

· 骨伤科护理 ·

肩关节镜手术治疗肩袖损伤的围手术期护理

李霞, 迟涛胜, 徐美丽, 李美

(山东省文登整骨医院, 山东 文登 264400)

摘 要 **目的:**探讨肩关节镜手术治疗肩袖损伤的围手术期护理方法。**方法:**2015 年 4 月至 2016 年 4 月, 对 27 例采用肩关节镜手术治疗的肩袖损伤患者进行系统的围手术期护理。男 9 例, 女 18 例。年龄 29 ~ 67 岁, 中位数 54 岁。左肩 9 例, 右肩 18 例。病程 1 个月至 3 年, 中位数 17 个月。护理措施包括术前心理护理及术区皮肤护理, 术后基础护理、肩关节外展支具护理、疼痛护理、并发症防护、功能锻炼及出院指导。随访观察肩关节功能恢复及并发症发生情况。**结果:**所有患者均获随访, 随访时间 6 ~ 12 个月, 中位数 9 个月。末次随访时采用美国加州洛杉矶大学肩关节评分系统评定疗效, 总分 (32 ± 3) 分, 优 21 例、良 5 例、差 1 例。均未出现切口感染、肺部感染及臂丛神经损伤等并发症。**结论:**对接受肩关节镜手术治疗的肩袖损伤患者实施良好的围手术期护理措施, 可以减少并发症, 有助于促进肩关节功能恢复。

关键词 肩关节; 关节镜检查; 肩袖损伤; 围手术期护理

肩袖是维持肩关节稳定性的重要结构, 主要由冈上肌、冈下肌、小圆肌及肩胛下肌组成^[1-2]。肩袖损伤是常见的肩关节疾病, 临床多表现为肩部疼痛及肩关节功能障碍^[3]。近年来, 肩关节镜手术逐渐成为治疗肩袖损伤的主流方法^[4-5]。2015 年 4 月至 2016 年 4 月, 我们对 27 例采用肩关节镜手术治疗的肩袖损伤患者进行了系统的围手术期护理, 并对其效果进行了观察, 现报告如下。

1 临床资料

本组 27 例, 男 9 例、女 18 例。年龄 29 ~ 67 岁, 中位数 54 岁。均为山东省文登整骨医院的住院患者。左肩 9 例, 右肩 18 例。无外伤史者 22 例, 有外伤史者 5 例 (跌伤 2 例、交通事故伤 1 例、运动伤 2 例)。所有患者均有肩部疼痛症状, 且常于劳累后及夜间加重。病程 1 个月至 3 年, 中位数 17 个月。

2 方 法

2.1 术前护理

2.1.1 心理护理 主动与患者交流, 了解其病情, 解答其疑问。用通俗易懂的语言向患者说明手术的方法、目的、意义及注意事项, 使其积极配合。向患者介绍成功病例, 帮助其树立战胜疾病的信心。

2.1.2 术区皮肤护理 向患者说明术前皮肤准备的范围, 强调术区皮肤护理的重要性, 使其避免损伤术区皮肤。保持术区皮肤清洁, 发现局部出现疖、痈等皮肤病时及时治疗。术前进行皮肤准备时注意动作轻柔, 避免刮伤局部皮肤, 防止感染。

2.2 术后护理

2.2.1 基础护理 密切观察患者的各项生命体征变化, 保持呼吸道通畅, 注意切口渗血及患肢末端血液循环情况, 发现问题及时报告医生处理。

2.2.2 肩关节外展支具护理 遵医嘱协助患者使用肩关节外展支具, 连续固定 8 周。注意在肩关节外展支具与皮肤接触部位放置棉垫或毛巾, 使患者感觉舒适的同时防止出现压疮^[6]。向患者说明使用肩关节外展支具的注意事项, 避免随意调整固定角度, 防止压迫臂丛神经^[7]。使用肩关节外展支具过程中, 注意观察患肢末端皮肤颜色及温度, 了解患肢感觉及运动功能变化情况, 嘱患者感觉异常时及时报告医生处理。

2.2.3 疼痛护理 向患者说明术后疼痛护理的重要性, 使其积极配合。术后切口周围放置冰袋冷敷 24 h, 减轻疼痛。了解患者疼痛情况, 疼痛程度较轻时指导其采用听音乐、看电视或与其他人聊天等方式转移疼痛注意力, 疼痛程度较重时遵医嘱应用镇痛药物或采用电子艾灸仪、电磁波治疗仪等结合耳穴压豆镇痛^[8]。

2.2.4 并发症防护 防止切口感染: 术后遵医嘱应用抗生素; 观察敷料渗血、渗液情况, 更换敷料时严格无菌操作; 定时测量体温, 并注意了解血象变化^[9]; 观察切口周围皮肤颜色、温度及患侧肢体末端血液循环情况, 发现问题及时报告医生处理。防止肺部感染: 指导患者练习深呼吸, 并教会其有效咳

嗽的方法,使其及时咳出痰液,必要时给予雾化吸入,保持呼吸道通畅。防止臂丛神经损伤:协助患者佩戴外固定支具,指导其避免随意调整支具松紧度;严密观察患侧肢体末端血液循环情况,发现问题及时报告医生处理。

