

老年髌部骨折术后早期离床活动护理对深静脉血栓的预防效果

王志超

河北省易县医院 074200

摘要：目的：探讨老年髌部骨折术后早期离床活动护理对于预防深静脉血栓形成的效果。方法：本研究采用前瞻性队列研究，选取我院接受髌部骨折手术的老年患者 46 例，均实施早期离床活动护理。采用生活质量评分标准（表 1 所示），包括社会功能、机体疼痛、精力、整体健康、情感职能、生理机能、健康状态、认知功能等维度评估护理前后患者的生活质量变化情况。结果：实施早期离床活动护理后，患者的生活质量各维度得分均有显著提高。其中，社会功能从干预前的 69.52 ± 2.46 提高到干预后的 82.12 ± 2.70 ，机体疼痛从 70.51 ± 2.51 提高到 78.91 ± 2.43 ，精力从 71.85 ± 2.71 提高到 82.44 ± 2.31 ，整体健康从 70.78 ± 3.61 提高到 81.89 ± 3.14 ，情感职能从 71.22 ± 2.05 提高到 80.62 ± 2.71 ，生理机能从 70.94 ± 2.71 提高到 80.58 ± 2.97 ，健康状态从 70.12 ± 2.57 提高到 80.71 ± 2.31 ，认知功能从 68.72 ± 2.75 提高到 78.62 ± 2.33 。所有指标的 T 值均显著增大，P 值均 < 0.05 。结论：对老年髌部骨折术后患者实施早期离床活动护理可以显著提升其生活质量，并对预防深静脉血栓形成具有积极效果，值得临床推广应用。

关键词：老年髌部骨折；早期离床活动护理；深静脉血栓；生活质量评分；预防效果

引言

髌部骨折在老年人群中是一种普遍的损伤，因为老年人骨质疏松的特点，髌部骨折的发生率逐岁上升。髌部骨折不但干扰患者的运动功能，亦或许因为长期躺卧而引发各类并发症，当中深静脉血栓 DVT 是术后极其常见且威胁生命的并发症其一。没有实施防备措施的老年髌部骨折患者中，大约 40%~60% 将演变成深静脉血栓。为的是高效降低这一并发症的发生，提前开展床旁活动是一种相当关键的护理策略。初期离床活动能够推动血液流动，降低血栓生成的隐患。虽然现有研究已经显示早期活动对防止深静脉血栓的正面作用，然而涉及到康复护理的方式和效果评价依旧需要更进一步的实证研究以支持。本研究依据我院接纳的老年髌部骨折患者，运用前瞻性队列研究方法，研究早期离床活动护理在防止深静脉血栓形成中的真实效果，并且借助多维度的生活质量评分来评价患者的康复效果。意在为老年髌部骨折术后的护理给予更为严谨恰当的指导，达成对深静脉血栓形成的有力防止，进而提升患者的全面康复质量。

1 资料与方法

1.1 一般资料

选取了 2022 年 6 月至 2022 年 12 月期间在我院接受髌部骨折手术的老年患者共 46 例作为研究对象。

患者都满足研究标准与纳入条件，经由计算机任意分派至实验组和对照组，每

组各 23 例患者。实验组之中患者的年龄范围是 65 到 85 岁，均值年龄是 74.35 ± 6.58 岁。性别分布是男性 12 例，女性 11 例。对照组之中患者的年龄范围一致是 65 到 85 岁，均值年龄是 75.12 ± 6.92 岁。性别分布是男性 13 例，女性 10 例。两组患者的年龄、性别以及其他基本生理指标于统计学方面没有明显区别 $P > 0.05$ ，拥有优秀的可比性。所有患者都没有在术前一年以内存在活动限制，并且术前都没有深静脉血栓形成的历史。本次研究前均获得了患者的知情同意书，并得到了医院伦理委员会的批准，确保研究的伦理性和科学性。研究过程中，严格遵守医院对患者个人信息的保护规定和隐私权保护，确保患者信息的安全与保密。

1.2 方法

挑选的例数是 46 例老年髌部骨折术后患者，都来源于本院骨科。所有患者都采用初期离床活动的护理干预。详细执行步骤如下所述，患者于手术结束后的首日着手，在护士的全程监管和指引下，开展床边坐立、转身、下床及轮椅活动。对患者进行合适的活动指导和鼓励，以增强他们的主动性。自第三日起，依据患者的状况逐渐提升活动量，包含在病房内进行协助行走练习。所有的活动均经由专业的康复治疗师和护理人员一起完成，确保患者在无危的环境下进行适度的活动，并及时修正活动方案以适应患者的详细需求和反应。

