

精准护理结合踝泵运动+股四头肌锻炼对肝动脉灌注患者下肢深静脉血栓发生率与自我效能的影响

饶盈盈

(江西省南昌市南昌大学第二附属医院 江西南昌 330001)

【摘要】目的：观察精准护理结合踝泵运动+股四头肌锻炼对肝动脉灌注患者下肢深静脉血栓发生率与自我效能的影响。方法：将96例肝动脉灌注治疗患者依照随机数字表法分为观察组与对照组，每组48例。对照组围手术期行精准护理干预，观察组在精准护理的基础上开展踝泵运动+股四头肌锻炼。观察两组患者下肢深静脉血栓问题的发生率，并对患者自我效能表现进行评价。结果：观察组下肢深静脉血栓的发生率更低，患者干预后的自我效能评价高于对照组 ($P < 0.05$)。结论：以精准护理与踝泵运动+股四头肌锻炼相结合的方式对肝动脉灌注患者实施干预，可有效降低下肢深静脉血栓问题的发生风险，强化患者在临床中的自我效能表现。

【关键词】精准护理；踝泵运动；股四头肌锻炼；肝动脉灌注；下肢深静脉血栓

Effect of precision care combined with ankle pump exercise + quadriceps exercise on the incidence and self-efficacy of lower extremity DVT in patients with hepatic artery perfusion

Rao Yingying

(Second Affiliated Hospital of Nanchang University, Nanchang, Jiangxi 3, Jiangxi 330001)

[Abstract] Objective: To observe the effect of precision care combined with ankle pump exercise and quadriceps exercise on the incidence and self-efficacy of lower limb deep vein thrombosis in patients with hepatic artery perfusion. Methods: 96 patients treated with hepatic artery perfusion were divided into observation group and control group with 48 patients in each group. The control group underwent precise care intervention during the perioperative operation, and the observation group carried out ankle pump exercise + quadriceps exercise on the basis of precise care. The incidence of lower DVT problems in both groups was observed and their self-efficacy performance was evaluated. Results: Lower incidence of lower extremity deep vein thrombosis and higher self-efficacy evaluation after intervention than in the control group ($P < 0.05$). Conclusion: The intervention of patients with hepatic artery perfusion by combining precision care and ankle pump exercise and quadriceps exercise can effectively reduce the risk of deep vein thrombosis in the lower limbs and strengthen their self-efficacy in clinical practice.

[Key words] Precision care; ankle pump exercise; quadriceps exercise; hepatic artery perfusion; deep vein thrombosis of lower limbs

肝动脉灌注对于错过早期最佳手术治疗时机的原发性肝癌患者而言，是一项重要的临床治疗方案^[1, 2]。但作为一种需要持续泵注化疗药物的治疗方案，采用肝动脉灌注治疗的患者术后需经历一段较长时间的卧床治疗，期间患者容易导致患者具有较高的下肢深静脉血栓发生风险，给患者的治疗康复效果带来不利影响^[3]。为改善肝动脉灌注患者的下肢深静脉血栓问题，不仅需要对患者施加更加优质的护理服务，还要积极引导患者展开运动康复训练。踝泵运动+股四头肌锻炼通过踝关节和肌肉的运动，像泵一样促进下肢血液循环和淋巴回流^[4]，同时踝泵运动+股四头肌锻炼在临床康复中具有良好的安全性与可操作性表现。本研究采用精准护理与踝泵运动+股四头肌锻炼相结合的方式对肝动脉灌注患者开展护理干预服务，并观察患者下肢深静脉血栓的发生情况与自我效能改变情况。

1 资料与方法

1.1 一般资料

自本院2022年1月至2022年12月间行肝动脉灌注患者中选取96例，以随机数字表法为依据，将患者均分为观察组与对照组。观察组，男28例，女20例，年龄介于20-62岁，平均 (44.68 ± 6.35) 岁；对照组，男26例，女22例，年龄介于21-63岁，平均 (44.93 ± 6.41) 岁。患者在一般资料间无明显差异 ($P > 0.05$)。

