

# 单人协助翻身法对髌部骨折患者褥疮的预防

周慧<sup>1</sup>, 林碧<sup>1</sup>, 周兴华<sup>1</sup>, 林聪祥<sup>1</sup>, 吴永琴<sup>2</sup>

(1. 浙江省平阳县中医院, 浙江 平阳 325401; 2. 温州医学院, 浙江 温州 325000)

**关键词** 髌骨折 压力性溃疡 护理

为预防长期卧床不能自行变换体位的患者出现褥疮, 护理人员每 2 h 要帮助患者翻身 1 次, 以解除局部皮肤软组织所受压迫, 改善血液循环<sup>[1]</sup>。但髌部骨折患者如果采用传统的翻身方法有引起骨折移位或假体脱位的风险<sup>[2]</sup>。自 2007 年 4 月至 2010 年 4 月, 笔者采用单人协助翻身法对 64 例髌部骨折患者进行褥疮预防, 取得良好效果, 现报告如下。

## 1 临床资料

本组 64 例, 男 28 例, 女 36 例; 年龄 62 ~ 87 岁, 平均 68.5 岁; 转子间骨折 37 例, 股骨颈骨折 27 例。治疗方法: 骨牵引 25 例; 皮牵引 21 例; 人工股骨头置换术 4 例; 穿“丁”字鞋 14 例, 其中骨折固定术后穿“丁”字鞋 8 例。

## 2 护理方法

病床设床栏, 由 1 名受过正规翻身训练的护士协助患者翻身。患者两腿间放置“梯形垫”, 健侧放置 1 ~ 2 个枕头, 患侧放置 2 个三角垫, 保持牵引, 不解除“丁”字鞋, 双下肢扣带固定, 患肢保持外展中立位; 协助者先调整病床高度到自己髌部, 再立于患肢侧, 面对患者, 两脚分开, 一手扶住患者患侧肩膀, 另一手扶住患者腰部, 同时患者双手握住健侧床栏, 两人同时用力将患者身体向健侧翻起, 协助者一只手继续扶住患者肩膀, 另一只手迅速将三角垫垫在患者的背部和臀部, 翻身完毕; 每 2 h 1 次。

## 3 结果

本组 64 例患者, 接受单人协助翻身 15 ~ 58 d, 平均 21.6 d; 均未发生褥疮; 均未因翻身不当导致骨折移位或假体脱位; 患者在单人协助下可将身体向健侧翻起约 30°, 穿“丁”字鞋的患者最大限度可翻起 90°。使用“长海痛尺”<sup>[3]</sup> 评估患者翻身时的疼痛程度: 无痛, 0 分; 轻度疼痛, < 3 分; 中度疼痛, 4 ~ 6 分; 重度疼痛, > 6 分, 剧烈疼痛, 10 分; 以 0 ~ 3 分为满意, 满意率为 78.13%。

## 4 讨论

髌部骨折包括股骨转子间骨折、股骨颈骨折、股骨头骨折, 多发生于老年人, 治疗方法有切开复位内固定、全髌置换、骨牵引、皮肤牵引等。髌部骨折患者需要较长时间的卧床制动, 翻身时要求患肢不可内

收、内旋, 要保持外展中立位。由于骨的连续性和完整性遭到破坏, 骨折端压迫和摩擦外周神经会引起疼痛, 患者往往因为害怕疼痛或骨折移位而拒绝翻身, 易继发褥疮及肺部感染等并发症, 因此由护士协助其翻身对于并发症的预防至关重要。理想的协助翻身法既要使患者感觉无痛或仅有轻微疼痛, 又要使护士操作起来简单省力。单人协助翻身法不抬起患肢, 只翻转上身及患侧骨盆, 骨折部位在正常牵引下不移动, 患处疼痛不明显, 可使患者有效翻身; 且“梯形垫”固定在两腿间, 翻身时患者臀部与下肢如板状翻身一样几乎成一直线, 患肢不内收、内旋, 保持了外展中立位。

适时的翻身可避免肌肉过度紧张, 保持舒适和稳定的卧位, 提高了患者的安全感<sup>[4]</sup>。但在翻身前要对患者做好解释工作, 进行心理护理, 使患者增强参与意识, 同时要对患者是否适合翻身及可能配合程度进行评估, 患者要神志清楚, 有一定的体力才能积极配合。在操作中要听取患者意见及建议, 让患者舒适、安全, 避免发生伤害, 要让患者有一种自我控制的感觉, 增强恢复健康的信心。

本组未发生因采取单人协助翻身造成骨折移位、假体脱位或疼痛加剧的现象。1 名护士就可以完成髌部骨折患者的翻身, 节约了护理工作的人力成本<sup>[5]</sup>。以往为髌部骨折患者翻身需要 2 ~ 3 人配合, 护理人员不足时, 家属往往因缺少相关知识而配合不当, 易造成患者骨折移位或疼痛加剧。单人协助翻身法运用力学原理, 让协助者以最小的体力发挥最大的效能, 明显提高了工作效率, 增强了患者对护理人员的信任感和满意度, 值得在临床护理工作中推广应用。

## 5 参考文献

- [1] 刘光维. 压疮防治进展[J]. 护理研究, 2005, 19(10): 2082 - 2084.
- [2] 陈小花, 陈小群, 陈雪娥, 等. 髌部骨折患者翻身的研究进展[J]. 现代护理, 2007, 13(13): 1239 - 1240.
- [3] 陆小英, 赵存凤, 张婷婷, 等. “长海痛尺”在疼痛评估中的应用[J]. 解放军护理杂志, 2003, 20(4): 6 - 7.
- [4] 卢路, 邱奇婵, 梁秀兰, 等. 人体力学在帮助患者翻身时的护理应用研究[J]. 河北医药, 2007, 29(2): 182 - 183.
- [5] 韦玉芳, 谢红, 卢永棠, 等. 单人协助翻身法在髌部骨折患者中的应用[J]. 中国实用护理杂志, 2009, 25(4): 25 - 26.

(2010-05-26 收稿 2011-03-29 修回)