

基于快速康复理念的腰椎骨折术后护理效果分析

刘 容 李 静 徐 静 王 丽

西部战区总医院骨科 610083

【摘要】目的 探讨基于快速康复理念的腰椎骨折术后护理效果。**方法** 收集整理 2024 年 3 月至 2025 年 3 月期间接收的 106 例腰椎骨折手术患者案例，随机分为基础组与快速组，每组均为 53 例，基础组运用常规护理，快速组运用快速康复理念护理，分析不同护理操作后患者术后康复状况情况。**结果** 快速组在术后康复速度上，各项明显少于基础组 ($p < 0.05$)；快速组在术后并发症发生率方面为 3.77%，比基础组的 24.53% 明显更低 ($p < 0.05$)。**结论** 快速康复理念应用在腰椎骨折术后护理后，可以有效降低患者并发症发生率，加快患者康复速度，整体情况更好。

【关键词】 快速康复理念；腰椎骨折；术后护理；效果

【中图分类号】 R473

【文献标识码】 A

【文章编号】 2095-9753 (2025) 10-106-02

快速康复理念通过多学科合作、优化术前准备、术中管理及术后康复，旨在降低术后并发症，缩短住院时间，加速患者术后康复。在腰椎骨折术后护理中，实施快速康复理念需要在术后护理的多个方面进行优化和改善。本文采集 106 例腰椎骨折手术患者案例，分析运用快速康复理念术后护理的效果，具体如下：

1 资料与方法

1.1 基本资料

收集整理 2024 年 3 月至 2025 年 3 月期间接收的 106 例腰椎骨折手术患者案例，随机分为基础组与快速组，每组均为 53 例，基础组中，男：女=27：26；年龄从 41 岁至 67 岁，平均 (56.28 ± 4.27) 岁；快速组中，男：女=29：24；年龄从 42 岁至 69 岁，平均 (57.14 ± 3.97) 岁；两组患者在基本年龄、性别有关信息上不存在明显差异，有对比研究价值。

1.2 方法

基础组运用常规护理，快速组运用快速康复理念护理，具体如下：

术前教育是快速康复的重要组成部分。在腰椎骨折手术之前，护理人员应向患者及其家属详细解释手术过程、术后护理计划及快速康复理念的基本内容，使患者了解自身所需配合的措施和预期效果，从而提高术后积极参与康复的意愿和信心。

术后早期活动是快速康复理念的核心之一。传统观念通常建议术后尽量卧床休息，实际上，适当的早期活动有助于促进血液循环、防止血栓形成和减少肌肉萎缩。术后护理应在患者病情允许的情况下，尽早协助患者进行床上活动，逐步过渡到床旁站立和短距离行走。护理人员需密切观察患者的生命体征和疼痛情况，根据患者具体情况进行活动方案的调整。

疼痛管理是另一个关键的护理环节。充分的疼痛控制不仅有助于提高患者的舒适度，还能促进早期活动和功能恢复。运用多模式镇痛方法，如药物镇痛与非药物疼痛管理结合，既可以减轻疼痛，又降低镇痛药物的副作用。护理人员应密切

监测患者的疼痛反应，根据疼痛评估结果及时调整镇痛方案。

营养管理在快速康复中同样占有重要地位。患者术后营养状况直接影响伤口愈合和免疫功能。护理人员应根据患者术后消化功能的恢复情况，及时调整饮食方案，提供高蛋白、高热量、高维生素的饮食，必要时辅以肠内营养或肠外营养支持，以满足机体代谢需求。

术后肠道功能的恢复也是护理关注的重点。避免术后肠麻痹，可通过术后早期进食、适度的肢体活动及肠功能促进药物的使用来实现。护理人员需要定时观察患者的肠鸣音及首次排气、排便时间，并记录在案，以便及时应对异常情况。

此外，心理支持是快速康复护理中不可或缺的部分。术后的心理状态直接影响康复进程，护理人员应与患者沟通交流，及时了解患者的心理困扰，通过心理疏导帮助患者树立信心，减轻焦虑和抑郁情绪。

