

目标管理在交叉韧带重建术后 功能锻炼管理中的应用效果

吴 谐¹, 张丽娟², 俞 红¹

(南京中医药大学苏州附属医院 苏州市中医医院, 1. 护理部; 2. 骨伤科, 江苏 苏州, 215000)

摘要: **目的** 评估目标管理锻炼模式在交叉韧带重建术后韧带功能重建中的效果。**方法** 选取50例行前/后交叉韧带重建术的患者作为研究对象, 随机分为对照组24例与试验组26例。对照组采用常规护理, 试验组在对照组基础上联合应用目标管理, 比较2组患者术后2周、6周、9周、3个月、6个月时的膝关节活动度、膝关节功能评分(HSS评分), 并比较2组患者出院时与术后6周、3个月的依从性以及出院时满意度。**结果** 在术后6周、9周、3个月、6个月时, 试验组的膝关节活动度、HSS评分均显著优于对照组($P < 0.05$); 试验组患者术后3个月时的依从性显著高于对照组($P < 0.05$); 试验组患者出院满意度显著高于对照组($P < 0.05$)。**结论** 将目标管理与康复训练结合应用于交叉韧带重建术患者, 能有效促进患者韧带功能恢复, 提升患者主观能动性, 缩短住院时间, 提升满意度, 并提高护理效率。

关键词: 目标管理; 交叉韧带重建; 功能重建; 快速康复

中图分类号: R 686.5 **文献标志码:** A **文章编号:** 1672-2353(2019)06-066-04 DOI: 10.7619/jcmp.201906017

Effect of target management in functional exercise management after cruciate ligament reconstruction

WU Xie¹, ZHANG Lijuan², YU Hong¹

(1. Department of Nursing; 2. Department of Orthopaedics, Suzhou Affiliated
Hospital of Nanjing University of Traditional Chinese Medicine, Suzhou
Hospital of Traditional Chinese Medicine, Suzhou, Jiangsu, 215000)

ABSTRACT: Objective To evaluate the effect of target management model in functional exercise management after cruciate ligament reconstruction. **Methods** Fifty patients who underwent anterior/posterior cruciate ligament reconstruction were selected as study subjects, and were randomly divided into control group (24 cases) and experimental group (26 cases). The control group was given routine nursing, and the experimental group was additionally given target management on the basis of the control group. The knee joint activity and Hospital for Special Surgery score (HSS) were compared between the two groups at 2, 6, 9 weeks, 3 and 6 months after operation; the compliance of patients at discharge, 6 weeks and 3 months, and the satisfaction at discharge were compared. **Results** Knee joint mobility and HSS score at 6, 9 weeks, 3 and 6 months after operation in the experimental group were better than that in the control group ($P < 0.05$), patients' compliance at 3 months after operation in the experimental group was higher ($P < 0.05$), and nursing satisfaction at discharge was higher than that in the control group ($P < 0.05$). **Conclusion** The combination of target management and rehabilitation training can effectively promote the functional recovery of ligament, enhance the subjective initiative for patients undergoing cruciate ligament reconstruction, shorten hospital stay, and enhance satisfaction and nursing efficiency.

KEY WORDS: target management; cruciate ligament reconstruction; functional rehabilitation; rapid recovery

膝关节交叉韧带(CL)是固定膝关节位置,维持膝关节稳定,保证膝关节功能的重要结构。随

收稿日期: 2018-12-09 录用日期: 2019-01-19

基金项目: 江苏省苏州市产业技术创新专项(民生科技-医疗卫生应用基础研究)(SYSD2017132)

通信作者: 俞红, E-mail: yu_hong2017@sohu.com

着运动损伤、行车碰撞等意外频发,交叉韧带损伤成为关节外科常见且严重的运动损伤之一^[1]。CL损伤会导致膝关节解剖位置、组织结构、关节功能等异常,并会伴随疼痛、肿胀、活动度降低等一系列症状^[2-4]。目前关节镜下韧带重建是CL损伤的首选治疗方法,具有创伤小、疼痛轻、恢复快等特点。手术治疗是功能恢复的基础,而术后有效锻炼是功能重建的关键^[5]。目前临床医护人员大多是将常规锻炼方法单方面告知患者,并口头督促患者勤加锻炼,但未能体现个性化,也未充分调动起患者的能动性。目标管理是指被管理者参与管理,共同制定目标,根据计划进行自我管理、自我控制,积极完成设定目标的一种自我管理方法^[6]。该理念于20世纪由美国管理学家彼得·德鲁克提出,最初流行于企业管理中,后逐渐兴起于各行业的管理中^[7]。在护理领域,目标管理多被用于护理教育、临床专业知识与技能提升以及患者康复等方面^[8-10]。本研究将目标管理融于交叉韧带重建术患者的功能锻炼管理中,取得一定效果,现报告如下。