纳入标准：①患者经临床检查诊断，确诊为原发性肝癌；

②患者个人意识清晰，无沟通障碍问题。

排除标准：①患者存在双下肢骨折问题；②患者术后出现肝昏迷、大出血等严重并发症问题。

1.2 方法

对照组围手术期行精准护理干预。护理人员在患者入院时对其身体机能与心理状态展开评估，同时引导患者熟悉院内环境，缓解患者入院初期的紧张心理。术前对患者的宣教效果进行评估，对宣教效果不理想的患者，还需进一步加强健康教育宣传工作术前多与患者进行交流，并指导完善相关检查，讲解介入治疗的大致流程以及相关注意事项。术中密切关注患者生命体征的变化情况。术后依照患者的实验室指标检测结果与个人饮食习惯，对患者开展具有针对性的饮食规划，督促患者按计划饮食饮水，以促进化疗药物尽早排出体外，减轻化疗药物所引发的胃肠道反应。出院前对患者开展出院指导与宣教活动。

观察组患者在对照组基础上施加踝泵运动和股四头肌锻炼。由4名具有5年以上工作经验的护理人员组成踝泵运动+股四头肌锻炼课题小组，通过课题小组对全科室护理人员展开肝动脉灌注术后踝泵运动和股四头肌锻炼相关知识培训。培训结束后对全体护理人员的学习情况进行考核，考核合格方可上岗工作。术前通过向患者与家属展示肝动脉灌注术后血栓问题的发生原因、防治措施、踝泵运动开展方式等相关影像资料开展宣教工作，以寻求患者、家属的支持与配合。术后开展踝泵运动时，患者保持仰卧位，双下肢放松维持正常功能位，由医护人员指导患者做踝关节背伸、跖

屈运动；踝关节屈伸运动：在无痛感或微微疼痛的范围内，最大限度向上勾脚尖，让脚尖朝向自己，保持 3~5s，再最大限度向下绷脚尖，保持 3~5s，以上动作为一组，双腿可交替或同时进行。以 20 次为一组，每日行 4 组训练。之后指导患者进行踝关节 360° 环绕运动，患者脚趾进行 360° 环绕，一圈为一组，每日行 4 组训练，以 20 次为一组。环绕运动频次和屈伸运动相同。基础预防股四头肌锻炼，患者保持仰卧位，绷紧双腿，膝关节尽量伸直，大腿前方的股四头肌收缩，踝关节尽量背伸，保持 10s，再放松休息 10s，以上动作为一组。双腿可交替或同时进行绷腿锻炼和抬腿锻炼，每天 3~4 次，每次 20~30 组。抬腿锻炼：仰卧，伸直腿，抬高下肢至 20cm 左右高度，维持 5s，缓慢直腿放下，以上动作为一组。双腿可交替或同时进行训练期间可根据患者恢复情况、耐受表现等对训练时长、训练强度进行适当调整。护理人员在运动训练中还要积极询问患者是否出现明显的不适反应，并观察患者是否出现恶心、呕吐、穿刺部位出血等不良问题。

1.3 观察指标

根据患者下肢的肿胀、疼痛情况与超声检查结果，对患者是否出现下肢深静脉血栓问题进行诊断，并对诊断结果进行记录。

以中文版癌症自我管理效能感量表对患者干预前后的自我效能表现展开评价，量表评分与患者的自我效能感之间具有正相关关联性。

1.4 统计学方法

研究数据以 SPSS23.0 分析处理，计量资料采用 t 检验，计数资料采用 χ^2 检验。P < 0.05 表示差异有统计学意义。

2 结果

2.1 下肢深静脉血栓发生率对比

观察组下肢深静脉血栓的发生率更低 (P < 0.05)，如表 1 所示。

表 1 两组患者下肢深静脉血栓发生率对比 (n/%)

组别	例数	无下肢深静脉血栓	下肢深静脉血栓
观察组	48	47 (97.92)	1 (2.08)
对照组	48	41 (85.42)	7 (14.58)
χ^2		4.909	
P		0.027	

2.2 自我效能评价对比

观察组干预后的自我效能评价更高 (P < 0.05)，如表 2

所示。

表 2 两组患者的自我效能评价对比 (分)

