

分析基于微信平台康复护理模式对前交叉韧带损伤患者术后恢复及依从性的影响

刘 瑞 鲍冬梅

宁夏医科大学总医院 宁夏 银川 750004

摘 要：目的：探究基于微信平台康复护理模式对前交叉韧带损伤患者术后恢复及依从性的影响。方法：选取在2023年4月到2024年4月本院收治的70例前交叉韧带损伤患者，随机数字表法分为观察组（基于微信平台康复护理模式）、对照组（常规护理）各35人。结果：相比对照组，观察组护理效果、治疗依从性均较高（ $P < 0.05$ ）；护理后，观察组心理弹性、自我护理能力评分均较高（ $P < 0.05$ ）。结论：对前交叉韧带损伤患者应用基于微信平台康复护理模式的护理效果、治疗依从性更高，能够显著改善其心理弹性，提升自我护理能力，加快术后恢复。

关键词：基于微信平台康复护理模式；前交叉韧带损伤；术后恢复；依从性

前交叉韧带损伤，作为一种常见的运动伤害，不仅给患者带来身体上的痛苦，还严重影响了他们的日常生活和运动能力^[1]。术后恢复，作为治疗过程中的关键环节，其效果直接关系到患者的康复质量和未来生活质量。而康复护理模式的优化与创新，无疑是提升术后恢复效果的重要途径。近年来，随着信息技术的迅猛发展，微信这一社交平台已广泛应用于人们的日常生活中。其强大的互动性和便捷性，为康复护理模式的创新提供了新的思路^[2]。基于微信平台的康复护理模式，以其独特的优势，逐渐成为了前交叉韧带损伤患者术后恢复的新选择。本文旨在探究基于微信平台康复护理模式对前交叉韧带损伤患者术后恢复及依从性的影响。

1 资料与方法

1.1 一般资料

选取在2023年4月到2024年4月本院收治的70例前交叉韧带损伤患者，随机数字表法分为观察组男18例、女17例，平均年龄（ 33.52 ± 6.22 ）岁；对照组男20例、女15例，平均年龄（ 33.05 ± 5.98 ）岁。一般资料无差异， $P > 0.05$ 。纳入患者被确诊为前交叉韧带损伤，并接受了相应的手术治疗。排除标准：（1）患有其他严重疾病或合并症的患者，如心血管疾病、糖尿病等；（2）存在手术禁忌症的患者，如感染、凝血功能障碍等；（3）存在精神疾病的患者。

1.2 方法

观察组采用基于微信平台的康复护理模式：（1）制定个性化康复计划。根据患者的具体情况，如年龄、性别、病情严重程度等，由专业医护人员为其制定个性化的康复计划，应涵盖康复锻炼的方法等多个方面，旨在

帮助患者逐步恢复运动功能，减少并发症的发生。患者可以通过微信平台接收并查看这份计划，同时也可以在上与医护人员沟通，对计划进行及时调整和优化。

（2）提供实时康复指导。借助微信平台的即时通讯功能，为患者提供一站式的实时康复指导服务。针对患者提出的疑问，康复专家需要迅速响应，以专业、耐心的态度为患者提供详尽的解答和建议。同时，利用微信平台的多媒体功能，为患者提供了图文并茂、生动直观的康复指导资料。患者可以随时随地查看这些资料，确保自己能够正确、有效地执行康复计划。还要鼓励患者在康复过程中，通过微信平台分享自己的康复心得，不仅有助于患者之间的相互学习和鼓励，也可以让医护人员更全面地了解患者的康复情况，为后续的康复指导提供更加精准的依据。（3）监测康复进展与反馈。基于微信平台，建立一套完善的康复进展监测与反馈机制。在康复过程中，鼓励患者定期通过微信平台提交自己的康复日志，包括康复锻炼的完成情况、身体感受的变化、遇到的困难与挑战等，从而真实反映患者的康复状态。康复团队通过对这些信息的仔细分析，能够准确判断患者的康复进展，及时发现潜在的问题。一旦发现问题，康复团队应迅速通过微信平台向患者发送反馈意见，包括调整康复计划的建议、解决困难的策略等。（4）建立术后康复群与心理支持。在患者出院时，护理团队应主动邀请患者加入专为前交叉韧带损伤术后康复设立的微信群。在群里，护理团队成员会定期分享康复知识、锻炼指导视频以及成功案例，帮助患者树立康复信心。同时，患者之间也可以相互分享康复经验，形成积极的康复氛围。针对个别存在严重心理问题的患者，护理团队

