轻旋转按摩,可以缓解术后锻炼造成的疼痛和疲劳感,还能起到活血化瘀,减轻水肿的作用。

### 1.3 观察项目和评价标准

观察两组患者护理后膝关节功能改善效果和两组患者护理后Lysholm评分。对护理后患者膝关节功能改善效果进行调查,分为优秀、良好,对比两组患者膝关节功能改善效果优良率;对两组患者护理后Lysholm评分进行对比,评分越高,

表示膝关节功能恢复越好。

### 1.4 统计学方法

本文的数据均录入至EXCEL表格中,采用SPSS21.0软件进行统计学分析;计数%表示,用 $\chi^2$ 检验;计量用( $\bar{x} \pm s$ )表示,t检验;“ $P < 0.05$ ”,视为有统计学意义。

## 2 结果

### 2.1 两组患者护理后膝关节功能改善效果对比

对照组优良率为76.74%,明显低于康复组的93.18%,两组对比差异有统计学意义( $P < 0.05$ )。结果见表1。

表1: 两组患者护理后膝关节功能改善效果对比 (n, %)

组别	例数	优秀	良好	总数	优良率(%)
康复组	44	20	21	41	93.18%(41/44)
对照组	43	15	18	33	76.74%(33/43)
$\chi^2$					9.1464
P					<0.05

### 2.2 两组患者护理前后 Lysholm 评分对比

护理前两组患者的Lysholm评分相比无显著差异,护理后两组患者的Lysholm评分均有所变化,且康复组Lysholm评分明显高于对照组Lysholm评分( $P < 0.05$ ),有统计学意义。结果见表2。

表2: 两组患者护理前后 Lysholm 评分对比 (分,  $\bar{x} \pm s$ )

组别	例数	术前	术后3个月
对照组	43	26.8±3.2	78.9±5.3*
康复组	44	27.5±4.1	96.3±3.2*&

注:与本组护理前相比\*  $P < 0.05$ ,与对照组护理后相比 &  $P < 0.05$ 。

## 3 讨论

胫骨平台骨折使膝关节组织严重受损,其病因是,受到外界的强大冲击力,对膝盖内关节造成严重创伤,一旦发生胫骨平台骨折,应该及时入院进行手术治疗,如果胫骨平台骨折患者不及时入院,或拖延治疗时间过长,会出现不同程度的并发症,如膝关节变形、关节炎症、关节松动等,拖延治疗时间过长,有可能造成永久性残疾。目前对胫骨平台骨折的手术治疗方法不一,切开复位内固定治疗任然是治疗胫骨平台骨折的主要方法,本文均采用此方法对患者进行手术治疗,通过分组对比,分析多元化护理康复锻炼在胫骨平台骨折中的应用效果。

胫骨平台骨折患者多经历交通事故或者高空作业坠落,对其心理造成严重影响,运用多元化护理康复锻炼,不但在其康复过程中起到良好护理作用,也能够在其心理疏导中,让患者放松心情,较少压力,充满信心。患者自信心的重塑,有利于其积极配合治疗,尽快康复。

本研究中发现,多元化护理康复锻炼对胫骨平台骨折患

(下转第271页)



# 呼吸科患者心理状态的调查及护理

洪 玫 同国玉\* (昆明医科大学第二附属医院呼吸内科三病区 云南昆明 650101)

**摘要:** 呼吸系统疾病多为常见病,且病变化多端,病程长,恢复慢,预后差。多数患者均有不同的心理变化,给病人和家属带来了很大的精神和经济负担。本文采用抑郁自评量表(SDS)和焦虑自评量表(SAS)及昆明医科大学第二附属医院患者入院评估表对2018年1月1日至3月31日呼吸科住院患者进行调查和分析。目的是更有针对性的落实护理措施,促进病人早日康复。

**关键词:** 呼吸科 心理护理

**中图分类号:** R473.5 **文献标识码:** A **文章编号:** 1009-5187(2018)11-271-01

目前,在以病人为中心的新型护理模式下,患者的心理护理已经成为整体护理的重要组成部分,在疾病的康复护理中起着不可缺少的作用,但由于呼吸科患者在患病后,社会角色的转变及陌生的住院环境,导致患者心理状态发生很大的变化,为了能及时了解患者的这一变化,使患者舒心接受治疗,调查如下:

## 1 一般资料

2018年3月1日至5月31日呼吸科住院患者140例,其中年龄小于50岁25例,50—70岁98例,大于70岁17例;自理能力:自理49例,部分依赖78例,完全依赖13例;情绪:镇静23例,悲哀39例,焦虑恐惧63例,抑郁13例,自伤倾向2例;对疾病的认识:完全明白30例,一知半解87例,完全不知23例;睡眠情况:正常18例,入睡困难72例,易醒多梦29例,服药21例;住院时间:平均12天(±5天)

