

# 康复护理在老年股骨颈骨折护理中的应用效果

张倩

(陕西省人民医院骨科 陕西 西安 710068)

**摘要:** 骨科中股骨颈骨折较为常见,股骨颈骨折是指股骨头下端至股骨颈基底底部间发生骨折。老年人股骨颈骨折占比较高,这与老年人的骨质疏松问题有关。老年股骨颈骨折患者需以手术治疗为主,为了促进患者术后康复效果,需重视患者术后的康复护理工作,运用康复护理的方法来对患者进行全面护理。基于此,本文探讨康复护理在老年股骨颈骨折护理中的应用效果,现报告如下。

**关键词:** 康复护理;老年股骨颈骨折护理;应用措施

股骨颈骨折在下肢骨折中较常见,因老年人常有不同程度的骨质疏松,一旦受到外力的打击或者摔倒极易发生股骨颈骨折。目前股骨颈骨折患者主要采取手术治疗,术后患者对外人帮助的依赖性强,自主运动情况和自我效能不理想,自理能力下降,甚至有部分患者术后恢复效果差,极易导致患者骨骼和肌肉等发生失用性改变,增加各种并发症的发生风险,因此,对老年股骨颈骨折患者术后实施有效的护理干预是必需的。康复护理能有效提高股骨颈骨折患者康复情况,本研究观察了康复护理对老年股骨颈骨折患者康复进程的影响,旨在为老年股骨颈骨折患者术后的临床护理提供一定的参考依据。

## 1 资料与方法

### 1.1 临床资料

选择 2020 年于我院治疗的 106 例老年股骨颈骨折患者作为研究对象,均经 CT、X 射线等检查确诊,且依从性良好,排除配合能力差、精神疾病及重大脏器疾病者。随机将其分为对照组和观察组,每组各 53 例。对照组:男 30 例、女 23 例,年龄 61~78 岁;观察组:男 33 例、女 20 例,年龄 61~76 岁。两组患者的一般资料比较,差异无统计学意义 ( $P > 0.05$ ),具有可比性。

### 1.2 方法

对照组予以生命体征监测、遵医嘱用药、病房环境护理等常规护理。观察组在对照组的基础上予以早期康复护理干预。(1) 阶梯递进式目标护理康复训练。具体方法如下:成立专业康复训练指导小组,每组 10 人,由责任医生、护士、康复师、营养师组成。向患者讲解阶梯递进式目标康复训练,拟定训练计划,尊重患者知情权。评估患者病情,结合患者自身情况将患者分为康复训练安全者、康复训练慎重进行者和不宜早期进行康复训练者 3 类。根据患者术后康复训练安全性,将康复训练总目标划分为多个易实现的小目标,并在前期指导患者完成目标,然后逐渐过渡到自己锻炼。护理人员将恢复程度相当的患者组织在一起共同进行康复训练,当患者完成练习小目标时给予肯定和奖励。对于康复训练较为安全的患者,指导其按照规定目标循序渐进、量力而行,活动范围、活力力度由小到大,活动强度由小到大,可先进行直腿抬高训练,随后进行侧抬腿训练;对于需慎重进行康复训练患者,康复目标是进行股四头肌等长收缩练习,可在术后 7 d 内行直腿抬高训练,随后的训练步骤可参照康复训练安全者患者的训练,直至可进行股四头肌等长收缩训练为止;不宜早期进行康复训练患者的目标为慎重进行股四头肌等长收缩训练,可在术后 2~4 周内,结合患者条件,鼓励其适当进行等张训练,随后进行康复训练慎重者的训练,接着进行康复训练安全者的训练,直至完成训练目标。(2) 营养支持。营养师根据患者的病情及营养状况制定科学的饮食计划,摄入富含维生素 D、钙、低盐和适量蛋白质的均衡膳食,严格控制高热能、高脂肪、高钠的食物摄入,食物应清淡易消化吸收,进食应少量多餐,改善患者全身营养状况。(3) 心理指导。在患者康复过程中,阶段式地向患者讲解锻炼的意义和重要性,以提高其锻炼依从性和积极性,并且关注患者的心理变化,及时进行心理疏导,给予患者最大

程度的鼓励和支持,并适时采取表扬、奖励等形式,提高其信心。(4) 疼痛控制,指导患者准确描述自身疼痛情况。转移患者注意力,采取轻柔按压穴位的方法降低患者的疼痛,必要时给予止痛药物。调整室内温湿度,定时消毒通风,保持病房环境舒适,减少噪音,保证患者良好的睡眠环境。

### 1.3 观察指标

采用 Harris 评分评定两组髋关节功能、髋关节活动度、髋关节疼痛情况,评分越高,代表髋关节功能越好;采用简明健康调查量表 (SF-36) 评价两组的生活质量,满分为 100 分,得分越高表示患者的生活质量越好;采用我院自制的护理满意度调查表评估两组的护理满意度,分为非常满意、满意及不满意 3 种,护理满意度 = (非常满意 + 满意) / 总例数  $\times 100\%$ 。

### 1.4 统计学分析

采用 SPSS 21.0 统计学软件处理数据,以  $P < 0.05$  为差异有统计学意义。

## 2 结果

### 2.1 两组髋关节功能评分比较

观察组和对照组髋关节功能评分分别为  $(28.6 \pm 3.0)$ 、 $(18.5 \pm 2.5)$  分,髋关节活动度评分分别为  $(3.9 \pm 0.6)$ 、 $(3.3 \pm 0.5)$  分,髋关节疼痛评分分别为  $(42.2 \pm 4.0)$ 、 $(34.5 \pm 3.5)$  分。观察组髋关节功能评分均高于对照组,两组比较差异均有统计学意义 ( $t = 5.5927$ 、 $18.8289$ 、 $10.5468$ , 均  $P < 0.05$ )。

### 2.2 两组护理满意度比较

观察组:非常满意 33 例、满意 19 例、不满意 1 例,护理满意度为 98.11%;对照组:非常满意 24 例、满意 18 例、不满意 11 例,护理满意度为 79.25%。观察组护理满意度高于对照组,两组比较差异有统计学意义 ( $\chi^2 = 9.3972$ ,  $P < 0.05$ )。

## 3 讨论

股骨颈骨折在临床中比较常见,约占全身骨折的 4%,其发生原因可能为老年患者机体激素调节能力、物质吸收以及营养代谢能力减弱,加上年龄的增大,出现骨质疏松以及关节退行性病变,患者的平衡能力下降,使其在外力作用下更易发生股骨颈骨折。康复护理能提高该病症患者的整体疗效,属于新型护理模式,康复护理中对患者实施心理干预、不同阶段康复训练等护理措施,能够使患者心理得到疏导,有利于患者术后功能的恢复。

康复护理符合老年股骨颈骨折患者的护理需求,护理后患者的生活质量与髋关节功能改善明显,可加速术后康复效果,患者护理满意度较高。

### 参考文献:

- [1] 邹毅,田家亮,冷华伟,等.半髌与全髌置换治疗高龄股骨颈骨折的比较[J].中国矫形外科杂志,2021,29(12):1067-1071.
- [2] 毕少茹.预见性护理在骨科护理中的应用[J].护理研究,2017,31(6):754-755.