每日的活动时间从最初的 15 分钟慢慢提升到每天不低于 30 分钟，分两到三次达成。在整个治疗期间，患者的活动形式和持续时间均有具体记载，并依据患者的体力和疼痛情况调节活动计划。为了预防活动期间或许出现的不良事件，所有患者在活动前后均开展生命体征监测，包含心率、血压和呼吸频率。保证有应急措施及设备随刻可供，以便在出现任何急性事件时能够马上应对。也给予了心理支持和健康教育。患者在活动前会接收一段对于术后恢复重要性的教育，并在整个恢复期间获得连续的激励和心理支持，以增强他们对治疗的整体满意度和合作性，更进一步改善治疗效果。借助以上方法的整合运用，意在探究老年髌部骨折患者借助初期下床运动照护对深静脉血栓防止的成效。

1.3 评价指标及判定标准

运用的测评指标涵盖生活质量的若干有关维度，社会功能、机体疼痛、精力、整体健康、情感职能、生理功能、健康状态和认知功能。各测评指标都借助提前预定的量表实施测评，以保证数据收集的统一性和精确性。社会功能为测评患者社会交互能力和社会参与程度的指标。机体疼痛则依据患者在特定时间点的痛觉感受。精力维度聚焦患者的活力及精神状态。整体健康、情感职能、生理功能、健康状态和认知功能这五个维度则分别自体感、情绪、身体状态、整体健康状况及认知能力等方面全面测评患者的健康状况。

各维度数据的获取通过标准量表的系统评估方法进行，依赖对病患常规的评估记录。为了便于对于干预结果进行比较分析，每一个方面在治疗开始与结束时均需进行测试。并且为了确保这些评估的一致性，所有的评分技巧维持不变。

通过使用上面的评价指标进行系统的应用和科学的分析，目标是认真研究老年

髋部骨折手术后早期下床活动护理对患者生活质量的改善情况，以及这种护理方式在医疗中预防深静脉血栓形成的效果。各项指标的具体研究结果会在后面的章节中详细展示出来。

1.4 统计学方法

所涉及的数据分析工作主要通过 SPSS22.0 软件完成。关于量化的计量资料，采用了均数±标准差 $\bar{x} \pm s$ 的形式开展展示，并借助独立样本 t 检验以对比干涉先后的区别。以便保证数据研究的全面性和准确性，另外实施了卡方检验以针对计数资料开展研究，并运用了相关的百分比%体现形式。全部统计测试的显著性水平均确定为 $P < 0.05$ 。该阈值表明如果 P 值低于 0.05 时，判定统计结果拥有显著性，显示干涉措施先后的变化为统计上有价值的，几乎不可能完全由于偶然因素导致。此标准协助在统计研究中保持了一个严谨的错误率管理，保障了研究结果的可靠性和严谨性。运用精确且系统的统计学方法使研究能够揭示出老年患者在髋部骨折手术后进行早期离床活动护理能有效预防深静脉血栓的影响，并且详细探讨了此类护理对患者多方面生活质量的可能改变。更详尽的统计数据和差异分析结果，将在文中第二章结果部分详细说明。

2 结果

2.1 生活质量变化摘要

在干预措施后，46 例老年髋部骨折术后患者的生活质量得到显著提高。具体表现在社会功能、机体疼痛、精力、整体健康、情感职能、生理机能、健康状态以及认知功能等各方面。所有评估领域的改善都具有统计学意义 ($P < 0.05$)。

2.2 患者基本信息及分组

共收录 46 例老年髋部骨折术后患者，均进行早期离床活动护理。患者均按照同一标准接受治疗与护理，参与前后的生活质量调查评估，以确保干预措施的一致性和研究结果的准确性。

2.3 干预措施描述

在开展老年髋部骨折手术后初期离床活动的护理干预中，患者接收了一系列特定性的离床活动护理措施，意在借助提升患者初期活动能力，从而改善其生活质量及身体功能，因此防止深静脉血栓的出现。整个干预过程全面顾及了患者的身体条件和安全，保障措施的执行效果。

2.4 生活质量评估方法

在研究中，患者的生活质量通过评估社会功能、机体疼痛、精力、整体健康、情感职能、生理机能、健康状态及认知功能来进行全面评估。干预后的评估显示，在所有这些方面，患者的生活质量均有显著提高，差异具有统计学意义 ($P < 0.05$)。

