

目标导向式康复护理对脊柱骨折患者康复效果的影响

莫儒家

成都第一骨科医院

DOI:10.12238/carnc.v3i2.13315

[摘要]目的：分析脊柱骨折患者使用目标导向式康复护理对其康复效果的影响。方法：纳入2024.01~2025.01内本院脊柱骨折患者58例，采用随机对照方式分为对照组（常规护理）和观察组（目标导向式康复护理）各29例，对比两组护理效果。结果：干预前两组脊柱功能、疼痛程度、自护能力差异均无统计学意义（ $P>0.05$ ），干预后观察组患者自护能力评分均高于对照组，脊柱功能、疼痛程度评分低于对照组，差异均有统计学意义（ $P<0.05$ ）。结论：脊柱骨折患者行目标导向式康复护理干预能够显著改善疼痛，促进脊柱功能恢复，提高自护能力。

[关键词]目标导向式康复护理；脊柱骨折；康复效果

中图分类号：R473 文献标识码：A

The Impact of Goal Oriented Rehabilitation Nursing on the Rehabilitation Effect of Patients with Spinal Fractures

Rujia Mo

Chengdu First Orthopedic Hospital

[Abstract] To analyze the impact of goal oriented rehabilitation nursing on the rehabilitation outcomes of patients with spinal fractures. Method: A total of 58 patients with spinal fractures in our hospital from January 2024 to January 2025 were included. They were randomly divided into a control group (conventional nursing) and an observation group (goal oriented rehabilitation nursing), with 29 patients in each group. The nursing effects of the two groups were compared. Result: There was no statistically significant difference in spinal function, pain level, and self-care ability between the two groups before intervention ($P>0.05$). After intervention, the self-care ability scores of the observation group were higher than those of the control group, while the spinal function and pain level scores were lower than those of the control group, and the differences were statistically significant ($P<0.05$). Conclusion: Targeted rehabilitation nursing intervention for patients with spinal fractures can significantly improve pain, promote spinal function recovery, and enhance self-care ability.

[Keywords] goal oriented rehabilitation nursing, spinal fracture, rehabilitation effect

脊柱骨折作为一种严重的外伤性疾病，其康复过程复杂且漫长，对患者的生活质量有着深远的影响^[1]。脊柱骨折的预后因个体差异和治疗措施的不同而呈现显著差异。一些患者在接受及时有效的治疗后，预后良好，能够迅速恢复功能并重返正常生活。然而有部分患者因未能得到及时有效的治疗或合并有其他并发症，导致康复过程漫长且艰难，甚至留下永久性功能障碍^[2]。因此需要更为高效、科学的康复护理。目标导向式康复护理作为一种新型的康复模式，其核心理念在于根据患者的具体情况和康复目标，制定个性化的康复计划，并通过系统的护理干预，引导患者积极参与康复过程，以期达到最佳的康复效果^[3]。本研究中，探讨了目标导向式康复护理对脊柱骨折患者康复效果的影响，具体报道如下：

一、对象和方法

（一）对象

纳入我院2024.01~2025.01内收治的脊柱骨折患者58例，采用随机对照方式分为对照组（常规护理）和观察组（目标导向式康复护理）各29例。对照组男性17例，女性12例；年龄区间22~71岁，均值（42.58±3.42）岁；致伤原因含交通事故10例，摔伤6例，坠落伤6例，高处砸伤4例，其他3例。观察组男性18例，女性11例；年龄区间20~59岁，均值（42.61±3.15）岁；致伤原因含交通事故12例，摔伤5例，坠落伤7例，高处砸伤3例，其他2例。研究内患者基本资料不存在统计学意义（ $P>0.05$ ）。患者对研究均知情并自愿参与。研究经过本院医学伦理委员会批准。

（二）方法

对照组使用常规护理，即体位护理、饮食干预、基础康复护理、健康教育等。

体位护理：患者需保持平卧位，尽量躺在硬板床上，以

减少脊柱的移动和进一步损伤。在移动患者时，应采取平移或滚动的方式，避免脊柱弯曲或扭转。对于颈椎骨折的患者，应使用颈托或头盔等物品来固定头部和颈部，防止颈椎移位或扭曲，从而保护脊髓神经免受进一步损伤。长期卧床的患者需要定期翻身以预防压疮。在翻身时，应保持头、躯干、下肢在同一平面内翻动，即轴线翻身，以减少对脊柱的压迫。

饮食干预：患者应摄入高蛋白、高热量、高维生素的食物，以满足身体对营养的需求，促进骨折愈合。同时，应增加膳食纤维的摄入，预防便秘。食物应以清淡、易消化为主，避免食用辛辣、刺激性食物，以免加重胃肠道负担。患者应保持充足的水分摄入，预防脱水。对于瘫痪患者，更应注意水分的补充，预防尿路感染。

