聚焦心理护理联合康复训练对关节镜下膝关节前后交叉韧带损伤重建术后护理效果的影响

王珊珊

（河南省新乡市中心医院骨二科　新乡 453099）

摘要：目的：探讨聚焦心理护理联合康复训练对关节镜下膝关节前后交叉韧带损伤重建术后护理效果的影响。方法：选取 2017 年 1 月 ~2018 年 12 月收治的关节镜下膝关节前后交叉韧带损伤重建术患者 89 例为研究对象，按照随机双盲法分为对照组（44 例）及观察组（45 例）。对照组给予常规康复训练，在对照组的基础上，观察组给予聚焦心理护理联合康复训练，比较两组日常生活能力及心理弹性水平。结果：观察组干预后 2 周心理弹性水平高于对照组，干预后 6 个月日常生活能力评分高于对照组，差异均有统计学意义（$P<0.05$）。结论：聚焦心理护理联合康复训练能够提高关节镜下膝关节前后交叉韧带损伤重建术患者日常生活能力，提高患者心理弹性水平。

关键词：膝关节前后交叉韧带损伤重建术；关节镜；聚焦心理护理；康复训练

中图分类号：R473.6　　**文献标识码**：B　　doi:10.13638/j.issn.1671-4040.2021.17.074

膝关节前后交叉韧带损伤多因严重创伤造成膝关节受损所致，关节镜下韧带损伤重建术是目前常用治疗手段，与开放性手术相比，具有微创、恢复快、并发症少、视野清晰等优点，受到众多学者及患者的青睐[1]。然而患者术后膝关节功能恢复效果往往由早期康复训练所决定，注重患者术后功能训练，充分调动患者训练的主动性，能够取得显著效果。在康复训练期间，术后疼痛、肢体受限及医疗费用等均会使患者产生不良情绪，康复训练依从性下降，效果欠佳[2]。因此在康复训练期间联合心理护理，旨在改善患者不良情绪，提高康复训练的主动性及配合性，改善其膝关节功能。本研究对关节镜下膝关节前后交叉韧带损伤重建术患者采用聚焦心理护理联合康复训练，旨在为临床护理方式的选择提供客观依据。现报道如下：

1　资料与方法

1.1　一般资料　选取 2017 年 1 月 ~2018 年 12 月收治的关节镜下膝关节前后交叉韧带损伤重建术患者 89 例为研究对象，按照随机双盲法分为对照组（44 例）及观察组（45 例）。对照组男 26 例，女 18 例；年龄 20~55 岁，平均（31.84± 6.36）岁；病程 2 周 ~12 个月，平均（7.31± 1.52）个月；致伤原因：运动伤 25 例，交通意外伤 15 例，工伤 4 例。观察组男 28 例，女 17 例；年龄 20~56 岁，平均（32.51± 6.40）岁；病程 2 周 ~12 个月，平均（7.48± 1.50）个月；致伤原因：运动伤 28 例，交通意外伤 15 例，工伤 2 例。两组患者一般资料比较，差异无统计学意义（$P>0.05$）。具有可比性。本研究经医院医学伦理委员会审批标准。

1.2　入组标准　纳入标准：（1）经临床表现、关节镜等检查，确诊为膝关节前后交叉韧带损伤；（2）符合关节镜下膝关节前后交叉韧带损伤重建术指征；（3）意识清晰，认知正常，可配合本研究调查；（4）患者及家属知晓本研究，并签署知情同意书。排除标准：（1）伴心、肝、肾等脏器疾病者；（2）有精神病史、药物依赖史者；（3）合并全身恶性肿瘤、免疫系统性疾病、血液系统疾病者；（4）难以配合本研究者。剔除标准：本研究期间主动退出者。

1.3　护理方法　对照组给予早期康复训练。患者术后患肢加压包扎，支架固定，做患肢伸直练习，肌力、伸屈训练；术后 1 d 行股四头肌收缩训练，膝关节伸直或下压，反复 15~20 次为一组，每天 10 组；术后 2 d 行患侧膝关节活动度练习，抬高患侧关节，伸直膝关节维持 10 s，反复练习 5~10 min，每天 3 次；术后 3 d 锻炼关节功能，屈膝 0~30°，每次 30 min，每天 2 次；逐渐按 5~10° 递增，在 7 d 内增加 90°。直腿抬高练习，每次 20 min，逐渐转为主动屈膝练习。遵医嘱下地行走，术后 2~4 周行负重训练，强化行走步态练习。术后 1~3 个月鼓励患者参加低强度体育活动，增加全蹲、弹力练习。在对照组的基础上，观察组给予聚焦心理护理。（1）组建聚焦解决模式干预小组，小组成员包括 1 名主治医师、责任护士 5 名及患者家属 1 名，组织学习关节镜手术、膝关节前后交叉韧带损伤相关知识，从万方、维普、知网等数据库搜寻循证医学的护理证据。（2）描述问题，责任护士与患者有效沟通，汇总患者所需解决的护理问题，综合评估患者健康状态，了解疾病康复所需采用的护理干预，给予足够的肯定与鼓励，建立康复信心。例如："你心情不好时是怎么解决的""你康复训练时害怕什么呢""你希望怎么康复干预"。（3）构建目标、探查例外，由护理人员、患者及家属三方共同制定聚焦解决模式目标，以提高患者心理弹性水平、改善日常生

活能力作为目的；若患者出现焦虑、抑郁等情绪，引导患者建立疾病康复目的；了解患者康复期间的问题，选取以往护理成功案例，思考如何避免例外发生。(4)反馈控制，干预期间，责任护士每 3 天评估患者心理弹性水平，肯定患者护理期间所采取的努力，指出期间所需要改进的方向，建立自我信心。(5)评估，以刻度式提问询问患者对目标值的满意度，例如“您认为此次康复训练中自己所做的努力可以打多少分”“您是否能积极配合康复训练呢”，并再次肯定患者的配合及努力，激发患者的治疗信心。每次干预 20~30 min，每 2 天一次，共干预 5 次。