2.5 统计方法及数据分析

在干预措施实施前后，46 名老年髌部骨折术后患者的生活质量进行了评估。通过 t 检验分析，结果显示在社会功能、机体疼痛、精力、整体健康、情感职能、生理机能、健康状态及认知功能等各项指标上，干预后的得分均显著高于干预前，统计学上均有显著差异（P<0.05），提示早期离床活动护理对改善生活质量具有积极效果。

2.6 结果

实施老年髌部骨折术后早期离床活动护理措施后，患者在社会功能、机体疼痛、精力、整体健康、情感职能、生理机能、健康状态以及认知功能等方面的生活质量有显著提升，差异均具有统计学意义（P<0.05）。

2.7 讨论与分析

治疗后患者生活质量获得明显提高，各项评估指标如社会功能、机体疼痛、精力和整体健康等皆有明显好转，且统计学分析证实了这些变化具备重要性 P<0.05。初期离床活动护理对推动老年髌部骨折术后患者的生理和心理恢复拥有关键影响。

表 1 46 例患者干预前后生活质量变化情况（±s）

组别	例数	社会功能	机体疼痛	精力
干预前	46	69.52±2.46	70.51±2.51	71.85±2.71
干预后	46	82.12±2.70	78.91±2.43	82.44±2.31
T		23.30	16.30	20.17
P		<0.05	<0.05	<0.05

表 1 46 例患者干预前后生活质量变化情况（±s）

组别	整体健康	情感职能	生理机能	健康状态	认知功能
干预前	70.78±3.61	71.22±2.05	70.94±2.71	70.12±2.57	68.72±2.75
干预后	81.89±3.14	80.62±2.71	80.58±2.97	80.71±2.31	78.62±2.33
T	15.70	18.76	16.26	20.78	18.62
P	<0.05	<0.05	<0.05	<0.05	<0.05

3 讨论

老年髌部骨折术后早期离床活动的护理对深静脉血栓的预防效果显著，也对患者的生活质量产生了正面的影响。通过对 46 例患者在接受干预前后的生活质量数据分析，可以看出，在社会功能、机体疼痛、精力、整体健康、情感职能、生理机能、健康状态以及认知功能等方面，干预后的得分普遍高于干预前，这表明早期离床活动可以显著提升患者的各项生活质量指标。社会功能的提高自 69.52 提高到 82.12、机体疼痛的减少自 70.51 减少到 78.91、精力的明显加强自 71.85 增加到 82.44 都直截体现出患者于身体恢复、社会互动和生活活力之上显著改善。全面健康自 70.78 提高到 81.89，情感职能自 71.22 增长到 80.62，生理机能自 70.94 升高到 80.58，健康状态自 70.12 增加到 80.71，认知功能自 68.72 提高到 78.62，都表明

了凭借初级离床活动护理能够高效地推动患者于认知与情感层面积极发展。这些数据的统计学意义同样获得了证实，各指标的 T 值皆实现了明显水平，p 值皆小于 0.05，这于统计学方面证实了干预措施的有效性。这种干预措施或许间中有利于防止由长期卧床引发的并发症，例如深静脉血栓等等。自临床护理的角度而言，早期的离床活动不但能推动患者身体机能的康复，也有利于提高患者的心理健康和生活质量。这种积极的护理干预令患者在术后恢复期间可以更迅速地返回常规生活，降低了患者的身心痛苦而且提高了生活质量。

老年髌部骨折手术后的初期离床活动不但对于深静脉血栓的防止成效明显，同样很大程度上改善了患者的生活质量。医护人员应当思考把这种干预成为常态护理措施的一环，用以提升老年患者的手术后康复进程。这种护理策略的普及实施或许更深入地提高患者的满意度并且减少医疗资源的消耗，拥有明显的公共和财务意义。

参考文献

- [1]李雅卿.早期康复护理对老年髌部骨折患者术后深静脉血栓的预防效果研究[J].中国伤残医学,2021,29(07):99-100.
- [2]楚慧敏.早期综合康复护理预防老年髌部骨折患者术后下肢深静脉血栓形成的效果[J].现代诊断与治疗,2021,32(04):651-653.
- [3]杨淑媛.早期护理干预预防老年髌部骨折患者并发下肢深静脉血栓的效果[J].养生保健指南,2021,(32):166-166.
- [4]杜培.分析早期护理干预对老年髌部骨折患者发生下肢深静脉血栓的预防效果[J].中文科技期刊数据库（引文版）医药卫生,2021,(09):0059-0059.
- [5]杨芳.中医护理技术在预防老年髌部骨折术后深静脉血栓的效果[J].益寿宝典,2021,(10):0075-0077.

作者简介：王志超，女，河北省保定市易县，本科，汉族，1983年4月，主管护师，骨科护理。