

快速康复护理干预在尺骨骨折后腕关节功能恢复中的应用效果分析

谢燕芬 李路萍*

南方医科大学第五附属医院

DOI:10.12238/carnc.v3i5.15356

[摘要] 目的：探究快速康复护理干预应用于尺骨骨折患者对其腕关节功能恢复所产生的效果。方法：本研究纳入2024年4月至2025年4月我院收治的150例尺骨骨折患者作为研究对象。采用随机数字表法进行分组，将研究对象均衡分配至对照组与研究组，每组各75例。其中，对照组实施常规护理；研究组则采用快速康复护理干预。对两组患者的护理效果展开对比分析。结果：与对照组相比，研究组在腕关节功能评分上表现出显著优势，其尺偏角、桡偏角、掌屈角及背伸角测量值均显著高于对照组。差异有统计学意义（ $P < 0.05$ ）。结论：在尺骨骨折患者的治疗与康复过程中，快速康复护理干预能够有效推动患者腕关节功能的恢复进程，显著提升患者腕关节的活动范围。

[关键词] 快速康复护理干预；尺骨骨折；腕关节功能；腕关节活动度

中图分类号：R473.6 文献标识码：A

Analysis of the Application Effect of Rapid Rehabilitation Nursing Intervention in the Recovery of Wrist Joint Function After Ulnar Fracture

Yanfen Xie, Luping Li*

The Fifth Affiliated Hospital of Southern Medical University

Abstract: Objective: To explore the effect of rapid recovery nursing intervention on the recovery of wrist function in patients with ulnar fracture. Methods: This study included 150 patients with ulnar fractures admitted to our hospital from April 2024 to April 2025. The study subjects were evenly assigned to the control group and the study group, with 75 cases in each group. Among them, the control group was given routine nursing; The study group used a rapid recovery nursing intervention. The nursing effect of the two groups was compared. Results: Compared with the control group, the study group showed significant advantages in wrist function scores, and the measured values of ulnar deviation, radial deviation, palmar flexion angle and dorsal extension angle were significantly higher than those of the control group. The difference was statistically significant ($P < 0.05$). Conclusion: In the treatment and rehabilitation of patients with ulnar fractures, rapid rehabilitation nursing intervention can effectively promote the recovery process of wrist joint function and significantly improve the range of motion of patients' wrist joints.

Keywords: Rapid recovery nursing intervention; Ulnar fracture; Wrist function; Wrist range of motion

引言

尺骨骨折作为临床中较为多发的骨折类型，是指尺骨的连续性与完整性遭到破坏。该病症主要由外力冲击、暴力损伤引发，部分病例也可因间接暴力扭转致使骨质断裂^[1]。鉴于尺骨解剖结构与功能较为复杂，骨折发生后可能出现侧方移位、重叠移位以及旋转移位等情况，这些移位会对患者的预后产生显著的负面影响。在治疗过程中，若采用的治疗方案不当，不仅会严重损害患者的前臂功能，还可能导致骨折部位愈合不良，甚至出现畸形愈合现象^[2]。因此，在治疗过程中高度重视护理工作显得尤为重要。快速康复护理模式通

过系统整合各项护理措施，实现多维度协同作用，能够有效降低患者治疗期间的机体应激反应，加速康复进程，展现出良好的临床应用价值^[3]。基于此，本研究旨在深入剖析快速康复护理干预应用于尺骨骨折患者对其腕关节功能恢复所产生的效果，具体如下：

1 对象和方法

1.1 对象

本研究选取2024年4月至2025年4月于我院就诊的尺骨骨折作为样本来源，共计纳入150例。纳入标准：（1）患者需经病理学检查明确诊断为尺骨骨折；（2）具备完整

临床诊疗资料的患者；（3）患者及其家属充分了解研究信息后，自愿签署知情同意文件。排除标准：（1）合并严重器质性脏器病变的患者；（2）存在精神类疾病，无法正常进行沟通交流的患者；（3）因各种原因无法完成全程治疗与护理干预的患者。依据随机分组方法分成：对照组 75 例（男性 45 例，女性 30 例，平均年龄为 43.41 ± 4.58 岁），研究组 75 例（男性 43 例，女性 32 例，平均年龄为 43.89 ± 4.14 岁）。对两组研究对象的基线数据开展对比分析，均未呈现出显著的统计学差异（ $P > 0.05$ ）。

