

快速康复在肩袖损伤护理中的应用

迟立平

唐山市第二医院 河北唐山 063000

【摘要】目的 分析快速康复在肩袖损伤护理中的运用。**方法** 选择我院收治的 92 例接受关节镜手术的肩袖损伤患者为研究对象, 分成对照组与康复组, 分别给予患者常规护理、快速康复护理。**结果** 康复组术后疼痛状况及住院时间均优于对照组 ($P < 0.05$); 康复组护理后肩关节功能及焦虑情绪评分均优于对照组 ($P < 0.05$)。**结论** 快速康复用于肩袖损伤患者, 可缓解其术后疼痛, 促进患者肩关节功能的恢复。

【关键词】快速康复护理; 肩袖损伤; 肩关节功能

【中图分类号】R473.6

【文献标识码】A

【文章编号】1005-4596 (2020) 02-130-02

前言:

作为常见肩关节疾病, 肩袖损伤以肩关节活动受限、疼痛为主要表现^[1]。目前临床主要采用关节镜手术治疗这类疾病, 但经手术治疗重建肩关节后, 术后肩关节需经较长一段时间方可恢复至正常状态。上述状况对肩袖损伤关节镜手术患者的围术期护理提出了较高的要求。快速康复护理是一种以促进术后康复为主要目标的干预方法。为判定其价值, 本研究主要针对 92 例患者进行分析:

1 资料与方法

1.1 一般资料

选择我院于 2018 年 3 月-2019 年 10 月收治的 92 例肩袖损伤患者为研究对象。所有患者均行关节镜手术治疗。随机分成对照组 (45 例) 和康复组 (47 例)。对照组男 27 例, 女 18 例; 年龄 (42.9 ± 15.6) 岁。康复组男 29 例, 女 18 例; 年龄 (42.7 ± 15.5) 岁。差异无统计学意义。

1.2 方法

对照组接受常规护理。康复组实施快速康复护理: (1) 术前快速康复。①术前宣教。术前以通俗易懂的语言, 向肩袖损伤患者介绍快速康复护理的优势及作用价值, 引导患者积极配合护理工作。②术前准备。分别于术前 6h、术前 4h, 给予肩袖损伤患者禁食、禁饮处理。(2) 术后快速康复。①镇痛干预。自肩袖损伤手术患者主诉出现疼痛症状起, 采用视觉模拟评分法评估患者的疼痛程度。对于伴中、重度疼痛者, 遵医嘱使用镇痛药物, 并从想象放松训练 (想象肩关节完全恢复后自由活动的情境)、音乐疗法等措施中选择多种方法, 共同缓解肩袖损伤患者的痛苦体验。对于伴轻度疼痛者, 向其介绍其他肩袖损伤患者关节镜术后恢复状况, 转移其注意力。②心理支持。肩袖损伤手术患者的肩关节功能康复恢复期较长, 患者容易因肩关节活动受限、担忧影响正常工作及生活等, 而形成负性情绪。对此, 可于发现肩袖损伤患者伴负性情绪后, 早期给予患者心理支持。即借助同类型疾病患者的康复经历消除患者的不必要担忧, 并引导患者家属加强对肩袖损伤手术患者的照顾, 利用温馨、和谐的家庭氛围进一步改善肩袖损伤患者的负性情绪。③早期功能锻炼。自患者麻醉消失 8h 起, 引导肩袖损伤患者早期进行功能锻炼。初期锻炼应佩戴外展支具保护, 引导肩袖损伤患者进行肩关节被动牵拉、外旋锻炼; 术后 6 周起, 实施肩关节功能主动锻炼, 告知患者可采用滑棍、

肩梯等辅助锻炼肩关节功能; 术后 12-13 周, 引导肩袖损伤患者增加每日训练量, 借助体操、游泳等综合性运动, 提升肩关节灵活性、协调性, 进一步改善肩关节功能。

1.3 统计学方法

以 SPSS22.0 软件统计。 $P < 0.05$: 差异有统计学意义。

2 结果

2.1 术后恢复速度

对照组术后第 3d 疼痛 (5.72 ± 1.94) 分, 高于康复组 ($P < 0.05$); 对照组住院时间 (8.59 ± 1.97) d, 长于康复组 ($P < 0.05$)。