还会提供一对一的心理咨询服务。

给予对照组基础干预、定期随访等常规护理措施。

1.3 观察指标

(1) 护理效果, 显效: 患者膝关节疼痛减轻, 肿胀消退, 关节活动度增加, 能够自如地进行日常活动, 如行走、上下楼梯等。患者对康复知识的掌握程度较高, 能够自主进行康复锻炼, 并定期向护理人员反馈康复进展。有效: 患者膝关节疼痛有所缓解, 肿胀程度减轻, 关节活动度有所增加, 能够部分参与日常活动。患者对康复知识有一定的了解, 能够在护理人员的指导下进行康复锻炼, 并定期向护理人员汇报康复情况。无效: 患者膝关节疼痛、肿胀等症状未得到明显缓解, 关节活动度未增加, 甚至可能出现恶化。患者对康复知识的掌握程度较低, 无法自主进行康复锻炼, 或经常忘记执行康复计划; (2) 治疗依从性; (3) 心理弹性量表评估心理弹性, 0-100为评分范围, 分数越高, 表示弹性越高; (4) ESCA量表评估自我护理能力, 得分与自我护理能力水平成正比。

1.4 统计学分析

SPSS23.0统计学软件, 心理弹性、自我护理能力评分以“($\bar{x} \pm s$)”表示, “ t ”检验, 护理效果、治疗依

从性以[n(%)]表示, “ χ^2 ”检验, $P < 0.05$: 差异有统计学意义。

2 结果

2.1 护理效果: 观察组比对照组高($P < 0.05$), 见表1。

表1 护理效果[n(%)]

分组	<i>n</i>	显效	有效	无效	总有效率
观察组	35	20	13	2	33 (94.3)
对照组	35	16	9	10	25 (71.4)
χ^2					6.135
<i>P</i>					< 0.05

2.2 治疗依从性: 观察组比对照组高($P < 0.05$), 见表2。

表2 治疗依从性[n(%)]

组别	<i>n</i>	完全依从	部分依从	不依从	总依从性
观察组	35	22	12	1	34 (97.1)
对照组	35	15	11	9	26 (74.3)
χ^2					7.124
<i>P</i>					< 0.05

2.3 心理弹性评分: 观察组升高更明显($P < 0.05$), 见表3。

表3 心理弹性评分($\bar{x} \pm s$, 分)

组别	例数	韧性		力量性		乐观性	
		实施前	实施后	实施前	实施后	实施前	实施后
观察组	35	17.35±1.21	44.54±1.60	12.18±1.15	28.34±1.34	8.11±0.57	15.41±1.25
对照组	35	17.33±1.25	33.28±1.54	12.20±1.11	20.02±1.29	8.12±0.62	11.47±1.12
<i>t</i>		3.035	9.362	1.058	7.251	0.625	6.352
<i>P</i>		> 0.05	< 0.05	> 0.05	< 0.05	> 0.05	< 0.05

2.4 自我管理能力评分: 观察组升高更明显($P < 0.05$), 如表4。

表4 自我管理能力评分($\bar{x} \pm s$, 分)

分组	<i>n</i>	健康知识		自我认知		责任感		自我管理能力		总评分	
		实施前	实施后	实施前	实施后	实施前	实施后	实施前	实施后	实施前	实施后
观察组	35	20.16±4.02	40.78±5.32	17.17±2.25	32.89±5.41	16.14±2.09	32.74±3.62	19.17±2.10	36.84±5.11	71.12±5.24	138.24±6.37
对照组	35	20.15±4.03	33.54±4.74	17.20±2.30	24.79±4.02	16.16±2.01	26.56±3.02	19.20±2.08	29.35±3.41	71.04±4.33	110.17±5.24
<i>t</i>		0.248	6.398	0.147	9.210	0.524	6.247	0.247	5.149	0.268	9.578
<i>P</i>		> 0.05	< 0.05	> 0.05	< 0.05	> 0.05	< 0.05	> 0.05	< 0.05	> 0.05	< 0.05

