

DOI:10.12025/j.issn.1008-6358.2017.20170549

循证护理在髋关节置换术后患者功能锻炼中的应用

张颖, 喻薇*

复旦大学附属中山医院骨科, 上海 200032

[摘要] **目的:**探讨循证护理(EBN)在髋关节置换术后患者功能锻炼中的应用价值。**方法:**将 2015 年 5 月至 2016 年 5 月收治的髋关节置换术后患者 60 例分为对照组、观察组($n=30$)。对照组按骨科护理常规要求进行功能锻炼;观察组根据患者情况提出护理问题,运用软件检索查找循证护理依据,分析髋关节置换术后患者功能锻炼的开始时间、早期功能锻炼的时长与方法、最佳功能锻炼的方法、减轻患者功能锻炼时疼痛的方法及提高患者功能锻炼依从性的方法,制定功能锻炼方案。比较两组患者功能锻炼时疼痛程度、Harris 髋关节评分、脱位发生率、功能锻炼依从性。**结果:**功能锻炼时疼痛方面,观察组与对照组术后 3 d 数字评定量表(NRS)评分差异无统计学意义;观察组术后 1 周、2 周 NRS 评分明显低于对照组,差异有统计学意义($P<0.05$)。观察组术后 2 周 Harris 髋关节评分优于对照组,差异有统计学意义($P<0.05$)。观察组与对照组均无脱位发生。观察组功能锻炼依从性明显优于对照组,差异有统计学意义($P<0.05$)。**结论:**基于 EBN 的护理模式可减轻髋关节置换术后患者功能锻炼时的疼痛,有利于促进患者髋关节功能的恢复,同时能够有效提高患者功能锻炼的依从性。

[关键词] 循证护理;髋关节置换术;功能锻炼**[中图分类号]** R 47 **[文献标志码]** A

Application of evidence-based nursing in functional exercise of patients after total hip replacement

ZHANG Ying, YU Wei*

Department of Orthopedics, Zhongshan Hospital, Fudan University, Shanghai 200032, China

[Abstract] **Objective:** To explore the application of evidence-based nursing in functional exercise of patients after total hip replacement. **Methods:** Totally 60 patients after total hip replacement from May 2015 to May 2016 were randomly divided into control group ($n=30$) undergoing functional exercise according to the routine nursing requirements of Orthopedics Department, and observation group undergoing functional exercise according to the evidence-based nursing ($n=30$). In observation group, the relevant nursing problems were submitted, then the start time of functional exercise, the time and methods of early functional exercise, the optimal method of functional exercise, the methods for reducing the pain during exercise and the ways to promote the compliancy of functional exercise were analyzed through literature retrieval of nursing evidences, so as to formulate an exercise scheme. The degree of pain, Harris hip score, incidence of dislocation and compliance rate of functional exercise were compared between two groups. **Results:** No significant difference in NRS score three days after operation was found between two groups, while the NRS score in observation group was significantly lower than that in control group 1 week and 2 weeks after operation ($P<0.05$). Two weeks after operation, the Harris hip score in observation group was significantly higher than that in control group ($P<0.05$). No dislocation was observed in both groups and the compliance rate of functional exercise in observation group was significantly higher than that in control group ($P<0.05$). **Conclusions:** Evidence-based nursing can reduce the pain of patients during functional exercise after total hip replacement, which can promote the recovery of hip function and improve the compliance rate of functional exercise effectively.

[Key Words] evidence-based nursing; total hip replacement; functional exercise

循证护理(evidence-based nursing, EBN)可定义为护理人员在计划其护理活动过程中,审慎地、明确地、明智地将科研结论与临床经验以及患者愿望相结合,获取证据,作为临床护理决策的依据的过程^[1]。EBN 能指导护士在作出临床判断时,通过

查询研究证据、评鉴科研证据、有效利用科研证据,并且能够将所得到的科研证据、临床经验与患者的需求相联系,制定有效的、科学的护理计划,从而提高护理质量^[2]。

髋关节置换术是用人工假体置换被疾病或损

[收稿日期] 2017-06-29**[接受日期]** 2017-11-17**[作者简介]** 张颖,主管护师。E-mail: zhang.ying2@zs-hospital.sh.cn

*通信作者(Corresponding author). Tel: 021-64041990-2907, E-mail: yu.wei@zs-hospital.sh.cn

