维普资讯 http://www.cqvip.com

关节镜下手术治疗弹响髋的康复护理

Rehabilitation nursing of the patients treated by arthroscopic operation for snapping hip

陆 梅,杨丽琴 (解放军第92医院骨科二病区,福建 南平 353000)

[关键词] 关节镜;弹响髋;康复护理
[中图分类号] R681.53 [文献标识码] B [文章编号] 1672-5042(2007)04-0255-01

凡是髋关节活动时产生弹响的均称为弹响髋,治疗不当将会导致髋关节功能性不稳,并可引起一系列后遗病变,严重者可影响髋关节运动功能[1]。关节镜已成为髋关节疾患诊断和治疗的重要手段,高质量的关节镜术前准备及正确合理的术后康复护理是确保手术成功的关键。本院自2003年11月至2006年12月共收治弹响髋14例,采取关节镜下髂胫束松解手术,疗效满意,现将护理体会总结如下。

1 临床资料

本组14例共18髋,男12例,女2例。年龄18~25岁,平均21.3岁,其中左侧8例,右侧2例,双侧4例。病史3个月~5年,平均2年5个月。8例曾行理疗、封闭等治疗,其中5例好转后复发,3例无效。18髋均采取关节镜下髂胫束松解手术,疗效满意。

2 护理

2.1 术前护理

2.1.1 术前准备 术前按常规做好各项术前准备,做好各项辅助检查,如血常规、凝血常规、肝肾功能及体温、脉搏、呼吸、血压的检测,老年患者一定要检测血糖及心脏功能。术前1 d做好皮肤准备,做普鲁卡因及青霉素或先锋霉素过敏试验。

2.1.2 心理护理 关节镜是一项较新的技术,很多患者对该手术不了解,一方面以为皮肤切口很小就是"小手术",另一方面又担心治疗效果不佳而产生猜疑、恐惧和紧张心理。我们根据患者年龄、职业、文化程度、接受能力等差异,用和蔼的态度、通俗易懂的语言耐心解释,使患者了解关节镜手术的目的、步骤、安全性及术中术后可能发生的问题。

2.1.3 术前康复教育 无论是术后康复阶段还是术前准备,锻练股四头肌,提高股四头肌力量,增强膝关节稳定性对膝关节疾病患者都至关重要。膝关节的各种损伤均会造成股四头肌萎缩,如术前不加强肌力锻练,术后因疼痛而不敢练习,会造成患肢更严重的肌肉萎缩。所以,一定要向患者讲明锻练股四头肌的重要性,并且在术前要教会患者锻练的方法,为术后顺利完成康复计划打好基础。

2.2 术后护理

2.2.1 一般护理 术后密切观察患者麻醉反应、生命体征,注意患肢远端血运及足趾活动情况,可将患肢弹力绷带固定,屈髋屈膝90度,双膝并拢抬高以利静脉回流、减轻疼痛和肿胀。注意切口局部有无红肿及渗出,如术后渗液较多,及时更换敷料,以防逆行感染。若手术时间长,小腿肿胀明显,建议加用脱水剂,防止发生小腿骨筋膜室综合征。

2.2.2 康复护理 麻醉作用消失后指导患者用力进行踝关节背伸跖屈活动,并辅以下肢肌肉被动按摩。术后第1天,双膝并拢持续髋膝关节伸屈锻练;使用骨伤治疗仪,2次/天,每次30 min,将电极放于患膝关节周围,电流量以患者能耐受为度。术后第2天站立交腿,坐位二郎腿训练;术后第3天在上述基础上行并膝下蹲,并逐步行走。术后1周出院,2周后恢复日常工作、生活。根据症状制定康复训练计划,不能屈髋屈膝并腿的术后着重二郎腿训练,不能伸髋伸膝并腿的术后着重站立交腿训练。整个康复锻练过程遵循循序渐进、个别对待的原则,根据锻练后及次日的反应予以增减运动量,主被动运动形式相结合,患者易耐受[2]。临床实践证明与隔日长时间运动相比,每日短时间多次运动效果更好。

3 讨论

弹响髋是指髋关节在某种位置活动时出现可以听到或者感觉到的声音,一般认为是髂胫束遭受长期的慢性劳损所致。治疗方法很多,手术被认为是最为有效的方法。既往常规行髂胫束Z字形切开,虽弹响、疼痛可改善,但创伤大,易并发血肿、感染等,术后不能早期锻练而致瘢痕再粘连,影响远期疗效。长切口亦为年轻患者无法接受。关节镜下髂胫束松解具有充分的优越性[3-4],能减轻病员痛苦、提高生活质量。手术的成功与否与护理质量密切相关,重视围手术期处理,指导功能锻练、注意倾听患者的主诉,根据每一位患者的耐受能力制订个体化的康复计划,减少或免除手术后并发症,确保患者顺利康复。

[参考文献]

[1] 殷 林.弹响髋病因探讨[J].颈腰痛杂志,2002,23(1):28-29.
[2] 李秀敏,郭秀颖,孙亚男.3例双侧人工全髋关节置换术的术前及术后护理[J].局解手术学杂志,2004,13(2):135-136.
[3] 陈伟南,骆宇春,金根洋,等.关节镜下髂胫束松解术治疗外侧型弹响髋[J].中华骨科杂志,2004,24(3):177-178.
[4] 张文涛,王 岩,王志刚,等.关节镜下软组织松解治疗臀肌挛缩症[J].中国临床康复,2002,6(12):1757-1759.

(编辑:蒋登金)

[收稿日期] 2007-04-12 [修回日期] 2007-05-29