1.4 观察指标 (1)比较两组干预前、干预后 2 周心理弹性水平，采用心理弹性中文评估量表(CD-RISC)[3]评估，对坚韧、自强、乐观 3 个维度 25 个条目进行调查，每个条目赋值 0~4 分，评分越高，心理弹性水平越高；(2)比较两组干预前、干预后 6 个月日常生活能力，采用 Barthel 指数[4]评价，总共 100 分，分值越高，日常生活能力越高。

1.5 统计学方法 数据采用 SPSS23.0 统计学软件处理。计量资料以($\bar{x}\pm s$)表示，用 t 检验；计数资料以%表示，用 χ^2 检验。$P<0.05$ 为差异有统计学意义。

2 结果

2.1 两组干预前、干预后 2 周心理弹性水平比较 干预前两组心理弹性水平比较，差异无统计学意义($P>0.05$)；干预后 2 周心理弹性水平明显较干预前提高，且观察组高于对照组，差异有统计学意义($P<0.05$)。见表 1。

表 1 两组干预前、干预后 2 周心理弹性水平比较(分，$\bar{x}\pm s$)

组别	n	干预前	干预后 2 周	t	P
观察组	45	45.86± 8.63	87.15± 6.34	25.866	0.000
对照组	44	46.31± 8.65	67.49± 6.21	13.194	0.000
t		0.246	14.775		
P		0.403	0.000		

2.2 两组干预前、干预后 6 个月日常生活能力评分比较 干预前，两组日常生活能力评分比较，差异无统计学意义($P>0.05$)；干预后 6 个月两组日常生活能力评分均较干预前提高，且观察组高于对照组，差异有统计学意义($P<0.05$)。见表 2。

表 2 两组干预前、干预后6 个月日常生活能力评分比较(分，$\bar{x}\pm s$)

组别	n	干预前	干预后 6 个月	t	P
观察组	45	43.85± 11.49	84.76± 5.98	21.187	0.000
对照组	44	44.38± 11.52	72.46± 6.27	14.201	0.000
t		0.217	9.472		
P		0.414	0.000		

3 讨论

膝关节前后交叉韧带损伤是骨科常见疾病，随着关节镜技术的发展，使关节镜下膝关节前后交叉韧带损伤重建术逐渐成为主要治疗手段，通过功能锻炼康复修复损伤的韧带，恢复正常的关节活动度，提高关节肌力及稳定性[5]。准确、早期、合理的功能锻炼，可恢复神经系统与运动器官的联系，改善运动器官的血液循环，并为组织提供更多的营养物质，以此保护机体正常肌力及关节功能，提高关节运动能力。在膝关节前后交叉韧带损伤患者早期康复锻炼中，应强调主动锻炼，增加关节活动范围，减轻患者患肢疼痛、患肢肿胀程度，以免发生关节粘连与肌肉萎缩，同时遵循早下地、晚负重的原则，确保关节镜重建术的效果，提高患者关节功能的恢复[6]。

聚焦心理护理是一种关注患者个性需求，构建合理有效的解决方案，充分发挥潜力的干预模式。鼓励患者及家属主观描述疾病治疗及康复护理期间存在的问题以及所希望得到的改进，了解患者内心变化，并与护理人员共同商讨及确定护理方案与目标，以赞赏、倾诉、解决等方式提高患者参与治疗、康复的主观能动性及信心，以此积极投入到疾病康复过程中。当前聚焦心理护理并未完全应用于膝关节前后交叉韧带损伤患者护理中，高小丽[7]对焦虑症住院患者采用聚焦解决模式，干预后患者焦虑评分(46.52± 4.13)分低于常规心理护理的(49.74± 5.34)分($P<0.05$)，表明聚焦心理护理对减轻患者负性情绪起到积极促进意义。本研究结果显示，干预后 2 周观察组的心理弹性水平高于对照组，干预后 6 个月日常生活能力评分高于对照组($P<0.05$)，表明聚焦心理护理联合康复训练能够调动患者康复训练的主观能动性，提高其心理弹性水平，积极参与护理，以此恢复日常生活能力。综上所述，聚焦心理护理联合康复训练能够提高关节镜下膝关节前后交叉韧带损伤重建术患者日常生活能力，提高患者心理弹性水平，临床价值高，具有推广意义。

参考文献

[1]陈家,魏世隽,王洪.关节镜下韧带重建术治疗前交叉韧带损伤的研究进展[J].中国矫形外科杂志,2018,26(16):1489-1494.
[2]罗颖丽,何晓红,成江容,等.膝关节多韧带损伤关节镜下重建术的康复护理[J].护士进修杂志,2016,31(11):1049-1050.
[3]倪倩钰,田俊.心理弹性量表信度和效度评价及应用[J].中国公共卫生,2013,29(10):1524-1527.
[4]李苗苗,代永静.Barthel 指数评分量表在康复护理中的应用进展[J].护士进修杂志,2018,33(6):508-510.
[5]陈柯,张杰敏,张馨梅,等.阶段性系统康复锻炼在膝关节前交叉韧带损伤重建术后的应用效果[J].西部医学,2016,28(4):560-563.
[6]马启友.康复护理对关节镜下前交叉韧带重建术后功能恢复影响分析[J].世界中医药,2017,12(s2):272-273.
[7]高小丽.聚焦解决模式在焦虑症住院病人心理护理中的应用效果[J].护理研究,2016,30(21):2687-2688.

(收稿日期：2021-01-20)