基础康复护理：患者可能会经历剧烈的疼痛，需要及时给予镇痛药物进行疼痛管理。同时，可以通过按摩、热敷等方式缓解疼痛。在病情稳定后，患者应进行适量的康复训练，如五点支撑、小燕飞等功能锻炼，以促进骨折愈合和肌肉力量恢复。康复训练应由专业的医护人员指导和监督，避免过度运动或不当操作导致二次伤害。脊柱骨折患者容易引发并发症，如深静脉血栓、尿路感染、肺炎等。因此，需要密切观察患者病情变化，预防并发症的发生。对于长期卧床的患者，应定期翻身、检查皮肤，保持床铺干燥、清洁，预防压疮。

健康教育：患者应充分了解自己的病情和治疗方案，积极配合医护人员的治疗工作。患者应戒烟、忌酒，保持良好的生活习惯。同时，应注意保暖，避免感冒和其他并发症的发生。脊柱骨折可能会给患者带来较大的心理压力和焦虑情绪。因此，需要给予患者足够的心理支持，帮助其树立战胜疾病的信心。

观察组使用目标导向式康复护理：

1.初步评估与目标设定：对患者进行全面的身體评估，包括骨折类型、严重程度等，确定个性化的康复需求。基于评估结果，与医疗团队共同制定短期和长期的康复目标。短期目标包括减轻疼痛、预防并发症等；长期目标则可能涉及恢复肌肉力量、改善关节活动度、提高生活质量等。

2.疼痛管理与安全护理：及时给予止痛药物，结合物理治疗、按摩等手段，有效减轻患者疼痛。确保患者安全，避免摔倒或进一步损伤，在患者上下床或椅子时，提供必要的扶持。使用硬度适中的床铺和特殊床垫或枕头支撑脊柱，减轻压力。使用颈托、腰围等固定装置稳定颈椎和腰椎，防止

移位或进一步损伤。在搬运患者时，应采用平轴翻身法，确保身体保持一条直线，避免加重损伤。保持病房环境整洁、安静，避免患者因环境因素导致摔倒或碰撞等二次伤害。

3.营养支持与并发症预防：制定个性化的饮食计划，增加富含蛋白质、维生素和矿物质的食物摄入，以促进骨折愈合和身体恢复。帮助患者定期翻身，保持皮肤清洁干燥，预防压疮；鼓励患者多喝水，预防泌尿系统感染；鼓励患者咳嗽、深呼吸，保持呼吸道通畅，预防肺部感染。；保持会阴部清洁，定期更换尿袋等卫生用品，预防泌尿系感染。

4.康复训练与功能恢复：在医生指导下进行肌肉力量训练，增强脊柱周围肌肉的力量，提高脊柱稳定性；进行关节活动度训练，改善脊柱及周围关节的活动范围，促进功能恢复；结合物理治疗手段，如电刺激、超声波等，促进骨折愈合和组织修复。定期进行按摩，缓解肌肉紧张和疼痛。

5.定期评估与调整康复计划：定期对患者的康复进展进行评估，包括疼痛程度、肌肉力量、关节活动度等方面。评估频率根据患者的具体情况和康复阶段进行调整。在急性期，评估频繁；在亚急性期和慢性期，评估频率可适当降低。根据评估结果，及时调整康复计划，确保康复目标的顺利实现。

（三）观察指标

1.对比两组脊柱功能情况和疼痛程度。在实施干预前后使用 SFI 脊柱功能指数量表评估患者脊柱功能，分数 0~100 分，分数与患者脊柱功能为负相关；干预前后 VAS 视觉模拟评分法评估患者疼痛程度，分数 0~10，分数与患者疼痛程度为正相关。

2.对比两组自护能力。在实施干预前后使用 ESCA 自我护理力量表评估患者自我概念、自我护理技能、自我责任感、健康知识水平情况，分数与患者自护能力为正相关。

（四）统计学分析

采用 SPSS23.0 软件处理研究数据，使用“ $\bar{x} \pm s$ ”表示计量资料，检验使用 t；使用“%”表示计数资料，检验使用 χ^2 ， $P < 0.05$ 时两组数据差异存在统计学意义。

二、结果

（一）脊柱功能和疼痛程度对比

实施干预前两组脊柱功能 SFI 评分和疼痛程度 VAS 评分差异均无统计学意义（ $P > 0.05$ ），实施干预后观察组评分均较对照组更低，组间差异均具有统计学意义（ $P < 0.05$ ），如表 1：

表 1 两组 SFI 和 VAS 评分对比（ $\bar{x} \pm s$ ）

组别	SFI（分）		VAS（分）	
	干预前	干预后	干预前	干预后
观察组（n=29）	68.43±0.24	40.10±0.22	7.17±0.23	4.30±0.25

