

· 论著 ·

细节护理结合踝泵运动对下肢骨折患者术后深静脉血栓的预防效果观察

简素仪* 刘金香

康美医院外科 (广东 普宁 515300)

【摘要】目的 观察细节护理结合踝泵运动对下肢骨折患者术后深静脉血栓的预防效果。方法 选取104例下肢骨折术后患者为受试对象，按照随机数表法均分为研究组与对照组各52例。对照组采取细节护理干预，研究组在对照组基础之上联合踝泵运动。观察干预前及干预1个月后，两组患者下肢功能[下肢功能评价量表(LEFS)]变化，并分析比较干预1个月后两组患者下肢深静脉血栓发生情况差异。结果 干预1个月后，两组患者LEFS各项评分均较干预前显著升高，且研究组明显高于同一时间对照组($P<0.05$)；干预1个月后，研究组患者发生深静脉血栓率明显低于对照组($P<0.05$)。结论 细节护理结合踝泵运动可有效提高下肢骨折术后患者下肢功能，预防深静脉血栓。

【关键词】细节护理；踝泵运动；下肢骨折；深静脉血栓

【中图分类号】R683.42

【文献标识码】A

DOI:10.3969/j.issn.1009-3257.2021.04.039

Observation on the Preventive Effect of Detailed Nursing Combined with Ankle Pump Exercise on Postoperative Deep Vein Thrombosis in Patients with Lower Limb Fractures

JIAN Su-yi*, LIU Jin-xiang.

Department of Surgical, Kangmei Hospital, Puning 515300, Guangdong Province, China

Abstract: *Objective* To observe the preventive effect of detailed nursing combined with ankle pump exercise on postoperative deep vein thrombosis in patients with lower limb fractures. *Methods* A total of 104 patients with lower limb fractures were selected as subjects, and they were divided into the study group and the control group with 52 cases in each group according to the random number table method. The control group took detailed nursing intervention, and the study group combined ankle pump exercise on the basis of the control group. The changes in the lower limb function [Lower Extremity Function Evaluation Scale (LEFS)] of the two groups of patients before and 1 month after the intervention were observed, and the differences in the occurrence of deep vein thrombosis in the lower limbs of the two groups after 1 month of intervention were analyzed and compared. *Results* After 1 month of intervention, the LEFS scores of the two groups of patients were significantly higher than those before the intervention, and the study group was significantly higher than the control group at the same time ($P<0.05$); after 1 month of intervention, the study group had deep veins. The thrombus rate was significantly lower than the control group ($P<0.05$). *Conclusion* Detailed nursing combined with ankle pump exercise can effectively improve the lower limb function of patients after lower limb fractures and prevent deep vein thrombosis.

Keywords: Detailed Nursing; Ankle Pump Exercise; Lower Limb Fracture; Deep Vein Thrombosis

下肢骨折多因车祸、摔伤等因素所致，近年来发病率呈逐渐上升趋势，以中老年人较为多见，可导致患者下肢功能障碍，影响患者生活质量^[1]。手术是目前治疗下肢骨折的主要手段，具有一定疗效，但术后患者踝关节功能减退，易导致下肢静脉泵血功能减弱，发生静脉回流障碍，出现下肢深静脉血栓等并发症。既往对下肢骨折术后患者常采取细节护理，具有全面、精细等优势，可有效降低术后跌倒等风险，但对深静脉血栓预防作用不明显。踝泵运动通过对患者进行主动踝关节运动，可促进下肢血液循环，改善患者踝关节功能^[2]。本研究通过对本院下肢骨折术后患者给予细节护理结合踝泵运动，以观察患者下肢功能变化及深静脉血栓发生情况。

1 资料与方法

1.1 一般资料 选取2019年2月至2020年3月期间我院收治的104例下肢骨折术后患者为受试对象，按照随机数表法均分为研究组与对照组各52例。纳入标准：符合下肢骨折诊断标准者^[3]；均接受手术治疗；经医学伦理会批准；患者签署知情同意书者。排除标准：合并严重肝、肾功能障碍者；临床资料