表 1: 术后恢复速度 [$\bar{x} \pm s$]

组别	例数	术后第 3d 疼痛评分 (分)	住院时间 (d)
对照组	45	5.72 ± 1.94	8.59 ± 1.97
康复组	47	4.06 ± 1.39	6.62 ± 1.54
t	-	2.58	2.91
P	-	< 0.05	< 0.05

2.2 肩关节功能及焦虑情绪变化

护理后, 对照组肩关节功能 (24.19 ± 3.17) 分, 低于康复组 ($P < 0.05$); 对照组焦虑情绪 (48.59 ± 4.16) 分, 高于康复组 ($P < 0.05$)。

表 2: 肩关节功能及焦虑情绪变化 [分, $\bar{x} \pm s$]

组别	例数	肩关节功能		焦虑情绪	
		护理前	护理后	护理前	护理后
对照组	45	20.26 ± 2.95	24.19 ± 3.17	53.11 ± 5.72	48.59 ± 4.16
康复组	47	20.24 ± 2.90	28.06 ± 3.02	53.19 ± 5.68	44.62 ± 3.58
t	-	0.11	4.62	0.16	4.31
P	-	> 0.05	< 0.05	> 0.05	< 0.05

3 讨论

近年来, 随着关节镜手术在肩袖损伤治疗中的普及, 患者的围术期护理管理工作, 逐渐成为人们的关注重点之一。根据既往经验, 肩袖损伤关节镜手术患者围术期护理工作所面临的困难较多, 原因在于: 肩袖的解剖结构相对复杂, 肩袖损伤的形成恢复患者肩关节结构、功能产生极大影响。经关节镜手术重建肩关节后, 患者可能因肩关节功能恢复较慢、担忧康复不佳等, 而产生负性情绪、不依从行为, 进而影响肩关节活动功能的恢复。

快速康复护理以促进患者的术后康复为主要目标, 该方法主张针对所有影响患者术后康复的因素, 分别确立恰当的干预措施, 以保障其术后康复状况^[2]。将其用于肩袖损伤关节镜手术患者, 该方法可利用术前宣教措施提升肩袖损伤对快速康复护理工作的配合度; 借助镇痛干预措施缓解患者的术后疼痛及负性情绪; 运用早期功能锻炼, 加速肩袖损伤患者

作者简介: 迟立平 (1982.05--), 性别: 女, 籍贯: 河北省沧州市, 学历: 本科, 毕业于承德医学院, 现有职称: 主管护师, 研究方向: 护理。

肩关节功能的恢复。

肩袖损伤患者的围术期护理中,快速康复护理方法的应用优势体现为:(1)缓解术后疼痛。关节镜手术的创伤性特征,会导致肩袖损伤患者产生应激反应,并产生较为严重的术后疼痛问题。如未能合理纠正患者的术后疼痛,这一问题可能会影响患者的术后锻炼依从性。引入快速康复护理后,这一方法则可参照肩袖损伤患者的术后疼痛程度,运用不同的镇痛措施,缓解患者的痛苦体验。本研究证实:康复组术后第3d疼痛(4.06±1.39)分,低于对照组(P<0.05)。(2)纠正不良情绪。实施关节镜手术治疗期间,肩袖损伤患者极易因担忧肩关节功能恢复、担忧手术效果不佳等而产生焦虑情绪。快速康复护理模式下,护理人员可参照促进患者的术后康复这一目标,利用术前宣教、术后镇痛干预等措施,抑制可引发患者情绪变化的因素,维持其情绪状态的相对稳定。本研究证实:护理后,康复组焦虑(48.59±4.16)分,低于对照组(P<0.05)。(3)促进术后康复。肩袖损伤关节镜手术患者的术后康复期较长。常规护理中的健康宣教、体位

护理等措施对患者术后康复的支持作用有限。而相比之下,快速康复护理则针对可影响肩袖损伤患者术后康复的因素:依从性不足、负性情绪、术后疼痛、锻炼不足等,采用镇痛干预、术前宣教及早期功能锻炼措施,为肩袖损伤患者的术后康复提供可靠支持。本研究证实:康复组护理后肩关节功能(28.06±3.02)分、住院时间(6.62±1.54)d,均优于对照组(P<0.05)。