1.2 方法

对照组实施常规护理，即在患者入院阶段，护理人员需提供系统性入院指导，协助其完成各项诊疗检查项目。同时，通过专业讲解，向患者详细介绍疾病治疗方案、注意事项及配合要点，帮助其建立正确的治疗认知。在住院治疗期间，应持续开展精细化病情监测，严格遵循标准化评估流程，对患者生命体征、症状变化等进行动态观察。一旦发现异常临床表现，需及时与医师沟通，并协同开展针对性医疗处置，确保患者得到高效、安全的医疗照护。

研究组实施快速康复护理干预，具体方法如下：

1.健康教育。患者入院伊始，护理人员需全面评估其个体状况，基于此评估结果，采用通俗且患者易于理解的话语，为患者开展针对性的健康知识宣教。着重阐释治疗方案与康复训练的临床意义及重要价值，以提升患者及家属的重视程度。在治疗周期内，为患者发放精心编制的知识宣教手册，内容涵盖围手术期注意要点、科学康复训练方法等关键信息。同时，定期邀请骨科领域专家开展专题知识讲座，讲座过程中，专家团队针对患者提出的疑问进行细致解答，并及时纠正其存在的认知误区，确保患者及家属能够全面、准确地掌握疾病相关知识。

2.心理护理。术前需系统评估患者心理状态，依据评估结果实施个性化心理干预。护理人员通过加强与患者的互动交流，精准把握其心理动态变化及内在需求，尽可能满足合理诉求。在心理疏导过程中，护理人员秉持真诚、热忱的服务态度，给予患者情感支持与精神鼓励，以此建立良好的护患信任关系。此外，引入多元化心理干预手段，必要时邀请康复效果良好的既往尺骨骨折患者进行经验分享，或播放相关康复案例影视资料，通过真实案例向患者直观展示康复锻炼的有效性与重要性，从而缓解其焦虑、恐惧等负面情绪，显著提高患者的治疗依从性。

3.疼痛护理。护理人员需系统、耐心地向患者阐释疼痛发生机制，帮助其深入理解疼痛诱因。同时，指导患者运用非药物干预手段，如进行深呼吸训练、聆听舒缓音乐等，以分散对疼痛的注意力。在疼痛程度超出患者耐受范围时，严

格遵循医嘱给予镇痛药物干预，从而有效缓解患者疼痛感受，提升其舒适度。

4.康复锻炼。依据患者的具体病情及身体机能状况，制定个性化康复训练计划。每日定时指导患者进行康复操练习，训练内容涵盖手指关节活动、握拳伸展、手掌屈伸以及前臂旋转等项目。单次训练时长控制在 10~15 分钟，每日进行 3 次，按照循序渐进原则逐步增加训练强度。待患者肢体功能出现改善后，进阶开展精细动作训练与腕关节功能锻炼，包括接触具有冷热、软硬、干湿等不同物理特性的物体，并指导其进行抓握练习，以此促进腕关节功能的恢复。

1.3 观察指标

采用 Cooney 腕关节评分体系对两组患者腕关节功能恢复程度进行量化评估。评分越高，提示腕关节功能恢复越好。

在护理干预后，使用三角尺分别对两组患者腕关节的尺偏角、桡偏角、掌屈角及背伸角进行精确测量，以评估腕关节活动度的变化情况。

1.4 统计学分析

借助 SPSS 26.0 统计软件包对收集的数据进行了全面分析。针对计量资料，运用了 t 检验和 $\bar{x} \pm s$ 的统计方法进行了深入分析。当 P 值小于 0.05 时，判定该差异在统计学层面具有显著意义。

2 结果

2.1 两组的腕关节功能恢复情况对比

相较于对照组，研究组的 Cooney 腕关节评分明显更高，差异有统计学意义（ $P < 0.05$ ）。见表 1。

表 1 两组的腕关节功能恢复情况对比（ $\bar{x} \pm s$ ，分）

组别	例数	Cooney 腕关节评分
研究组	75	84.54 ± 3.37
对照组	75	76.86 ± 3.03
t	-	14.676
P	-	0.001

2.2 两组的腕关节活动度对比

研究组患者的尺偏角为 $(34.29 \pm 5.25)^\circ$ ，对照组患者的尺偏角为 $(21.32 \pm 4.38)^\circ$ ， $t=16.428$ ， $P=0.001$ ；研究组患者的桡偏角为 $(3.36 \pm 0.56)^\circ$ ，对照组患者的桡偏角为 $(2.92 \pm 0.48)^\circ$ ， $t=5.166$ ， $P=0.001$ ；研究组患者的掌屈角为 $(68.75 \pm 5.48)^\circ$ ，对照组患者的掌屈角为 $(57.95 \pm 4.67)^\circ$ ， $t=12.991$ ， $P=0.001$ ；研究组患者背伸角为 $(65.38 \pm 5.75)^\circ$ ，对照组患者的背伸角为 $(50.16 \pm 4.18)^\circ$ ， $t=18.542$ ， $P=0.001$ ；相较于对照组，研究组的尺偏角、桡偏角、掌屈角及背伸角均更高，差异有统计学意义（ $P < 0.05$ ）。