2.2.5 功能锻炼 向患者说明术后功能锻炼的目的,为其提供有关功能锻炼的图片或视频,使其掌握正确的锻炼方法。向患者说明功能锻炼的注意事项,嘱其坚持进行锻炼,并循序渐进延长锻炼时间、增加锻炼强度。术后麻醉解除后指导患者适度活动腕关节及指间关节。术后 1~7 周逐渐加强腕关节及指间关节功能锻炼强度。术后 8 周去除肩关节外展支具后,指导患者进行肩关节前屈、后伸、外展及外旋等功能锻炼,以不引起肩关节疼痛为度。术后 13 周,指导患者加强肩关节功能锻炼强度,并扩大肩关节活动范围;开始进行游泳等体育运动,在日常生活中练习使用患侧手吃饭、刷牙及梳头发^[10]。

2.2.6 出院指导 根据患者身体素质及恢复情况制定个体化康复锻炼计划,指导其出院后按该计划进行锻炼。向患者说明日常生活注意事项,避免造成不必要的损伤^[11]。嘱患者定期来院复查。

3 结果

所有患者均获随访,随访时间 6~12 个月,中位数 9 个月。采用美国加州洛杉矶大学 (University of California - Los Angeles, UCLA) 肩关节评分系统^[12]评定疗效,总分 35 分(疼痛 10 分、功能 10 分、主动前屈活动 5 分、前屈肌力 5 分、满意度 5 分),34~35 分为优、29~33 分为良、<29 分为差。末次随访时本组 UCLA 肩关节评分(32 ± 3)分,优 21 例、良 5 例、差 1 例。均未出现切口感染、肺部感染及臂丛神经损伤等并发症。

4 讨论

肩袖损伤临床较为常见,其损伤机制可能与反复肩峰下撞击、肩袖缺血或退变等因素有关^[13]。肩关节镜手术治疗肩袖损伤具有损伤小、疗效好、并发症少等优点,临床应用逐渐广泛。系统的围手术期护理可以提高肩关节镜手术的疗效,减少并发症,有助于促进患者康复。术前做好患者的心理护理工作,可以缓解其紧张、焦虑等不良情绪,有助于将其身心调整至适合手术状态。术后疼痛较为常见,应向患者说明原因,并根据其疼痛程度采用相应的镇痛措施。向患

者说明术后规范进行功能锻炼的重要性,指导其坚持进行锻炼,防止出现肩部肌肉萎缩及关节粘连^[14]。由于患者住院时间有限,因此应做好出院指导工作,使其了解日常生活注意事项、注意保护患肢、坚持进行功能锻炼、合理进行体育运动及按时来院复查^[15]。

5 参考文献

- [1] 王亮,王予彬,汤华林. 肩袖损伤和创伤性肩关节前方不稳定患者肩部疼痛与肩峰下滑囊组织中炎症反应的关系研究[J]. 中医正骨, 2015, 27(10): 5-7.
- [2] 张昕煜,曹旭,李少雷,等. 推拿手法联合康复训练治疗慢性肩袖损伤[J]. 中医正骨, 2017, 29(1): 52-55.
- [3] 刘飞舞,金占萍,朱迎春. 关节镜下肩袖修补围手术期护理[J]. 现代实用医学, 2016, 28(10): 1381-1383.
- [4] 金江利,郭新军. 自编韵律操对肩关节松解术后患者肩关节活动恢复的影响[J]. 护士进修杂志, 2015, 30(10): 953-954.
- [5] 李尚明,孟宪忠,李贞晶,等. 肩袖损伤综合康复治疗的研究进展[J]. 中医药信息, 2015, 32(5): 118-121.
- [6] 张菁,安惠,张爽. 背阔肌移位阔筋膜移植关节镜下重建上关节囊治疗肩袖损伤患者的术后护理[J]. 护士进修杂志, 2016, 31(7): 644-645.
- [7] 真启云,费文勇,张云飞. 肩关节外展支具在关节镜下肩袖修补术后患者中的应用[J]. 中华护理杂志, 2014, 49(8): 1011-1012.
- [8] 江佳珺,童培建,肖鲁伟. 耳穴疗法及其在骨科临床中的应用进展[J]. 中医正骨, 2017, 29(3): 28-29.
- [9] 冯琳,许莹莹,陈秀云. 肩关节镜下治疗肩袖损伤的护理及康复 253 例总结[J]. 中国运动医学杂志, 2015, 34(12): 1206-1207.
- [10] 陈巧林. 肩关节镜下双排锚钉缝合治疗肩袖损伤的护理[J]. 实用临床医药杂志, 2015, 19(12): 148-149.
- [11] 丁玉华. 关节镜下肩袖损伤修补术 13 例康复护理[J]. 齐鲁护理杂志, 2015, 21(16): 98-100.
- [12] ELLMAN H, HANKER G, BAYER M. Repair of the rotator cuff. end - result study of factors influencing reconstruction [J]. J Bone Joint Surg Am, 1986, 68(8): 1136-1144.
- [13] 廖成静,廖章渝,曾宪辉,等. 肩袖损伤病因的研究概况[J]. 哈尔滨医药, 2016, 36(1): 85-86.
- [14] 牛茹,那键. 分阶段康复锻炼对创伤性肩袖损伤术后患者肩关节功能恢复的影响[J]. 护理学杂志, 2016, 31(18): 89-91.
- [15] 杨青霞,龚敏. 肩关节镜下肩袖损伤修复术患者康复护理 35 例总结[J]. 深圳中西医结合杂志, 2016, 26(11): 150-152.

(2017-06-25 收稿 2017-07-22 修回)