综上所述,宜于肩袖损伤患者的围术期护理中,推行快速康复护理,以改善患者的不良情绪及疼痛症状,为患者肩关节功能的康复提供支持。

参考文献

- [1] 郑锐,王越,饶尧.快速康复理念在肩关节镜治疗肩袖损伤术后护理中的应用[J].实用临床护理学电子杂志,2019,4(24):137-138.
- [2] 胡文静,古喜红,万文璐,等.快速康复理念在肩关节镜治疗肩袖损伤术后护理中的应用[J].海军医学杂志,2018,39(05):467-469.

(上接第127页)

复,要考虑患者身心状况,提供针对性的护理干预,保持护理内容符合个人所需,提升患者与家属治疗护理的配合度,保持和谐的互动关系,减少不良事件发生率。

综上所述,老年心肌梗死支架手术中运用护理干预后可以有效的减少术后并发症,提升患者的护理满意度,整体治疗恢复效果更为明显。

参考文献

- [1] 余道美.临床护理路径降低急性心肌梗死支架手术

后并发症效果观察[J].实用临床护理学电子杂志,2017,2(21):113,115.

- [2] 王红梅.急性心肌梗死支架术后的护理疗效观察[J].大家健康(下旬版),2018,12(2):249.

- [3] 张红.急性心肌梗死急诊PTCA及支架植入术后的护理体会[J].中国医药指南,2018,16(5):252-253.

- [4] 王秀平.急性心肌梗死急诊经皮冠状动脉支架植入术后的护理效果观察[J].临床医药文献电子杂志,2018,5(91):106-107.

(上接第128页)

人员能够充分掌握高龄产妇的临床护理要点,增强了护理人员的综合护理能力;并建立患者个人档案以及通过风险评估,制定有针对性的延续护理方案,因此提高了护理的有效性及准确性;在护理过程中通过微信平台定期开展健康教育讲座以及心理干预,从而有效缓解产妇不良心理状态,增强了产妇的日常自我照护水平;并通过加强产后护理干预及定期回访,及时纠正患者日常生活中存在的相关护理问题,从而提高产妇身体恢复速度^[3]。

由上可知,延续护理对提高高龄产妇日常自我护理能力、

改善产妇不良心理状态以及确保母婴安全起到了重要性作用。

参考文献

- [1] 李连娣,朱文平,谢伟珍,等.延续性护理服务在高龄剖宫产产妇中的应用[J].护理实践与研究,2017,14(15):153-154.

- [2] 何莉.延续性护理服务模式在高龄产妇护理中的应用效果[J].心理医生,2018,24(17):255-256.

- [3] 李连娣,朱文平,谢伟珍,孔理丹,曾运娥.延续性护理服务在高龄剖宫产产妇中的应用[J].护理实践与研究,2017,14(15):153-154.

(上接第129页)

综上,在初产妇中使用产褥期健康宣教与护理干预,有利于促进子宫复旧,恶露分泌,减少并发症发生率,值得临床使用和推广。

参考文献

- [1] 王竹青,韩萍,潘太健,金霞,朱晓红.延续护理对产褥期妇女健康状况的影响[J].现代生物医学进展,2016,16(05):936-939+929.

- [2] 曾六萍,黎珊珊,李君.产妇产褥期健康教育采

用歌谣式宣教卡的效果研究[J].检验医学与临床,2016,13(16):2326-2328.

- [3] 李开秀,易萍.上门随访结合电话回访对初产妇产褥期纯母乳喂养的影响研究[J].当代护士(下旬刊),2018,25(01):139-141.

- [4] 胡莎莎.兰州市初产妇产褥期母亲角色适应状况及影响因素分析[D].兰州大学,2018.

- [5] 蔡舒,黄文欢,江泽英,梁卫第.产褥期妇女对产褥期饮食与活动知识的认知状况及健康教育调查分析[J].全科护理,2015,13(14):1356-1358.