3 讨论

在骨科临床实践中，尺骨骨折严重损害患者前臂功能，若未及时干预，不仅会影响预后效果，还可能导致畸形愈合等不良结局，显著降低患者日常生活质量。目前，针对尺骨骨折患者，临床常规采用手法复位结合小夹板外固定的治疗方案。该疗法可有效促进前臂功能恢复，同时有助于关节空间结构的解剖复位，为骨折愈合提供稳定的力学环境，加速骨痂形成与骨折端愈合进程^[4]。然而，小夹板固定存在适配性欠佳的问题，易限制腕关节活动范围，增加骨折端再移位风险，进而对患者预后产生负面影响。因此，在尺骨骨折治疗过程中，实施科学合理的护理干预措施，对改善患者康复效果具有重要的临床意义。

既往临床常规护理实践中，护理操作多呈现被动执行医嘱的特征，护理内容局限于基础照护，缺乏多维度整合与个性化设计，致使护理服务难以达到预期效果。快速康复护理依托多学科理论体系，深度融合循证医学理念，通过科学整合围术期管理策略，能够显著缩短患者术后康复时长，有效降低手术相关并发症发生率。同时，该护理模式强调以患者为中心，通过优化护理流程与加强护患沟通，进一步促进和谐护患关系的构建，展现出显著的临床应用价值与科学性^[5-6]。本研究数据显示，与对照组相比，研究组在 Cooney 腕关节评分上表现出显著优势，其尺偏角、桡偏角、掌屈角及背伸角测量值均显著高于对照组（ $P<0.05$ ）。这一结果表明，快速康复护理干预对促进患者腕关节功能恢复、提升关节活动度具有积极作用。分析原因为健康宣教与心理护理的协同实施，有效提升了患者对治疗及康复训练的认知水平，缓解了焦虑、紧张等负面情绪，显著增强了患者在治疗与康复过程中的依从性，为康复进程奠定良好基础。通过实施多维度疼痛护理策略，减轻了患者局部疼痛症状，增强了机体疼痛耐受力，规避了疼痛对康复训练的阻碍，保障了康复计划的顺

利推进。通过实施康复训练方案，从早期康复操逐步过渡到高强度训练，并配合精细动作练习与针对性腕关节功能锻炼，系统性地促进了患肢功能恢复，最终实现腕关节活动度的有效改善^[7-8]。

综上所述，在尺骨骨折患者的治疗与康复过程中，快速康复护理干预能够有效推动患者腕关节功能的恢复进程，显著提升患者腕关节的活动范围。

[参考文献]

- [1]罗冠华,付丽萍.桡尺骨骨折患者配合康复训练护理对患者手臂功能和生活质量影响[J].航空航天医学杂志,2024,35(4):494-497.
- [2]陈园园.护理干预在尺骨骨折后腕关节功能恢复中的应用[J].航空航天医学杂志,2021,32(4):473-474.
- [3]巩雪.快速康复护理在四肢骨折患者中的应用效果分析[J].中国社区医师,2024,40(18):155-157.
- [4]赵利君,饶清,彭晓凤.尺骨骨折后护理干预对腕关节功能恢复的促进作用研究[J].健康忠告,2021,15(6):135.
- [5]张喜鹤.老年股骨颈骨折手术患者应用快速康复护理的效果[J].中国医学创新,2023,20(17):103-107.
- [6]李茜.快速康复外科护理理念对骨折术后患者应激反应及骨折愈合的影响[J].中国冶金工业医学杂志,2022,39(5):598-599.
- [7]王雪莲.尺桡骨双骨折患者应用早期康复训练护理的临床效果[J].中国伤残医学,2021,29(18):51-53.
- [8]白春霞.快速康复护理对股骨骨折术后患者的应用价值分析[J].基层医学论坛,2022,26(24):133-135.

作者简介：

谢燕芬（1984.04-），女，汉族，广东广州人，本科，主管护师，研究方向为创伤骨科。