Clinical Application Research of Nursing Care

对照组 (n=29)	68.41±0.30	40.48±0.82	7.21±0.15	4.71±0.84
t	0.280	2.410	0.785	2.519
P	0.780	0.019	0.436	0.015

(二) 自护能力对比 >0.05)，实施干预后观察组评分均较对照组更高，组间差
实施干预前两组 ESCA 各维度评分均无统计学意义 (P 异均具有统计学意义 (P<0.05)，如表 2：

表 2 两组 ESCA 评分对比 ($\bar{x} \pm s$)

观察指标		观察组 (n=29)	对照组 (n=29)	t	P
自我概念 (分)	干预前	37.20±4.12	37.05±4.24	0.137	0.892
	干预后	50.28±4.77	44.61±5.16	4.345	0.001
自我护理技能 (分)	干预前	18.26±2.94	18.34±3.09	0.101	0.920
	干预后	32.55±4.02	27.12±3.68	5.365	0.001
自我责任感 (分)	干预前	14.37±2.40	14.45±2.34	0.129	0.898
	干预后	26.18±2.33	22.36±3.15	5.250	0.001
健康知识水平 (分)	干预前	49.14±6.22	48.95±5.83	0.120	0.905
	干预后	69.37±5.45	62.13±4.31	5.611	0.001

三、讨论

脊柱骨折作为骨科中最为常见的骨折之一，约占全身骨折的 5%-6%，其治疗和康复过程至关重要^[4]。康复护理作为实施早期康复的主要组成部分，对减少并发症、提升患者生活质量、恢复患者身体功能具有重要意义。然而传统的护理模式下，脊柱骨折患者教育与沟通不足，导致患者对康复过程了解不充分，护理配合度较低，影响康复效果^[5]。近年来，目标导向式康复护理在临床中得到了广泛应用并展现了较好效果。

目标导向式康复护理在脊柱骨折患者的康复过程中，对脊柱功能的恢复具有显著作用。通过专业的康复训练和护理，患者的脊柱活动度得到逐步改善，脊柱稳定性增强。护理过程中注重预防并发症，如脊柱畸形、肌肉萎缩等，从而有效促进脊柱功能的全面恢复^[6]。疼痛管理是脊柱骨折患者康复过程中的重要环节。目标导向式康复护理通过制定个性化的疼痛管理方案，定期评估患者的疼痛情况，并采取有效措施进行控制。这包括药物治疗、物理治疗、心理干预等多种手段的综合运用，从而有效缓解了患者的疼痛感，提高了其生活质量^[7]。目标导向式康复护理还注重提高患者的自我护理能力。通过教育和培训，使患者了解康复过程中的注意事项和自我护理技巧，增强其自我管理能力。这不仅有助于患者在康复期间更好地配合治疗，还能在康复后提高其生活自理能力，减少患者再次受伤的风险^[8]。

综上所述，目标导向式康复护理在脊柱骨折患者的康复过程中能促进脊柱功能的恢复，缓解疼痛，提高自我护理能力。

[参考文献]

[1]冯利娜.整体护理在胸腰段脊柱骨折手术患者中的应用效果[J].中国民康医学,2025,37(2):179-181,189.
[2]胡文静.对脊柱骨折患者采用循证护理干预的效果分析[J].当代医药论丛,2024,22(22):157-159.
[3]张艳,方玉梅.围手术期手术系统护理对脊柱骨折伴脊髓损伤患者术中压力性损伤的影响[J].深圳中西医结合杂志,2024,34(17):127-130.
[4]朱晓颖,郭娜,孙丽华,等.综合康复护理对脊柱骨折术后患者下肢深静脉血栓的预防效果探讨[J].中国伤残医学,2024,32(11):83-84,93.
[5]白雪峰,王凤儒.高压氧及人文关怀护理对脊柱骨折手术患者的影响[J].中国伤残医学,2024,32(10):96-98,102.
[6]叶城晨,陈雪玲,游健荣,等.快速康复护理模式在脊柱骨折手术患者中的应用效果[J].中国实用乡村医生杂志,2024,31(5):62-65,69.
[7]陈婷婷,刘海琪."医生-护士-患者-家属"四维参与护理模式应用于老年脊柱骨折患者的效果分析[J].中国伤残医学,2024,32(10):99-102.
[8]刘根云,周艳.中医综合护理在脊柱骨折患者围手术期中的应用[J].基层医学论坛,2024,28(21):149-152.

作者简介：

莫儒家 (1997.07-)、女、汉、四川乐山、本科、职称：护师、单位：成都第一骨科医院 康复医学科、研究方向：目标导向式康复护理对脊柱骨折患者康复效果的影响