不完整者；既往有精神疾病史者。研究组患者男29例，女23例；年龄46~87岁，平均年龄(63.84±12.37)岁；其中股骨骨折19例，胫骨骨折16例，踝关节骨折13例，其他类型骨折4例。对照组患者男31例，女21例；年龄45~88岁，平均年龄(63.62±12.58)岁；其中股骨骨折17例，胫骨骨折14例，踝关节骨折15例，其他类型骨折6例。两组患者一般临床资料无明显统计学意义($P>0.05$)，具有可比性。

1.2 护理方法 对照组采取细节护理：对患者临床资料进行充分评估，针对性制定护理计划；术后对患者及家属进行健康宣教，详细讲解跌倒对患者危害及防范手段；高龄患者、孕妇等高危跌倒患者应在床位给予警示牌，增强患者及家属防范跌倒意识；病房应保证光源充足、干净整洁，地面干燥无水渍，床旁呼叫器位置合理，厕所、走廊安置扶手及防滑垫。意识不清醒患者可增设床旁护栏及约束带防止坠床；结合患者实际情况制定功能锻炼计划，如肌肉收缩、关节活动等。

研究组在对照组基础之上联合踝泵运动，具体为：踝关节背伸、跖屈运动：以最大力度勾脚尖并保持10s后，向下勾脚尖保持10s，10次/组，5组/d；踝关节环绕运动：以踝关节

【第一作者】简素仪，女，主管护师，主要研究方向：临床护理。E-mail: hb12112@163.com

【通讯作者】简素仪

为中点, 360°旋转踝关节, 20次/组, 5组/d; 配合下肢相关肌肉康复训练, 力度由小至大, 20次/组, 2组/d。训练1个月。

1.3 评估标准 下肢功能采用下肢功能评价量表(LEFS)表示, 对患者联合反应、肌群收缩、分离运动及速度测定4个维度进行评分, 每项25分, 共100分, 得分越高表示下肢功能越好^[4]。

深静脉血栓诊断标准: 患者出现下肢肿痛、小腿后侧或大腿内侧有明显压痛, 且彩色多普勒超声检查深静脉血栓阳性^[5]。

1.4 观察指标 观察干预前及干预1个月后, 两组患者下肢功能(LEFS)变化, 并分析比较干预1个月后两组患者下肢深静脉血栓发生情况差异。

1.5 统计学分析 数据分析采用SPSS 22.0软件进行分析统计, 计量资料采用($\bar{x} \pm s$)表示, 组间同一时间以独立样本t检验比较; 计数资料以率(%)表示, 使用 χ^2 检验。 $P < 0.05$ 表示差异具有统计学意义。

2 结果

2.1 两组患者下肢功能比较 干预1个月后, 两组患者LEFS各项评分均较干预前显著升高, 且研究组明显高于同一时间对照组($P < 0.05$), 见表1。

表1 两组患者下肢功能比较($\bar{x} \pm s$, $n=52$)

组别	时间	联合反应(分)	肌群收缩(分)	分离运动(分)	速度测定(分)
研究组	干预前	12.63±3.17	11.64±2.87	12.85±3.39	11.25±2.71
	干预1个月后	22.32±2.41	21.65±2.53	23.62±2.15	21.38±2.86
	t	17.547	18.867	19.347	18.540
	P	<0.001	<0.001	<0.001	<0.001
对照组	干预前	12.59±3.48	11.58±2.39	12.87±3.68	11.63±2.92
	干预1个月后	20.18±2.86	20.18±2.46	22.43±2.66	20.16±2.54
	t	12.151	18.081	15.182	17.191
	P	<0.001	<0.001	<0.001	<0.001
t _{组间}		4.126	3.004	2.509	2.300
P _{组间}		<0.001	0.003	0.014	0.023

2.2 两组患者深静脉血栓发生情况比较 干预1个月后, 研究组患者发生深静脉血栓3/52(5.77%)例, 明显低于对照组11/52(21.15%)例($t=4.044$, $P=0.044$)。