伤所破坏的髋关节,能解除疼痛、切除病灶、恢复关节活动及原有的功能,有效提高生活质量^[3]。髋关节置换术对治疗严重髋关节疾病有显著疗效,不但能够有效地缓解关节疼痛及改善关节活动度,而且能提高患者的生活质量。但接受髋关节置换术者多为老年患者,并且该术式创伤较大、操作复杂,因此术后功能锻炼对患者恢复健康尤为重要。我科于 2015—2016 年将 EBN 的理念运用到髋关节置换术后患者的功能康复锻炼中,取得了良好的效果,现报告如下。

1 资料与方法

1.1 一般资料 选取 2015 年 5 月—2016 年 5 月我院收治的髋关节置换术后患者 60 例为研究对象。排除存在严重心脑血管疾病的患者以及合并精神疾病无法配合护理操作的患者。在 2015 年 5 月—10 月本科室收治的患者中,选取 30 例髋关节置换术患者作为对照组;在 2015 年 11 月—2016 年 5 月本科室收治的患者中,选取 30 例髋关节置换术患者作为观察组。对照组:男性 17 例,女性 13 例;年龄 58~76 岁,平均 (66.35 ± 5.68) 岁。观察组:男性 19 例,女性 11 例;年龄 63~79 岁,平均 (68.67 ± 4.51) 岁。两组患者中,股骨颈骨折 45 例、骨关节炎 15 例。两组患者性别、年龄、文化程度、手术方式、手术材料、手术距离骨折时间、病程等资料差异无统计学意义,具有可比性。本研究经医院伦理委员会审核批准,患者知情同意并签署知情同意书。

对照组按照骨科护理常规要求进行功能锻炼,由责任护士在术前术后宣教时按常规内容指导患者。观察组根据 EBN,应用计算机网络检索查找循证依据,构建基于循证数据的功能锻炼方案。

1.2 EBN 干预方法

1.2.1 确定护理问题 针对患者术后功能锻炼存在的问题,结合临床护理实际,提出以下护理问题:髋关节置换术后患者功能锻炼的开始时间、早期功能锻炼的时长与方法、最佳功能锻炼的方法、减轻患者功能锻炼时疼痛的方法以及提高患者功能锻炼依从性的方法。

1.2.2 检索循证依据 根据提出的问题以“髋关节置换/髋部骨折/股骨颈骨折/功能锻炼/依从性”为关键词检索中国期刊数据库、万方数据资源系统、维普资讯-中文科技期刊数据库,并对相关依据的临床适用性、可靠性以及真实性进行评价分析,

根据 JBI 证据推荐级别进行级别评定,最终确定可靠依据。

1.2.3 构建基于循证数据的锻炼方案 根据文献检索和证据评价后,制定基于证据的功能锻炼方案,髋关节置换术后 12 h 患者即可开始功能锻炼。髋关节置换术后早期功能锻炼时间应控制在约 30 min^[4]。采取渐进式功能锻炼方式,锻炼强度上采用逐渐加强、循序渐进的方法,进行阶段性、长期性的功能锻炼。护士通过康复专家的指导,作为患者功能锻炼主要的干预者^[5]。患者术后功能锻炼依从性的主要影响因素为疼痛;睡眠质量差、缺乏自理能力、抑郁等不良情绪也是髋关节置换术后早期功能锻炼依从性的影响因素。通过有针对性的心理干预可以提高患者术后功能锻炼的依从性^[6]。

1.2.4 锻炼方案的临床应用 组织科室人员进行功能锻炼系统化培训,请康复科专家以小讲课形式进行科室内业务学习,讲解功能锻炼中的注意事项及要点,培训后进行试题考核。根据患者情况,首先功能锻炼时间应控制在 30 min 内,由康复科医师根据患者情况协助制定功能锻炼方案,然后由病房护士根据方案每日督促患者进行功能锻炼,锻炼时应依照逐步加强、循序渐进的原则进行。在功能锻炼前按医嘱使用止痛药物进行疼痛干预,减少疼痛的发生。锻炼后及时对患者疼痛程度进行评估,同时嘱患者做好心理护理,多与患者交流沟通,了解患者目前功能锻炼时存在的问题并及时解决,提高患者功能锻炼的依从性。