1 对象和方法

1.1 研究对象

采用便利取样方法,选取2014年2月—2018年1月本院收治的50例行前/后交叉韧带重建术的患者作为研究对象。纳入标准:①首次交叉韧带损伤并行关节镜下交叉韧带重建术;②语言沟通能力正常,有良好的表达与理解能力;③自愿加入,接受术后康复锻炼目标管理;④签署知情同意书。排除标准:①有严重的心、脑、肾、血管等基础疾病;②合并严重的血管、神经不可逆损伤,膝关节功能大部分丧失;③出院后由专业人员指导康复训练。按住院号末位奇偶数将患者随机分为对照组24例与试验组26例,住院号为随机产生。研究过程中,对照组脱落1例,试验组脱落3例,最终对照组、试验组各纳入23例患者。脱落原因:3例失访,1例因干预时间太长,主动退出。2组患者性别比、年龄、基础疾病、手术时间、膝关节功能、依从性、文化程度等一般资料对比,差异无统计学意义($P > 0.05$),具有可比性。

1.2 干预方法

1.2.1 对照组:术后采用常规护理,告知患者手术后饮食、体位等注意事项;发放科室编写的锻

炼手册,向患者及家属大致讲解内容,包括功能锻炼的方法、强度、频率、时间及锻炼的重要性,每天交接班时检查锻炼情况,口头实时提醒;出院后通过电话随访或门诊复查方式监督患者锻炼情况,了解韧带恢复效果。

1.2.2 试验组:在术后常规护理的基础上结合应用目标管理。目标管理康复训练模式包括目标确定、目标实施及目标检查、评价。(1)共同制定目标。研究者术前提前与患者及家属沟通,了解患者基本情况,重点关注患者的社会背景、成长经历、性格特点、受教育程度、恢复期望值等,与医生讨论初步形成大致框架后告知患者,细心讲解,征求患者意见,并将目标卡夹于患者巡视卡上。锻炼目标框架如下:①术后24 h,减轻疼痛,促进肿胀消退,防止下肢深静脉血栓形成;②术后48 h~2周,前交叉韧带目标为如健侧一般可完全伸直,屈曲角度可达 90° ,后交叉韧带为直腿抬高可达 30° ,保持时间 >5 s;③术后3~6周,前交叉韧带为借助夹板或支具,可全负重行走,屈曲角度达 120° ,后交叉韧带为依靠重力,可被动完全伸膝,健肢辅助曲膝达 90° ;④术后7~12周,前交叉韧带术后7~9周时进一步增大膝关节活动度,增强肌力,全负重行走时可不借助夹板或支具,运动时仍需要,可进行游泳、平路自行车等运动, >9 ~12周时行走、运动均不需要支具,可进行所有路段的自行车、冲刺等运动;后交叉韧带为支具固定在完全伸直位(用/不用拐杖负重行走;进行仰/侧/卧位直腿抗阻抬高),曲膝角度达 120° ;⑤术后12周以上,加强锻炼,增大肌力、关节活动度,提升稳定性、灵活性。(2)主动锻炼,逐步达成。对护理人员进行培训,要求其掌握目标管理的具体内容与程序,并熟知韧带重建术后的具体锻炼措施。待患者术后返回病房,责任护士负责目标管理。在患者生命体征稳定并有效镇痛的基础上,责任护士指导患者进行锻炼,细化每日目标,巡视病房时,检查并督促,将具体锻炼过程记录于目标管理卡上,每班交接目标达成情况。锻炼过程中如有不适,及时反馈患者意见,并与医生商讨,在不影响预后的基础上轻微调整。出院后,研究者进行电话随访或门诊复查,了解患者目标达成情况以及有无需要调整之处。(3)检查锻炼效果,评估恢复情况。对未参与此研究的1名护士进行培训,使其掌握评估锻炼效果的测量方法。在每个大目标时间节点处,收集患者数

据交由研究者进行分析。

1.3 评价指标

比较 2 组患者在术后 2 周、6 周、9 周、3 个月、6 个月时的膝关节活动度、膝关节功能评分(HSS 评分);比较出院时与术后 6 周、3 个月时 2 组患者依从性(自制依从性量表,共 10 个条目,每个条目 1~5 分,总分 50 分, >40 分为依从性良好, 25~40 分为依从性一般, <25 分为依从性差);比较 2 组患者出院时的满意度。