组别	例数	干预前	干预后
观察组	48	64.83 ± 10.15	88.26 ± 9.63
对照组	48	64.68 ± 10.07	75.45 ± 9.42
t		0.073	6.588
P		0.942	< 0.001

3 讨论

据相关调查数据显示，近年来肝癌问题在临床中呈现出年轻化的发展趋势，其中原发性肝癌患者由于病发早期缺乏典型症状表现，致使患者容易错失最佳手术切除时机^[1]。肝癌患者普遍存在血液高凝状态，导致患者深静脉血栓高发率。下肢深静脉血栓影响患者生活质量，延长住院天数，增加患者经济负担甚至严重可导致下肢坏死或者肺栓塞危及生命。因此肝癌患者介入治疗后预防深静脉血栓是术后护理一项尤为重要的工作。目前在临床上预防深静脉血栓的方法有基础预防、药物预防、机械预防，基础预防有健康宣教，避免脱水，健康的饮食习惯，药物预防有各种抗凝药物，机械预防有抗血栓袜，间歇式充气加压等^[6]，但各种预防措施各有利与弊。

本次研究中，观察组仅 1 例患者术后出现下肢深静脉血栓问题，对照组计 7 例患者存在术后下肢深静脉血栓问题，观察组下肢深静脉血栓的发生率更低 (P < 0.05)。自我效能评价结果显示，观察组患者干预后的自我效能相关指标评分均高于对照组 (P < 0.05)。以上结果说明，在精准护理的基础上对肝动脉灌注患者开展踝泵运动+股四头肌锻炼训练，有利于进一步降低下肢深静脉血栓问题的发生风险，加强患者的临床自我效能表现。究其原因在于，踝泵运动+股四头肌锻炼通过背伸、跖屈动作能够为患者的小腿三头肌与胫骨前肌带来有效收缩、放松，通过收缩肌肉挤压血液和淋巴液发生回流，而在肌肉放松时能够获得充分的新鲜血液补充，为患者下肢的血液循环情况带来有效改善，降低下肢静脉曲张问题的发生风险；精细护理作为临床中的一项新型护理方案，通过依照护理方案开展护理服务，将其应用于肝动脉灌注治疗患者的护理工作中，患者能够对踝泵运动产生更加深刻的认识，对提升患者的自我效能产生有利影响，对促进患者早日康复具有积极作用^[7]。

综上所述，以精准护理与踝泵运动+股四头肌锻炼向肝动脉灌注患者实施联合干预，有利于加强对术后下肢深静脉血栓问题的防治效果，强化患者的自我效能。

参考文献:

- [1]Zhou M, Wang H, Zeng X, et al. Mortality, morbidity, and risk factors in China and its provinces, 1990–2017: a systematic analysis for the global burden of disease study 2017[J]. Lancet, 2019, 394 (10204): 1145–1158.
- [2]Chen W, Zheng R, Baade PD, et al. Cancer statistics in China, 2015[J]. CA Cancer J Clin, 2016, 66 (2): 115–132
- [3]Hendi M, Mou Y, Lv J, et al. Hepatic Arterial Infusion Chemotherapy Is a Feasible Treatment Option for Hepatocellular Carcinoma: A New Update[J]. Gastrointestinal tumors, 8 (4): 145–152.
- [4]俞洁, 欧梦仙, 王军, 等. 踝泵运动预防术后下肢深静脉血栓形成的应用现状[J]. 中国护理管理, 2020, 20(12): 1873–1876.
- [5]Li T, Yang S, Hu F, et al. Effects of ankle pump exercise frequency on venous hemodynamics of the lower limb[J]. Clinical Hemorheology and Microcirculation, 2020, 76 (9): 1–10.
- [6]袁蕊, 何凤英. 踝泵运动对肝动脉灌注病人下肢深静脉血栓形成及病人自我效能的影响[J]. 循证护理, 2022, 8 (16): 2254–2256.
- [7]Laface C, Laforgia M, Molinari P, et al. Hepatic Arterial Infusion of Chemotherapy for Advanced Hepatobiliary Cancers: State of the Art[J]. Cancers, 2021 (12): 3091.