1.3 评定指标 功能锻炼时的疼痛程度:采用数字评定量表(numerical rating scale, NRS)^[7]进行评定。该量表是以患者自我评价为主体的疼痛强度评估工具。无痛:0 分;轻度疼痛:1~3 分,不影响睡眠;中度疼痛:4~6 分,轻度影响睡眠;重度疼痛:7~10 分,疼痛导致不能睡眠或从睡眠中痛醒。Harris 髋关节评分:总分为 100 分,90~100 分为优,80~89 分为良,70~79 分为可,<70 分为差。术后功能锻炼的依从性:采用自行设计的问卷进行调查,通过提问和观察的方法对患者是否了解功能锻炼的重要性、功能锻炼的自觉性、掌握功能锻炼方法以及功能锻炼完成情况等进行评估,将评估内容按照完全依从、部分依从、不依从来统计。另外统计脱位的发生率。

1.4 统计学处理 采用 SPSS 22.0 统计软件进行数据处理,计量资料采用 t 检验。计数资料采用 χ^2

检验,检验水准(α)为 0.05。

2 结 果

2.1 两组患者功能锻炼时疼痛程度比较 结果(表 1)表明:功能锻炼时疼痛方面,观察组与对照组术后 3 d NRS 评分差异无统计学意义;观察组术后 1 周、2 周 NRS 评分明显低于对照组,差异有统计学意义($P<0.05$)。

表 1 两组患者术后功能锻炼疼痛程度比较

组 别	$n=30, \bar{x}\pm s$		
	术后 3 d	术后 1 周	术后 2 周
对照组	5.4±0.9	2.9±0.8	2.6±0.7
观察组	5.7±0.6	1.7±0.6*	1.5±0.5*

* $P<0.05$ 与对照组相比

2.2 两组患者术后 2 周 Harris 髋关节评分及脱位比较 观察组术后 2 周 Harris 髋关节评分优于对照组(80 ± 3 vs 90 ± 5),差异有统计学意义($P<0.05$)。两组均无脱位发生。

2.3 两组患者术后功能锻炼依从性比较 结果(表 2)表明:观察组患者术后功能锻炼依从性明显优于对照组,差异有统计学意义($P<0.05$)。

表 2 两组患者术后功能锻炼依从性比较

组 别	$n=30, n(\%)$		
	完全依从	部分依从	不依从
对照组	18(60)	7(23.33)	5(16.67)
观察组	27(90)	3(10)	0(0)

3 讨 论

髋关节置换术可有效治疗患者关节疼痛,有助于关节功能的尽快恢复,使患者能够正常站立、行走,而术后的功能锻炼对患者康复起到至关重要的作用。EBN 将研究成效或研究证据运用于指导临

床护理实践工作,有利于科学地提高护理实践,充分发挥护理人员的主观能动性,对促进护理学科的发展,提高临床护理水平起到重要作用。该方法通过丰富护理人员知识、提高护理理论水平、提升护理质量,从而使护理人员不仅凭以往经验进行护理。但是,该研究存在样本较少、查找文献不全等问题,在实际应用时应综合临床情境进行选择 and 决策。

综上所述,采用 EBN 的方式对髋关节置换术后患者的功能锻炼进行指导,能够促进患者髋关节功能的恢复,起到缓解患者术后 1 周、2 周疼痛的效果。同时,EBN 对于护理难度较高的患者有较大的临床意义。

参考文献

[1] 胡 雁. 循证护理学[M]. 北京: 人民卫生出版社, 2012: 10-23.

[2] 胡 雁. 正确认识循证护理推动护理实践发展[J]. 中华护理杂志, 2005, 40(9): 714-717.

[3] 高 娜. 人工全髋关节置换术的护理进展[J]. 护理研究, 2011, 25(36): 3310-3312.

[4] 赵丹宁, 王晓红, 田东岩, 等. 功能锻炼对全髋关节置换术后患者血液流变学的影响[J]. 护理学杂志, 2006, 21(2): 15-17.

[5] 葛向煜, 王君俏, 刘邦忠, 等. 渐进式功能锻炼对老年髋部骨折患者术后肢体功能恢复的影响[J]. 护理学杂志, 2009, 24(2): 25-28.

[6] 程 宏, 张娟芳, 任庆宏. 髋关节置换术后患者早期功能锻炼的依从性[J]. 解放军护理杂志, 2010, 27(6): 431-432, 435.

[7] 成 燕, 童莺歌, 刘敏君, 等. 术后活动性疼痛护理评估对疼痛管理质量的影响[J]. 中华护理杂志, 2015, 50(8): 924-928.

[本文编辑] 廖晓瑜, 贾泽军