1.4 统计学方法

采用 Epidata 3.1 录入数据, SPSS 22.0 进行

统计学分析,计量资料以($\bar{x} \pm s$)表示,数据符合独立性、正态性、方差齐性,用两独立样本 t 检验,反之用非参数检验,计数资料以[$n(\%)$]表示,采取 χ^2 检验, $P < 0.05$ 表示差异有统计学意义。

2 结 果

2.1 术后膝关节活动度比较

术后 6 周、9 周、3 个月、6 个月时,试验组患者膝关节活动度均显著大于对照组,差异有统计学意义($P < 0.05$),见表 1。

表 1 2 组患者术后膝关节活动度比较($\bar{x} \pm s$)

组别	n	术后 2 周	术后 6 周	术后 9 周	术后 3 个月	术后 6 个月
对照组	23	90.04 $\pm$ 0.45	115.34 $\pm$ 0.46	120.57 $\pm$ 0.59	125.29 $\pm$ 0.70	131.89 $\pm$ 0.66
试验组	23	90.31 $\pm$ 0.66	120.54 $\pm$ 0.59 *	126.53 $\pm$ 0.69 *	132.13 $\pm$ 0.57 *	140.25 $\pm$ 0.83 *

与对照组比较, * $P < 0.05$ 。

2.2 术后 HSS 评分比较

术后 6 周、9 周、3 个月、6 个月时,试验组患

者 HSS 评分均显著高于对照组,差异有统计学意义($P < 0.05$),见表 2。

表 2 2 组患者术后 HSS 评分比较($\bar{x} \pm s$)

组别	n	术后 2 周	术后 6 周	术后 9 周	术后 3 个月	术后 6 个月
对照组	23	70.26 $\pm$ 1.74	72.65 $\pm$ 1.72	76.39 $\pm$ 1.70	82.26 $\pm$ 2.09	90.39 $\pm$ 1.90
试验组	23	71.26 $\pm$ 1.74	75.30 $\pm$ 1.80 *	81.35 $\pm$ 1.67 *	86.26 $\pm$ 1.74 *	93.04 $\pm$ 1.99 *

与对照组比较, * $P < 0.05$ 。

2.3 患者依从性比较

术后 3 个月时,试验组患者的依从性显著高

于对照组患者,差异有统计学意义($P < 0.05$),见表 3。

表 3 2 组患者依从性比较[$n(\%)$]

组别	n	时点	依从性良好	依从性一般	依从性差	总依从
对照组	23	出院时	20(86.96)	2(8.70)	1(4.35)	22(95.65)
		术后 6 周	10(43.48)	10(43.48)	3(13.04)	20(86.96)
		术后 3 个月	7(30.43)	10(43.48)	6(26.09)	17(73.91)
试验组	23	出院时	22(95.65)	1(4.35)	0	23(100.00)
		术后 6 周	21(91.30)	2(8.70)	0	23(100.00)
		术后 3 个月	20(86.96)	3(13.04)	0	23(100.00) *

与对照组比较, * $P < 0.05$ 。

2.4 出院时满意度比较

试验组出院时满意度为 100.00% (23/23), 显著高于对照组出院时满意度 78.26% (18/23), 差异有统计学意义($P < 0.05$),表明目标管理式功能锻炼显著提高了患者对护理服务的满意度。

3 讨 论

目标管理式功能锻炼可提高交叉韧带重建术患者的主观能动性。患者参与目标制定,管理者根据每个人的自身情况,合理地将每个大目标分

割成无数小目标,可使患者在充满信心的基础上努力锻炼,达到自己预想的效果,如此循环往复,韧带功能慢慢重建。患者有计划、有目标、有信心地不断鼓励自己,化被动为主动,不仅能加快康复速度,减少住院时间,还能更加认可医生与护士的付出,建立良好的医患关系^[11]。

目标管理式功能锻炼可提高护理效率,减轻护理工作量。医、护、患共同制定详细的锻炼计划,在患者积极配合、主动锻炼的基础上,护士扮演着观察、评估、讲解、反馈等辅助角色。对照组

采用口头提醒,每日例行宣教,不仅花费大量护理时间,而且患者恢复效果未见明显提升,试验组采用目标管理锻炼,不仅减少了无效护理,在提高锻炼效果的同时还提升了患者满意度^[12],护理人员也减轻了临床工作压力,将更多的精力投入到其他需改进之处。