感染预防也必须贯穿于术后护理的每个细节。通过严格无菌操作、保持伤口清洁干燥以及加强对患者手卫生的教育，可有效避免术后感染的发生。护理人员还应留意体温变化及伤口状况，及时识别和处理潜在的感染迹象。

1.3 评估内容与标准

分析不同护理操作后患者术后康复状况情况。术后康复状况观察患者尿管拔除时间、引流管拔除时间、首次排气时间、首次下床活动时间等。同时观察患者术后并发症发生率，包括尿路感染、下肢深静脉血栓、低体温等。

1.4 统计学分析

使用 SPSS26.0 进行统计分析。计数数据用 $n(\%)$ 表示并进行卡方检验；计量数据用 $\bar{x} \pm s$ 表示并进行 t 检验， $p < 0.05$ 表示结果具有统计学意义。

2 结果

2.1 两组患者护理后术后恢复速度情况

如表 1 所示，快速组在术后康复速度上，各项明显少于基础组 ($p < 0.05$)。

表 1：两组患者护理后术后恢复速度对比 ($\bar{x} \pm s, h$)

时间	尿管拔除时间	引流管拔管时间	首次排气时间	首次下床活动时间
快速组	37.28 ± 4.15	52.48 ± 3.56	21.38 ± 1.76	38.27 ± 3.56
基础组	46.72 ± 5.39	77.19 ± 4.52	28.76 ± 2.13	54.62 ± 4.52

注：两组护理后对比， $p < 0.05$

2.2 两组患者并发症情况

见表 2 所示，快速组在术后并发症发生率方面为 3.77%，比基础组的 24.53% 明显更低 ($p < 0.05$)。

表 2: 患者并发症评估结果 [n(%)]

分组	n	尿路感染	低体温	下肢深静脉血栓	术后并发症发生率
快速组	53	1 (1.89)	1 (1.89)	0 (0.00)	3.77%
基础组	53	4 (7.55)	6 (11.32)	3 (5.66)	24.53%

注: 两组对比, $p < 0.05$

3 讨论

本研究结果中, 快速康复理念在腰椎骨折术后护理中的应用, 通过一系列有针对性的措施, 能显著减少术后并发症并加速康复进程。其中, 术前充分的心理辅导和教育, 使患者对术后康复流程有清晰的认识, 降低了术后焦虑, 对于康复积极性提升也有帮助。术后早期活动是快速康复的关键, 通过提前下床活动, 刺激了下肢静脉回流, 降低了深静脉血栓发生的风险^[1]。同时, 严格的感染控制、无菌操作和适时拔除尿管等操作, 减少了尿路感染的可能性。此外, 术后精准控温措施可以有效避免低体温状况, 帮助机体在最佳状态下进行康复。强化肠道功能的恢复训练, 如早期的胃肠功能锻炼和营养支持, 加快了首次排气和进食时间, 促进了整体

康复进度^[2]。而通过减少引流管留置时间, 减少了患者的不适感和感染风险。综合来看, 这些有针对性的护理措施通过优化体内外环境, 促进机体功能的快速恢复, 有效减少术后并发症的发生, 加速患者的术后康复^[3]。

总而言之, 在快速康复理念指导下, 腰椎骨折术后护理通过优化的护理措施, 加快了患者康复进程, 缩短了住院时间, 提高了患者生活质量。为了达到最佳的护理效果, 护理团队需根据个体差异, 灵活应用快速康复理念中的各项措施, 并在实践中不断完善。

参考文献:

[1] 武浩雪. 整体康复护理对促进老年骨质疏松性腰椎压缩性骨折患者术后康复效果的影响 [J]. 河南外科学杂志, 2025, 31(02):185-187.
[2] 周聪怡, 段娜. 延续性护理在腰椎骨折术后患者中的应用效果 [J]. 中国民康医学, 2024, 36(21):180-182.
[3] 武浩雪. 整体康复护理对促进老年骨质疏松性腰椎压缩性骨折患者术后康复效果的影响 [J]. 河南外科学杂志, 2025, 31(02):185-187.