3 讨论

下肢骨折术后患者下肢静脉泵血功能减弱, 易发生静脉回流障碍, 临床护理除防范坠床、跌倒外, 应给予下肢功能训练, 预防深静脉血栓形成。

下肢骨折患者术后常伴有踝关节功能障碍, 且术后需对患处进行固定, 易导致患者下肢肌肉萎缩及关节挛缩, 从而影响下肢功能^[6]。本研究结果显示, 干预1个月后, 两组患者LEFS各项评分均较干预前显著升高, 且研究组明显高于同一时间对照组, 说明细节护理联合踝泵运动可有效改善下肢骨折术后患者下肢功能。分析原因认为, 踝泵运动通过对下肢骨折患者每日进行踝关节背伸、跖屈运动及踝关节环绕运动, 从而改善踝关节功能。此外, 踝泵运动还对患者进行力度由小至大的下肢相关肌肉康复训练, 从而降低下肢肌肉萎缩及关节挛缩风险, 改善下肢功能^[7]。

下肢骨折患者多以中老年人群为主, 患者多伴高血压、冠心病等基础疾病, 常因动脉粥样硬化、高血脂等因素造成血液高凝, 导致术后易发生深静脉血栓。且患者术后踝关节功能障碍, 静脉回流障碍, 加重术后发生深静脉血栓风险^[8]。下肢骨折患者术后并发深静脉血栓可导致患者下肢肿胀、疼痛, 不利于患者预后, 若不及时处理可诱发肺栓塞威胁患者生命, 不仅

加重患者痛苦, 还因后续治疗费用增加患者经济负担。本研究结果显示, 干预1个月后, 研究组患者深静脉血栓发生率明显低于对照组, 证实细节护理联合踝泵运动可有效降低下肢骨折术后患者发生深静脉血栓风险。分析原因认为, 踝泵运动通过对患者进行主动的踝关节运动, 可有效促进腓肠肌收缩, 加速下肢血液循环及淋巴回流, 从而减轻下肢深静脉血栓发生风险^[9]。

综上所述, 细节护理联合踝泵运动可有效改善下肢骨折术后患者下肢功能, 降低术后并发深静脉血栓风险, 值得临床推广。

参考文献

- [1] 吴苗苗, 施谧, 胡飞虹, 等. 术后强化护理预防下肢骨折老年患者便秘及下肢静脉血栓发生的研究[J]. 中华全科医学, 2016, 14(10): 1762-1765.
- [2] 陈敬芳, 王晓燕, 李旺. 足踝部定量活动仪辅助踝泵运动对骨科患者术后疼痛及股静脉血液回流的影响[J]. 护理学报, 2018, 25(4): 1-4.
- [3] 郭张宏, 雷广宇, 胡景阳. D-二聚体检测在下肢骨折诊断和治疗中的应用价值[J]. 陕西医学杂志, 2016, 45(4): 470-471.
- [4] 陈慧, 杜珊珊, 范丽娟, 等. 生物反馈联合疗法对老年全髋关节置换术后患者下肢运动功能的影响[J]. 中国临床研究, 2015, 28(11): 1529-1532.
- [5] 侯玉芬, 刘政. 下肢深静脉血栓形成诊断及疗效标准(2015年修订稿)[J]. 中国中西医结合外科杂志, 2016, 22(5): 520.
- [6] 王梁谦, 李修洋, 蔡南川, 等. 中医手法松解促进下肢骨折术后功能康复58例的效果观察[J]. 中国中西医结合外科杂志, 2015, 21(5): 506-508.
- [7] 李倩, 严邱英, 易瑜, 等. 多媒体健康教育下的量化踝泵运动在预防肝硬化患者股静脉置管深静脉血栓形成中的应用[J]. 血栓与止血学, 2019, 25(1): 132-134.
- [8] 赵红梅. 老年下肢骨折术后下肢深静脉栓塞的相关因素及护理对策[J]. 实用临床医药杂志, 2015, 19(22): 90-92.
- [9] 刘玉叶, 梁芳. 踝泵运动在腹腔镜下结肠肿瘤术后患者下肢静脉血栓预防中的应用[J]. 中国药物与临床, 2018, 18(5): 181-182.

(收稿日期: 2020-06-13)