

功能锻炼结合康复护理在骨折患者护理中的应用价值

邓磊

宣城市骨科医院 安徽宣城 242000

摘要：目的：分析功能锻炼结合康复护理在骨折患者护理中的应用价值。方法：选择 100 例骨折患者进行临床研究，病例选择时间 2018 年 4 月-2021 年 4 月，100 例入选患者进行随机数字表均分为 50 例患者每组，对照组进行常规护理，观察组进行功能锻炼结合康复护理。结果：护理后观察组 Barthel 评分高于对照组，同时前者住院时间少于后者，两组数据进行比较后差异显著，具有统计学意义 ($P < 0.05$)。结论：骨折患者护理中选择功能锻炼结合康复护理有助于病情恢复。

关键词：功能锻炼；康复护理；骨折

骨折属于骨科常见病之一，对患者实施治疗则是恢复其运动能力，无论选择何种治疗方法患者的恢复时间较长，功能锻炼和康复护理在一定程度上可改善患者病情^[1]。此次研究分析功能锻炼结合康复护理在骨折患者护理中的应用价值，内容如下：

1 资料和方法

1.1 一般资料

收治时间 2018 年 4 月-2021 年 4 月，抽取对象为 100 例骨折患者，进行随机数字表均分处置，100 例入选患者进行随机数字表均分为 50 例患者每组。对照组男女比例 28:22，年龄、平均年龄为 22-75 岁，(49.4±2.9) 岁；观察组男女比例 31:19，年龄、平均年龄分别为 23-76 岁，(51.8±3.4) 岁。组间基本资料均通过统计学进行分析整理，即 P 值 > 0.05 ，具备比较研究意义。

1.2 方法

对照组进行常规护理。

观察组进行功能锻炼结合康复护理，功能锻炼内容为：① 上肢和颈椎骨折。受伤 1-2 周对患者实施患肢主动活动锻炼，肘关节骨折以及前臂骨折需要进行伸直活动锻炼，手功能锻炼可通过握拳以及伸指活动训练。肘关节以及肩关节活动可采用提肩以及握拳，每日进行 5-10 次，单次进行 30-50 遍。② 下肢骨折。受伤 1-2 周后对骨折整复、手术以及固定等进行确定后，可指导患者踝关节跖屈活动以及股四头肌收缩锻炼，下肢可以用力后放松全身，操作 10-30 遍，每次训练次数为 10-20 次。依据患者的实际耐受程度进行训练，同时可和胸腰以及上肢活动训练进行配合，尽量不进行平抬以及扭转锻炼。③ 脊柱骨折。患者采用硬板床平卧位，垫高骨折厚突畸形处，3-4 日后指导患者实施腰背肌训练，受伤 1-2 周后予以五点练功法，脊柱可以进行强力过伸，采用前纵韧带、背伸肌张力以及椎间纤维环拉力弹开恢复椎体，每日进行 3-4 次，单次进行 10-20 遍，按照患者的耐受程度扩张活动幅度，直至患者病情恢复。康复护理内容：对患者心理护理进行重视，确保良好的护患关系，对于患者提出的疑问需要及时回答，改善患者的不良情绪，并予以安慰以及鼓励，可通过以放松锻炼以及音乐疗法转移其注意力，缓解心理负担。如果患者病情较为严重指导卧床休息，如患者合并其他疾病需要进行治疗。患者需要下床运动幅度不宜过速，以免因为过度活动出现切口撕裂情况，按照患者的日常习惯进行生活干预，保证患者的舒适性。出院指导时，护理人员需要对患者家属进行指导，使其了解活动训练以及日常护理的相关内容，同时需要明确化生活指导，依据患者的饮食习惯烹饪食物。

1.3 评估指标^[2]

比较观察组以及对照组患者住院时间，同时采用 Barthel

日常生活能力评估量表比较两组患者护理前后的生活能力，分数和评估指标呈现正相关性。

1.4 统计学

观察组以及对照组数据进行计算时选择 SPSS21.0 统计软件，以计量资料呈现数据，检验为 t 值，组间数据进行比较后如 $P < 0.05$ 表示两组具有统计学意义。

2 结果

观察组以及对照组患者护理前 Barthel 评分经过比较并未产生统计学意义，而护理后观察组 Barthel 评分高于对照组，与此同时住院时间减少，组间数据进行比较差异显著，具有统计学意义，见表 1。

表 1 对比两组患者住院时间以及护理前后的 Barthel 评分

组别	例数	住院时间 (d)	护理前评分 (分)	护理后评分 (分)
观察组	50	10.7±0.9	80.69±3.25	94.14±2.39
对照组	50	15.1±1.3	80.78±3.69	85.41±2.17
t		19.6773	0.1294	19.1224
P		0.0000	0.8973	0.0000

3 讨论

骨折患者在进行临床护理过程中采用功能锻炼和康复护理联合可辅助提升临床疗效。在进行护理过程中需要按照患者的骨折情况以及耐受情况确定护理内容，以此将护理有效性提升^[3]。在对患者实施护理时，需要对患者的配合能力和家属辅助情况进行考虑，以此将患者治疗依从性提升，有助于治疗和护理的顺利实施。功能锻炼和康复护理联合可优化机体新陈代谢，以免软组织出现粘连以及肌肉萎缩的产生，有助于患者肢体恢复，将整体效果优化^[4]。观察组进行护理后 Barthel 评分显著提升，表示联合护理有助于患者病情恢复。

综上所述，骨折患者在进行护理过程中联合应用功能锻炼以及康复护理促进肢体功能恢复，临床应用价值显著。

参考文献

- [1] 李焱, 邹海兰, 王慧慧. 心理干预联合康复指导在骨折手术治疗患者中的应用效果 [J]. 心理月刊, 2021, 16(14):139-140.
- [2] 宋杨, 朱妹. 器械辅助功能锻炼结合骨折康复护理在骨折患者术后恢复中的应用 [J]. 中国误诊学杂志, 2021, 16(04):365-367.
- [3] 王焱新. 功能锻炼结合骨折康复护理在临床中的应用效果 [J]. 中国医药指南, 2020, 18(26):202-203.
- [4] 樊鸿雁. 功能锻炼结合康复护理在骨折患者中的应用效果及对生活质量的影响 [J]. 当代护士 (下旬刊), 2020, 27(06):63-65.