

# 改良式冰敷护理在骨科关节运动损伤临床应用的观察

肖凤玲

湖南益阳桃江县人民医院骨科 湖南益阳 413400

**【摘要】目的** 观察改良式冰敷护理在骨科关节运动损伤临床应用效果；**方法** 根据治疗方式将我院收治的 90 例骨科关节运动损伤患者纳入对照组（n=45）与观察组（n=45），对照组实施常规护理方式，观察组实施改良式冰敷护理，比较两组护理前后中医症候积分，以及疼痛程度等级；**结果** 两组中医症候积分比较，护理前两组无明显差异（ $P > 0.05$ ），护理后均显著改善，两组差异无统计学意义（ $P < 0.05$ ）；**结论** 在对骨科关节运动损伤患者进行护理中，采用改良式冰敷护理，能够改善患者骨损伤症状，利于缓解患者疼痛程度，相比于常规护理方式，改良式冰敷护理在临床中具有更高应用价值，值得推广使用。

**【关键词】** 改良式冰敷护理；骨科；关节运动损伤

**【中图分类号】** R473

**【文献标识码】** A

**【文章编号】** 1000-8039 (2021) 05-163-02

骨科关节运动损伤患者存在局部肿胀、疼痛等表现，会对患者正常运动功能以及日常生活产生较大影响。为帮助患者病情快速改善，临床中需要采用适合方式进行治疗，并配合使用相应护理措施，提升对患者病情干预效果。近年来，在对骨科关节损伤患者进行护理期间，临床中开始使用冰敷护理，同时为提升对损伤处护理效果，弥补传统冰敷方式使用中存在的不足，应对冰敷带进行重新设计与调整，并采用改良式冰敷措施，提升对患者肿胀、疼痛等症状改善效果，以此促使患者快速恢复<sup>[1]</sup>。本次研究将我院收治的 90 例骨科关节运动损伤患者作为研究对象，根据护理方式进行分组后，并对两种护理方式使用结果进行比较，探讨改良式冰敷护理措施应用效果，具体分析如下。

## 1 资料及方法

### 1.1 一般资料

本次研究将我院收治的 90 例骨科关节运动损伤患者作为护理研究对象，根据护理方式进行分组，分组后建立对照组与观察组，每组均 45 例，其中，对照组：男 25 例，女 20 例，年龄 14~57 岁，平均年龄（ $32.26 \pm 5.67$ ）岁，病程 1~10 周，平均病程（ $4.62 \pm 0.57$ ）周；观察组：男 24 例，女 21 例，年龄 15~56 岁，平均年龄（ $32.31 \pm 5.70$ ）岁，病程 2~9 周，平均病程（ $4.70 \pm 0.601$ ）周；两组患者基线资料差异无统计学意义（ $P > 0.05$ ）。

### 1.2 方法

对照组：实施常规护理方式，观察患者骨骼损伤状况以及临床症状，并给予患者止痛、抗炎等药物进行疼痛、感染防控，并向患者详细说明骨损伤相关知识以及治疗方式，提升患者疾病康复方式掌握程度。

观察组：在对照组基础上实施改良式冰敷护理。具体护理

（1）选取制作冰袋：选择弹性较好与冷溶性高，保冷性强、接触面积大以及易固定材料进行消毒灭菌处理，以此保证冷疗效果。根据患者护理需要，自行设计冰袋固定带，冰袋固定带以长方形双层棉质布为材料，布带两端设计母子搭扣，并以患肢损伤位置状况为依据进行大小调节，并将冰水混合物冰袋放入制备好的冰袋固定带中。（2）冰袋冷敷护理：帮助患者维持骨骼相对固定状态，使用纱布和毛巾将冰袋包裹住，放置于损伤位置，并在皮肤温度降低后进行冰敷位置更换，使用细带进行固定压迫，并严密观察患者冰敷状况，掌握其体温、肿胀、远端血运以及末梢神经感知等（3）冰敷注意事

项：为保证护理方式作用效果，应先做好防冻措施，确保可实现持续不间断冰敷；观察冰袋温度，冰块融化及时更换；对术后尚未清醒者要密切观察，防止出现冻伤；若对低温较为敏感或局部存在感觉障碍应慎用该护理方式；同时布套底部予护理棉垫吸收冰袋外冷凝水；若患者出现疼痛等不适感，以及青紫和感觉异常，即刻停止冰敷，并进行相应处理，防止对患者机体造成严重损伤。