3 讨论

前交叉韧带损伤, 作为运动损伤中常见的一种, 其术后恢复不仅关乎患者的运动功能重建, 更直接影响到患者的日常生活质量和心理状态^[3]。传统的康复护理模式往往局限于医院内部, 患者在出院后往往缺乏持续、专业的康复指导, 这在一定程度上影响了患者的恢复效果和依从性。然而, 随着信息技术的飞速发展, 尤其是智

能手机的普及和微信等社交媒体的广泛应用, 为康复护理提供了新的思路和可能^[4]。

基于微信平台的康复护理模式, 作为一种新兴的远程医疗服务方式, 正逐渐改变着传统康复护理的面貌^[5]。这一模式充分利用了微信的即时通讯、信息推送和社交互动等功能, 为患者提供了一个全方位、个性化的康复护理平台。本文通过探究基于微信平台康复护理模式对

前交叉韧带损伤患者术后恢复及依从性的影响,结果显示,观察组护理效果、治疗依从性均较高,且心理弹性、自我护理能力改善程度更明显($P < 0.05$)。原因:基于微信平台的康复护理模式具有不受时空限制的优势。传统康复护理往往受到时间和地点的局限,而微信平台则打破了这一束缚^[6]。患者可以在家中或其他方便的地点,通过微信随时接收护理人员的指导和建议,不再需要频繁前往医院或诊所。这种便捷性不仅节省了患者的时间和精力,还提高了康复护理的灵活性和可及性。通过微信平台,护理人员能够发送详细的康复指导信息,并以图文、视频等多种形式呈现。这种直观、易懂的信息传递方式,有助于患者更好地理解康复计划,明确康复目标,从而增强他们参与康复治疗的主动性和积极性。同时,微信平台上的康复社区为患者提供了一个交流互动的平台,可以与其他康复者分享康复经验、交流心得体会,相互鼓励和支持。这种集体性的互动,不仅让患者感受到归属感和认同感,还让他们从他人的成功案例中汲取力量和勇气,增强了他们面对困难和挑战的决心和勇气。除此之外,微信平台上的康复指导更具个性化和针对性。康复专家可以根据患者的具体情况制定个性化的康复计划,并通过微信平台发送给患者,不仅有助于患者更好地理解和执行康复步骤,还能让他们感受到被重视和关怀,从而更加积极地参与到康复过程中来。患者在执行康复计划的过程中,如果遇到任何问题或困惑,都可以通过微信平台及时向专家咨询,获取专业的解答和指导,这进一步提升了患者的自我护理能力。

综上所述,对前交叉韧带损伤患者应用基于微信平台康复护理模式的护理效果、治疗依从性更高,可以有

效改善其心理弹性,提升自我护理能力,促进术后恢复。总之,基于微信平台的康复护理模式对前交叉韧带损伤患者的术后恢复及依从性产生了深远的影响。这一模式的出现,不仅为患者提供了一个便捷、高效的康复平台,还通过个性化的康复指导、实时的病情监测和互动式的心理支持,极大地提升了患者的康复效果和依从性。然而,在实际应用中,还需要结合患者的具体情况,不断优化和完善康复计划,确保康复效果的最大化。医护人员也需要不断提升自身的专业素养和服务意识,以更好地满足患者的康复需求。

参考文献

- [1]倪萍.以微信视频指导为基础的功能锻炼对膝部韧带损伤术后患者膝关节活动度及功能恢复的影响[J].反射疗法与康复医学,2024,5(2):195-198.
- [2]师晓静.微信群联合健康指导对前交叉韧带并半月板损伤患者术后功能锻炼依从性及护理工作满意度的影响研究[J].黑龙江医学,2022,46(9):1131-1133,1136.
- [3]何玉洁,胡克萍,陈燕梅, et al.基于微信视频指导的功能锻炼在膝部韧带损伤患者术后护理中的应用效果[J].中西医结合护理(中英文),2022,8(6):5-8.
- [4]李红丽.微信平台下的康复指导在前交叉韧带损伤术后患者中的应用效果观察[J].黑龙江医学,2022,46(9):1094-1097.
- [5]石琪.基于微信平台的康复护理模式对前交叉韧带损伤患者术后恢复及依从性的影响[J].婚育与健康,2024,30(10):154-156.
- [6]解庆琴,王云,刘慧玉,等.微信随访与电话随访在前交叉韧带损伤关节镜术出院患者健康教育中的效果比较[J].海军医学杂志,2018,39(1):87-89.