## 2 方法

采用昆明医科大学第二附属医院患者入院评估表进行问卷,发放抑郁自评量表(SDS)和焦虑自评量表(SAS)由患者自评,主管护士指导患者住院当天及第三天进行,再由本文作者对患者的自评结果进行收集,统计,分析。

## 3 结果

经调查呼吸科患者的心理与多种因素有关,其中主要因素有年龄,自理能力,情绪,住院时间长短等有关,归纳为四点:

3.1 恐惧悲观心态:呼吸科患者对必要要的诊断方法和综合治疗措施不了解,在接受不熟悉的医疗操作中会产生恐惧和不安心理。部分需要长期治疗的慢性患者,由于症状重、生活质量下降,不能感受到病情的明显控制,会对疾病的预后感到悲观。

3.2 失去战胜疾病信心:呼吸系统疾病病程长、病情反复、药物疗效差。在反复治疗过程中,患者对疾病的发生、发展和预后均有不同程度的了解,对疾病的恢复缺乏信心。

3.3 急躁心态:由于疾病自觉症状明显,对预后情况不了解,会产生急躁及紧张心理。有些患者病情重、自理能力下降、担心疾病恶化,表现出烦躁情绪。部分患者对反复检查及治疗缺乏耐心,甚至产生抵触心理,会对医护人员的态度生硬粗暴。

\* 通讯作者:同国玉

3.4 孤僻抑郁心态:呼吸科患者预后差,少数患者表现闷闷不乐,对周围反应冷漠,对治疗缺乏信心,不能积极主动地配合治疗。

## 4 护理

4.1 建立良好的医患关系,增强患者信心:和诸的护患交往能激励患者对治疗和护理的信心,改善消极心理,增强向疾病作斗争的勇气。因此患者入院后,医护人员应自始至终对患者保持尊重、理解、同情、鼓励、关心和支持的态度,尊重患者,了解患者的需要,并尽可能给予满足。治疗工作认真负责,积极主动地与患者建立相互信任的人际关系,经常和患者谈心,多关心体贴患者,使其掌握疾病的发生规律。通过医护人员的态度、语言、行为等为有意识地影响响患者的感受,使其乐于接受治疗,树立战胜疾病的勇气。

4.2 护理人员应当经常与患者谈论一些患者感兴趣的话题,在同一病房内,鼓励患者与其他临近患者交流,尽量少让患者陷入孤独的局面,让家属参与患者的日常护理,关心理解患者,通过沟通,了解解患者主要心理情况,做到有的放矢。其严重程度与疾病本身性质有关。针对焦虑情绪的患者,应多给予疏导和人文关怀。使患者感受到关爱的存在。

4.3 针对患者提出的问题予以认真的解释,使患者了解自己的病情,告诉患者焦虑不安、急躁产生的不利影响,并进行放松训练(如:听音乐,腹式呼吸,简易保健操等)。使患者在较短的时间里消除或减轻这种心理,睡眠及饮食状况会有明显改善。

4.4 根据生物—心理—社会的医学模式实施人性化管理,加强与病人及家属的沟通,组织患者对疾病康复的交流,使他们建立良好的病友关系,树立战胜疾病的信心,增强回归社会的信心和决心,促进早期康复。

## 5 讨论

呼吸科患者的心理与多种因素有关,我们要细心观察病人的心理变化,通过动态评估,准确掌握不同患者的心理,针对性进行护理,使患者可以用积极的心态接受治疗,从而促进疾病的康复。

## 参考文献

[1] 赵彩云.老年患者心理特点与护理沟通[J].中国冶金工业医学杂志,2011,28(4):32—34.

[1] 杨英杰.多元化护理康复锻炼在胫骨平台骨折中的应用效果分析[J].中国伤残医学,2018,26(4):77—78.

[2] 姜云燕,孙红侠.多元化护理康复锻炼在胫骨平台骨折中的应用效果分析[J].心理医生,2017,23(19):276—277.

[3] 侯纪莲,李春.多元化护理康复锻炼在胫骨平台骨折中的应用效果[J].河北医学,2016,22(5):857—859.

[4] 刘美铃,黄雪平,吴翔燕等.多元化护理康复锻炼方法运用于胫骨平台骨折疾病患者治疗中的效果探讨[J].中外医学研究,2017,15(31):157—158.

(上接第270页)

者术后的恢复起到良好的护理作用,通过临床对比两组胫骨平台骨折患者术后恢复情况,发现康复组患者通过多元化护理康复锻炼,在术后无论是膝关节改善效果,还是Lysholm评分,均明显优于对照组( $P < 0.05$ ),有统计学意义。

综上所述,多元化护理康复锻炼在胫骨平台骨折中的应用效果明显,能够有效帮助胫骨平台骨折患者尽快恢复膝盖功能,值得医学借鉴。

## 参考文献