### 1.3 观察指标

（1）中医症候积分：根据“骨与关节损伤的诊断依据与治疗原则”中各项症状进行确定<sup>[2]</sup>，最高分为 25 分，评分越低患者恢复状况越理想。（2）疼痛程度评分：评分标准参考视觉模拟评分法（VAS），对疼痛进行等级划分。0 级：0 分，表示无任何疼痛；1 级：1~3 分，表示疼痛轻微；4~6 分表示疼痛较明显且尚可忍受；2 级：7~9 分，表示疼痛严重；3 级：10 分，表示疼痛剧烈且难以忍受。

### 1.4 统计学方法

本次研究中获取的数据，均采用 SPSS20.0 统计学软件进行统计学分析，计数资料用数（n）和率（%）表示，比较采用  $\chi^2$  检验。以  $P < 0.05$  为差异有统计学意义。

## 2 结果

### 2.1 两组患者中医症候积分比较

护理前两组中医症候积分差异不明显（ $P > 0.05$ ），护理后观察组低于对照组，两组差异具有统计学意义（ $P < 0.05$ ），详见表 1。

表 1：两组患者中医症候积分比较（ $\bar{x} \pm s$ ，分）

| 组别  | 例数 | 护理前          | 护理后 1 周     | 护理后 2 周     |
|-----|----|--------------|-------------|-------------|
| 观察组 | 45 | 14.69 ± 2.36 | 6.28 ± 0.79 | 1.25 ± 0.59 |
| 对照组 | 45 | 14.71 ± 2.37 | 9.55 ± 0.81 | 6.79 ± 1.54 |
| t   | -  | 0.040        | 19.387      | 22.535      |
| P   | -  | 0.968        | 0.000       | 0.000       |

### 2.2 两组患者疼痛程度比较

两组患者 0~1 级与 2~3 级疼痛程度差异显著（ $P < 0.05$ ），详见表 2。

## 3 讨论

骨科关节运动损伤是临床中常见骨科疾病，该病与患者运动方式不合理等相关，此类疾病对患者肢体功能、运动能力，均会在不同程度上产生影响，且疾病会产生一定疼痛，会使患者产生严重不适感，影响其日常生活质量水平。为帮助患

者快速康复,改善其临床症状,不仅应采用适合方式进行治疗,采用手术等方式直接解决关节损伤,而且还应重视对相应护理措施应用,结合患者骨关节损伤后临床表现,给予其常规基础护理,并落实对症处理,促使其临床症状快速消除,加快其病情改善速度<sup>[3]</sup>。目前,临床已经开始使用冰敷方式进行治疗,但传统冰敷方法,因其硬度大、难以和创伤位置良好贴合且接触面积小、稳定性不足,若未能做好对冰袋固定工作,易导致其出现下滑,且需要经常进行更换,使用周期较短,而为提升对患者临床症状改善效果,需要改变传统冰敷方式中存在的不足,并通过查阅相关文献资料,对传统冰袋进行改良,选择弹性较好、冷溶性高、保冷性强、接触面积大和易固定材料,自行设计冰袋固定带,布带两端设计母子搭扣,根据大小调节,可提升对患者伤处冰敷效果<sup>[4]</sup>。

本次护理研究结果显示,两组中医症候积分比较,护理前组间评分差异不明显( $P > 0.05$ ),护理后均明显改善,两组相比,观察组评分明显高于对照组( $P < 0.05$ ),观察组 0-1 级与 2-3 级疼痛程度存在明显差异( $P < 0.05$ ),此次研究结果说明,在对骨科关节运动损伤患者进行护理中,采用常规护理方式可起到一定改善作用,但作用有限,而联合使用改良式冰敷护理后,利于改善患者临床症状,可有效缓解患者疼痛程度。

(上接第 161 页)

响到治疗效果。对慢性支气管炎患者实施健康教育非常必要,能通过心理干预、生活方式指导、呼吸训练、疾病宣教、深呼吸和有效咳嗽指导、出院指导等措施增进患者对相关健康知识的认知,保持积极乐观的心态,规范行为习惯,积极配合治疗和护理工作,利于提升治疗效果,并加快康复进程,缩短住院时间,减轻家庭经济压力<sup>[3]</sup>。健康教育是一项科学的护理方法,能满足患者的护理需求,利于疾病的治疗,但同时也对护理人员提出了更高的要求,要求其树立“以患者为中心”的服务观念,不断提升专业水平和沟通能力,提升健康教育的质量和效率<sup>[4]</sup>。

本次实验证实,在对慢性支气管炎患者实施健康教育后,其治疗效果显著提升,总有效率高达 94.3%,肺动脉高压、阻塞性肺气肿、肺源性心脏病等并发症的发生率显著降低,以