目标管理式功能锻炼可确保延续性护理的质量。为了减少医疗资源的浪费,韧带损伤重建术患者的住院时间较短(7~10 d),大部分功能锻炼均依靠患者自己完成,而韧带损伤的功能恢复十分重要^[13],有效的训练可帮助患者更快地恢复工作与生活^[14]。患者住院期间形成每日进行目标锻炼的习惯,有具体计划,出院后患者亦会认真锻炼,再辅以随访等监督措施,可使锻炼效果得以保证,确保延续性护理的质量。

综上所述,目标管理在交叉韧带功能重建中的应用效果值得肯定,在加速膝关节功能恢复的同时,可提升患者依从性与满意度,体现了快速康复外科的理念^[15]。目标管理理念能充分利用患者的主观能动性,确保护理质量,减轻护理压力,提高护理效率,体现优质的护理服务,可与慢病管理、延续性护理等相结合在临床应用。

参考文献

- [1] 高静,苏晓军. 膝关节镜下前交叉韧带重建术后康复护理进展[J]. 临床护理杂志, 2012, 11(1): 59-61.
- [2] 谢卫梅,姚晓红,陈惠冰,等. 康复训练路径在前交叉韧带重建术后的应用[J]. 护理研究, 2013, 27(20): 2133-2135.
- [3] 王欣,王宏,陈秀云,等. 膝关节前交叉韧带重建术后患者功能康复的相关因素分析[J]. 护理管理杂志, 2014, 14(3): 197-199.
- [4] 聂志强. 膝关节镜下前交叉韧带重建术后康复治疗的发展[J]. 中国伤残医学, 2014, 22(5): 282-283.
- [5] 张昕. 快速康复外科护理在膝关节置换术围术期患者中的应用价值[J]. 中国继续医学教育, 2017, 9(34): 120-122.
- [6] 胡艳宁. 护理管理学[M]. 北京:人民卫生出版社, 2012: 44-47.
- [7] 方红霞,陆皓,梁晓燕,等. 综合护理对人工全膝关节置换术后患者功能恢复的疗效观察[J]. 中国康复, 2016, 31(2): 100-101.
- [8] 陶娟,杨丽黎,金学勤,等. 目标管理法在护理实习生带教中的应用研究[J]. 中华护理教育, 2015, 12(5): 383-385.
- [9] 管萌敏. 目标管理在耳鼻喉科护理管理中的应用研究[J]. 医院管理论坛, 2015, 32(7): 42-44.
- [10] 周建梅,林忠勤,董晓琤,等. 目标管理在膝关节置换术后患者康复训练管理中的实践效果[J]. 中医药管理杂志, 2017, 25(16): 111-113.
- [11] 林玲,王小英,桂定文,等. 目标管理在尿流改道患者术后的运用效果观察[J]. 现代泌尿生殖肿瘤杂志, 2016, 8(3): 167-169.
- [12] 汤琦玫,居红飞,陈远星. PDCA 循环在全膝关节置换术后患者功能锻炼中的应用[J]. 江苏医药, 2016, 42(17): 1959-1960.
- [13] 范会革,张艳芹. 关节镜下腘绳肌肌腱重建前交叉韧带术患者的术后康复护理[J]. 护理学报, 2011, 18(4): 58-59.
- [14] 程小芸,方梅,郑粤湘,等. 护理干预对关节镜下前交叉韧带重建术后功能恢复的研究[J]. 齐齐哈尔医学院学报, 2013, 34(6): 908-909.
- [15] 何雪花. 快速康复外科理念在膝关节镜手术围手术期护理中的应用[J]. 中医正骨, 2017, 29(2): 79-80.

《实用临床医药杂志》“医工结合与临床研究” 2019 年专题征稿启事

自 2019 年起本刊开辟“医工结合与临床研究”专栏,欢迎相关领域研究专家向本刊赐稿,稿件将优先录用,同时给予优厚的稿酬。

具体要求:

- (1) “医工结合与临床研究”相关原创性论文,偏重临床应用研究。
- (2) 省级以上基金资助课题,提供准确的基金项目名称及编号。
- (3) 论著字数 4 000~5 000 字,需完整的中英文摘要,参考文献 15 篇以上。
- (4) 详细作者简历(姓名,职称,手机,邮箱,社会兼职,研究方向,等等)。
- (5) 请您将论文发到 1036217200@qq.com,文件名备注“医工结合与临床研究专题征稿论文”。
- (6) 联系人:钱锋,13852700236,0514-87978807
- (7) 通讯地址:江苏省扬州市扬州大学江阳路北校区 14 栋 2 楼,《实用临床医药杂志》编辑部,邮政编码:225009

《实用临床医药杂志》编辑部