(上接第 102 页)

患者肠内营养相关性腹泻护理中的应用 [J]. 中华现代护理杂志, 2023, 27 (15): 2027-2032.

[2] 张蔚青, 顾秋莹. 危重症患者肠内营养支持阻碍因素的现况研究 [J]. 现代临床护理, 2024, 19 (4): 1-6.

[3] 陈闯, 徐杰丰, 刘少云, 高玉芝, 丁信法, 张茂. 超声监测重症监护室危重患者胃残余量和预测肠内营养不耐受

研究 [J]. 中华急诊医学杂志, 2022, 29 (10): 1291-1295.

[4] 张磊, 张钦铃, 聂雪等. 细节化护理在重症颅脑损伤患者行肠内营养治疗中的应用 [J]. 中国实用护理杂志, 2024, 35 (15): 1151-1154.

[5] 王红玉, 王娜, 杨元媛, 秦华 (通讯作者). 肠内营养安全护理在重症医学科危重症患者中的应用价值分析 [J]. 现代消化及介入诊疗, 2022 (S01): 0383-0384.

(上接第 103 页)

虑和抑郁情绪, 稳定血流动力学, 有助于手术顺利进行, 减少术后患者的烦躁不安。

参考文献:

[1] 郝艳梅. 整体护理对缓解手术室患者焦虑程度的探讨 [J]. 当代护士 (学术版), 2021 年 09 期

[2] 罗碧珍. 复合麻醉用于人工流产术的观察与护理 [J]. 当代护士 (专科版), 2018 年 03 期

[3] 胡炜烨. 486 例无痛人流人工流产的围手术期护理 [J]. 当代护士 (专科版), 2022 年 08 期

[4] 李坚文, 刘军, 杨为中. 白内障患者手术前后认知及心理状况比较研究 [J]. 国际眼科杂志, 2023 年 05 期

(上接第 104 页)

有取得患者的支持和信任, 改善不良情绪, 才能使患者更好地配合治疗。在治疗中除了关注患者的情绪外, 还要选择合适的治疗时机, 为实现改善临床治疗效果的目的, 必须确定使用的剂量和治疗的时间。需要整体掌握患者的疾病情况, 建立规范的治疗护理方法, 需要在临床上进一步研究和实践。

综上所述, 对 ICU 血液净化患者联合应用综合护理干预能够提高护理效果, 稳定患者生命体征, 改善预后。

参考文献:

[1] 综合护理干预联合常规护理在颅底骨折患者中的护理效果观察 [J]. 养生保健指南, 2025(2):363-364.

[2] 综合护理干预联合常规护理在抑郁症患者中的护理效果观察 [J]. 养生保健指南, 2022(28):194.

[3] 综合护理干预联合常规护理在心脏搭桥术后患者中的效果 [J]. 中国医药导报, 2024, 21(28):212-213.

[4] 综合护理干预和常规护理在初产妇乳腺炎患者中的效果对比观察 [J]. 齐齐哈尔医学院学报, 2016, 37(30):277-279.

(上接第 105 页)

抵抗力弱, 免疫功能低下等特点极易受细菌侵袭而致肺部感染。加之呼吸道腔相对狭窄, 黏膜血管丰富, 黏液腺分泌不足, 气道较干燥, 纤毛运动差, 清除能力低, 易发生肺部感染。因此严密的病情观察和有效的护理措施显得尤为重要^[3]。掌握以上这些临床特点对提升护理质量, 促进新生儿疾病恢复具有重要意义。

参考文献:

[1] 缪花平. 早期护理干预在小儿肺炎中的疗效分析 [J]. 当代护士 (下旬刊), 2023, 14 (11): 60-61.
[2] 郭丽. 144 例小儿重症肺炎的护理干预及体会 [J]. 中国卫生产业, 2023, 32 (33): 82-84.
[3] 邵秀娟. 80 例小儿重症肺炎的临床护理体会 [J]. 内蒙古中医药, 2024, 44 (50): 180-182.