维普资讯 http://www.cqvip.com

局解手术学杂志 2008年第17卷第3期
J Regional Anat & Operative Surg,2008,Vol.17,No.3

早期康复对人工全膝关节置换术后功能恢复影响

Effect of early rehabilitation on functional rehabilitation after total knee replacement operation

李文颖 （沈阳市骨科医院七病房，辽宁 沈阳 110000）

［关键词］人工关节；膝关节置换术；康复训练
［中图分类号］R687.4；R318.17 ［文献标识码］B ［文章编号］1672-5042(2008)03-0181-01

膝关节是全身最大、结构最复杂的关节，运动功能要求很高。人工膝关节置换术后，要求达到负重、伸屈、外展及旋转功能、稳定性好。2003年至2005年我院进行了45例人工全膝关节置换术，重视对术后患者采取系统的早期功能康复练习，取得满意疗效，现报告如下。

1 资料与方法

1.1 临床资料

本组病例45例，随机分为常规治疗组（对照组）22例，平均年龄62.3岁；早期康复组（康复组）23例，平均年龄63.5岁。

1.2 方法

对照组采取抗感染等常规治疗及骨科术后的常规护理；康复组除采用常规治疗和骨科常规护理外，着重强调进行早期患肢康复训练，根据患者的具体情况和手术中使用的假体类型、固定方法的不同，由医生制定相应的康复训练计划。①术后患肢保持伸直位，膝下垫5 cm软垫，局部放冰袋；②指导患者做踝关节功能锻炼，每天3～4次，每次20 min；③局部等长收缩锻炼，连续做10～20个为1组，每天3～4组；④术后第2天做患肢的直腿抬高练习，每次10组，每天2次；⑤术后第3天适当进行髋、膝关节的被动屈伸活动，进行关节活动度的恢复；⑥术后第5天，鼓励患者坐床边练习肌力和关节活动度；⑦术后第7天，开始进行不负重、不完全负重、完全负重的站立行走练习。本组45例随访6个月至3年，根据HSS评分及治疗前后膝关节活动度进行比较，对所得数据进行统计学处理。

2 结果

两组患者治疗前后HSS评分和膝关节活动度比较，治疗后对照组两项指标有改善，但与康复组比较改善幅度小，表明早期康复训练与常规治疗相结合比单纯的常规治疗效果更明显，见表1。

表1 两组患者治疗前后HSS评分及膝关节活动度比较

组别 n	HSS评分		膝关节活动度	
	治疗前	治疗后	治疗前	治疗后
对照组	45分	81分	35°～90°	75°～97°
康复组	44分	93分*	34°～92°	90°～115°*

*：与对照组比较，$P<0.05$

3 讨论

康复的目的是恢复功能，强调预防挛缩，应用训练方法锻炼肌肉力量，刺激潜在能力以恢复或代偿丧失的功能。人工膝关节置换术前、术后进行康复活动，可以最大限度地改善假体膝关节功能，术后康复活动是否得当，成为直接影响手术效果好坏的重要因素[1-2]。早期关节内与关节外软组织尚未形成粘连或有粘连尚未完全机化，锻炼的难度不大，可较快的恢复功能。但早期康复锻炼需以治疗原则为指导，应在康复师指导下进行锻炼。在全膝关节置换术后患者康复锻炼过程中，因术后早期疼痛比较重，膝关节保持伸直位，抬高患肢主动或被动踝关节活动。术后中期，锻炼的首要目的是膝关节活动度，其次是肌力恢复训练。术后第7天，在医护人员或家属的帮助下，即可下地行走，如关节不稳，可带膝支架。术后晚期以增强肌力为主，保持获得的膝关节活动度。

本组病例随访结果显示，康复组明显优于对照组，尤其在患者步态、关节活动度、功能、疼痛、生活质量有很大差别。全膝关节置换术后早期适当的康复训练，可增加关节的营养和代谢活动，促进静脉回流，减轻肿胀，防止下肢深静脉血栓形成；通过功能练习减少或消除关节周围组织的粘连，血液循环增加，加快了自身的修复；缩短康复时间，提高肢体功能状态及生活质量，降低各类并发症的发生率，有着非常重要的作用。人工膝关节置换手术多见老年患者，其体力与身体功能相对不足，康复训练原则应由轻到重、由易到难、由被动到主动，训练强度以患者能接受为宜，在训练过程中，心理康复也要贯穿整个训练的始终[3]。要掌握不同时期的心理状态，坚持循序渐进、持之以恒，不能操之过急，根据年龄、体质及耐受程度而异，并抓住各个时期的重点进行训练，就会取得满意的效果。

［参考文献］

[1] 张宝芹. 人工关节置换术后病人的功能锻炼研究进展[J]. 护理研究，2006，20(3)：573－575.
[2] 田 京，童斌辉，李 奇，等. 全膝表面关节置换术后影响关节活动度的相关因素[J]. 中国临床康复，2003，7(8)：1340.
[3] 韦永鲜，李小娥. 人工全髋关节置换术围手术期护理干预[J]. 局解手术学杂志，2006，15(6)：420.

（编辑：张天飞）

［收稿日期］2008-02-15 ［修回日期］2008-04-12