(上接第 162 页)

方法。叮嘱患者按时吃药,戒烟戒酒。嘱咐患者尽量少进行容易引起情绪较大波动的活动,如打麻将、下棋等,避免精神紧张,情绪激动。让患者保持心平气和,尽量少生气。同时叮嘱患者要养成良好的生活习惯,避免过度劳累。

随时时代的发展和社会的发展,在人们生活水平逐渐得到改善的情况下,人们的精神水平也相应的得到了提高,随之而来的是人们对于内科护理水平的要求也逐渐的开始提高。在所有的护理工作中,内科护理是一项对专业性要求较高且护理知识较综合的护理工作,尤其是在护理的过程中,对于护理人员的要求更加严格。对于当代的护理人员来说,如何让提高患者的满意度、提高患者的安全度以及对服务流程进行已经成为了护理工作中的永久性的课题。提高内科老年病心学护理水平,可以将护理的质量有效的提高,对治疗过程中的护理提供了有效的保障,提高了医患之间的和谐度。提

综上所述,将常规护理方式应用于骨科关节运动损伤患者干预中,能够在一定程度上缓解患者症状,而实施改良式冰敷护理,能够提升对患者治疗效果,可改善疼痛等级。

#### 参考文献:

- [1] 曾晓蓬,杨琴.生物冰袋冷敷在全膝关节置换术护理中的应用[J].透析与人工器官,2020,31(03):92-93+96.
- [2] 唐康来,许建中.Lisfranc 关节损伤诊断与处理原则[J].中华创伤杂志,2010,26(012):1060-1063.
- [3] 吴晓峰,刘大雄.骨与关节损伤的诊断依据与治疗原则[J].人民军医,2004,47(2):104-107.
- [4] 秦丹,史占军,包良笑.全膝关节置换术后持续与间断冰敷方法临床效果的比较[J].中国实用护理杂志,2016,32(023):1791-1794.

表 2: 两组患者疼痛程度比较 (n, %)

| 组别       | 例数 | 疼痛等级 (分)   |            |            |           |
|----------|----|------------|------------|------------|-----------|
|          |    | 0 级        | 1 级        | 2 级        | 3 级       |
| 观察组      | 45 | 20 (44.44) | 22 (48.89) | 2 (4.44)   | 1 (2.22)  |
| 对照组      | 45 | 10 (22.22) | 15 (33.33) | 14 (31.11) | 6 (13.33) |
| $\chi^2$ | -  | 25.092     |            | 16.879     |           |
| P        | -  | 0.000      |            | 0.000      |           |

上数据相比于仅采用常规护理的患者差异明显, $P < 0.05$ ,本次试验结果类似于白海芬<sup>[5]</sup>的实验结果。可见,健康教育在慢性支气管炎患者护理中具有积极的应用价值,值得推广。

#### 参考文献:

- [1] 林煜华,贺舰灵.系统健康教育在慢性支气管炎护理中的作用[J].内科,2013,8(4):448-448.
- [2] 常明凤.健康教育在慢性支气管炎患者护理中的应用[J].实用心脑血管病杂志,2012,20(2):319-320.
- [3] 常晨曦.健康教育在慢性支气管炎患者护理中的临床价值分析[J].中国保健营养旬刊,2012,22(9):3487-3487.
- [4] 孙攀.系统健康教育在慢性支气管炎护理中的作用[J].临床医学研究与实践,2016,1(4):89-89.
- [5] 白海芬.健康教育在慢性支气管炎患者护理中的临床应用效果[J].中国医药指南,2016,14(29):245-246.

供内科老年病心血管护理水平,与护理人员的综合素质、护理技术以及工作能力的提高有着极为密切的关系。

#### 参考文献:

- [1] 王春霞.探讨心血管内科护理人员的压力和应对措施[J].中国美容医学,2010,19(25).
- [2] 董艳丽,朱莉,刘涤.心血管内科患者的护理及质量管理[J].中国实用护理杂志,2009,25(36).
- [3] 李继珍.心血管疾病中老年病人异常心理特征分析及护理干预[J].现代护理,2002,8(12).
- [4] 刘滢.性格色彩学分析结合合理情绪疗法在老年心血管病患者心理护理中的效果评[J].实用老年医学,2015,29(6).
- [5] 梁少琼.家庭病床护理模式在高血压老年患者用药依从性及血压控制中的应用价值[J].吉林医学,2015,36(12).
- [6] 刘莉.舒适护理在老年心血管病人中的应用[J].护理实践与研究,2013,10(7).