

# 骨科康复护理技术在髋关节置换术后的应用效果

## Application Effect of Orthopedic Rehabilitation Nursing Technique After Hip Replacement

方巧

Qiao Fang

四川省骨科医院康复科

中国·四川·成都 610000

Department of Rehabilitation, Sichuan Orthopedic  
Hospital,

Chengdu, Sichuan, 610000, China

**【摘要】**论文的研究目的在于对患者进行髋关节置换术后,采取骨科康复护理,并将其与术后进行常规护理的患者临床治疗效果进行对比,以掌握骨科康复护理技术的应用效果。具体研究方法为选取本院于2018年9月—2019年6月收治的64例患者为研究对象,并将其平均分为实验组和对照组,通过对比两组的术后下床时间、术后进食时间、住院时间等内容,得出了在髋关节置换术后应用骨科康复护理技术,能够显著提升护理效果的结论。

**【Abstract】**The purpose of this paper is to compare the clinical treatment effect of the patients after the hip replacement for the patients, and compare them with the clinical treatment effect of the patients undergoing routine care after operation to master the application effect of the orthopedic rehabilitation nursing technique. The specific research methods are to select the 64 patients admitted to our hospital from September 2018 to June 2019 as the study object, and divide them into the experimental group and the control group. By comparing the postoperative bed time, the post-operative feeding time and the hospital stay time of the two groups, it is concluded that the application of the orthopedic rehabilitation nursing technology after the hip joint replacement can significantly improve the nursing effect.

**【关键词】**骨科康复护理;髋关节置换;应用效果

**【Keywords】**orthopedic rehabilitation nursing; hip replacement; application effect

**【DOI】**10.36012/pmr.v1i2.541

## 1 引言

股骨颈骨折的多发人群为老年患者居多,特别是在女性患者中频繁发生,严重影响患者的生活质量。在中国老年人群中,该病的发病率日益增长,并且股骨颈骨折患者中约有2成患者会在骨折一年后被夺去生命。这是由于老年患者体质弱,缺乏足够的抵抗力,并在长期卧床过程中容易引发其他多种并发症。人工髋关节置换术是治疗股骨颈骨折、股骨头缺血性坏死、髋关节强直等疾病的重要方式,能够有效矫正畸形、减缓关节疼痛,并快速帮助患者恢复正常行走能力。其中,骨科康复护理在减轻患者病痛,减少并发症方面具有积极作用,也能够缓解关节僵硬、肌肉萎缩的情况,尽早帮助患者恢复正常肢体功能。本文为了研究骨科康复护理技术在髋关节置换术后的应用效果,采用回顾性分析方法,对我院于2018年9月—2019年6月收治的64例患者的治疗效果进行了分析,并将结论总结如下。

## 2 临床资料与治疗方法

### 2.1 临床资料

本研究采用回顾性分析方法,将我院于2018年9月—2019年6月收治的64例患者作为研究对象,上述患者均采用髋关节置换术进行了治疗,并根据患者的意愿,将其分为了对照组和实验组两组,每组各32例患者。其中,对照组中男患者为11例,女患者为21例,年龄分布为24~73岁,平均年龄为(59.4±2.1)岁,骨折时间为2~18h;实验组中男患者为17例,女患者为15例,患者年龄为29~81岁,平均年龄为(63.7±1.4)岁,骨折时间为1~13h。通过将对照组和实验组患者临床资料的对比可知,差异不具备统计学意义( $P>0.05$ ),具有可比性。

### 2.2 治疗方法

在研究对照组患者髋关节置换术后效果时,采用常规护理进行干预;对于实验组患者来说,进行髋关节置换术后,采取骨科康复护理技术进行干预,具体干预措施包括以下内容:

一方面,防止关节脱位,应用髋关节置换术进行质量后,会略微改变髋关节生理结构,并会在一定程度上损伤髋关节周围的软组织,并且由于人工关节髋臼较浅,股骨头小,所以易于发生关节脱位的现象。因此,当手术结束后,需要由护理人员护送回病房,并告知患者身体应处于直线状态,并保持患肢外展位,防止内收,同时将枕头放置于两腿中间,避免外旋<sup>[1]</sup>。另一方面,术后需要带领患者进行康复锻炼护理。第一,当患者过了麻醉期后,护理人员需要细心地对患者进行指导,帮助其主动对踝泵和足趾进行屈伸训练,并保持 20 次/h 的频率,一天内尽量练习 200 次,以早期实现康复。第二,肌力训练。手术完成的第二天,护理人员需要在尽可能降低患者疼痛度的前提下,指导患者进行长收缩训练,训练内容包括咳嗽、呼吸、臀肌以及股四头肌等,持续进行该训练,能够有效提升患者的肢体功能。第三,桥式运动训练。护理人员通过分析患者的实际恢复情况,应对患者患肢外展、提臀伸膝等能力进行训练,还需要对患者的腘绳肌、股四头肌进行抗阻肌力训练,并在患者身体条件允许的前提下,提高训练强度。第四,训练关节活动度。护理人员应尽可能避免患者过度疼痛,并以此为基础,以 30min/次的频率训练患者的膝关节运动、髋关节主动运动以及患肢被动运动,每天进行两次,并在每次训练后冰敷半小时,缓解患者疼痛状况。同时,在手术结束后 3~4 天后,对患者的主动髋外展训练进行指导。第五,负重训练及体位转移。当手术结束后两日内,护理人员需要引导患者进行坐位训练代替以往的卧位训练,并帮助患者使用助行器进行站立或行走锻炼。第六,定期检查并指导患者进行踝泵训练。由于髋关节置换术后容易出现深静脉血栓,因此应在术后 12h 规范采用低分子肝素、气压波治疗,并每日检查腓肠肌情况,若无压痛感,则证明腓肠肌静脉丛形成血栓。因此需要引导患者进行患肢的踝泵训练,从而有效预防深静脉血栓的形成。

### 2.3 评价方式

对实验组患者及对照组患者的术后下床时间、术后进食时间、住院时间等指标进行详细记录,并采用 Harris 评分对患者的患肢功能、关节畸形状、疼痛情况及髋关节活动度进行评估,通过对比两组患者评估结果,得分较高的患者组关节功能的恢复效果更好。

### 2.4 统计学处理

本研究使用的统计学软件版本为 SPSS20.0,并通过 来表示患者术后下床时间、术后进食时间、住院时间及 Harris 评分,以(n,%)表示计数数据,并采用 t 检验,以  $\chi^2$  检验对数据差异进行对比,通过对照组和实验组的数据,可知差异存在统计学意义( $P < 0.05$ )。

## 3 结果

通过分析结果发现,实验组患者的平均术后下床时间为(3.9 ± 0.1)d,平均术后进食时间为(4.9 ± 0.2)d、平均住院时间为(15.9 ± 1.3)d、平均 Harris 评分为(90.2 ± 3.8)。对照组患者的平均术后下床时间为(15.1 ± 2.2)d,平均术后进食时间为(6.1 ± 0.5)d、平均住院时间为(29.1 ± 2.5)d、平均 Harris 评分为(76.1 ± 6.3)。总的来说,实验组患者的各项指标与对照组患者相比,均存在显著优势,且差异具有统计学意义( $P < 0.05$ )。具体统计数值详见表 1。

表 1 对照组和实验组患者的各类指标对比

组别	例数	术后下床时间(d)	术后进食时间(d)	住院时间(d)	Harris 评分(分)
实验组	32	3.9 ± 0.1	4.9 ± 0.2	15.9 ± 1.3	90.2 ± 3.8
对照组	32	15.1 ± 2.2	6.1 ± 0.5	29.1 ± 2.5	76.1 ± 6.3
t		46.998	13.902	36.401	13.802
P		<0.05	<0.05	<0.05	<0.05

## 4 讨论

人工髋关节置换术是治疗患者股骨颈骨折及髋关节疾病的主要临床手段,该手术的使用能够缓解患者关节疼痛,并能有效改善患者关节功能,提高患者的生活质量<sup>[2]</sup>。在术后对患者进行骨科康复护理,对于进一步减轻患者疼痛,提高肢体功能,避免关节僵硬、萎缩,减少术后并发症的发生等方面具有积极意义。通过本研究可知,采取骨科康复护理的实验组患者的各项指标均比对照组患者各项指标更加良好,并且具备统计学意义。总的来说,骨科康复护理的实施是通过护理人员对患者进行引导,鼓励患者在术后主动配合患肢的功能训练,通过循序渐进的方式,有效改善了患者髋关节周围肿痛症状,并通过促进血液循环,有效避免形成下肢深静脉血栓。另外,骨科康复护理的应用,能够提升患者髋周肌肉力量及环节稳定度,并且能够改善患者关节活动度,加快关节功能恢复<sup>[3]</sup>。

## 5 结语

综上所述,在髋关节置换术后采用骨科康复护理技术进行护理,对促进患者恢复髋关节功能、及早恢复健康具有积极作用,值得在临床护理中推广使用。

### 参考文献

- [1] 万珊珊.骨科康复护理技术在髋关节置换术后的应用效果[J].实用临床护理学,2019,4(18):103-108.
- [2] 樊琳,胡雪莹,杨娇,等.骨科康复护理技术在髋关节置换术后的应用研究[J].实用临床护理学,2019,4(17):34-48.
- [3] 卢薇,李琴.骨科康复护理技术在髋关节置换术后的临床应用效果[J].临床医药文献,2017,4(3):493-496.