

# 个体化康复护理方案在骨科及神经损伤患者中的应用研究

徐虹 翁佳佳

(衢州市人民医院 浙江衢州 324000)

**【摘要】**本文立足骨科及神经损伤患者康复需求的特异性,围绕个体化康复护理的核心价值,系统探讨方案构建依据、临床应用要点、效果影响因素、优化路径及推广价值。骨科与神经损伤患者康复周期长、个体需求差异大,传统同质化护理难以适配临床实际。通过精准构建护理方案、规范临床应用流程、破解实施过程难题,实现康复护理与患者个体需求深度契合,有效提升康复效果与生活质量,为临床护理质量升级、护理学科专业化发展提供实践支撑。

**【关键词】**个体化康复护理;骨科患者;神经损伤患者;临床应用;护理优化

Application Research of Individualized Rehabilitation Nursing Program in Orthopedic and Neurological Injury Patients

Xu Hong Weng Jiajia

(Quzhou People's Hospital, Zhejiang Province, Quzhou 324000)

[Abstract] This study focuses on the specific rehabilitation needs of orthopedic and neurological injury patients, systematically exploring the rationale for program development, key clinical application points, influencing factors of outcomes, optimization pathways, and promotion value, all centered around the core value of individualized rehabilitation nursing. Orthopedic and neurological injury patients often require prolonged rehabilitation periods with significant individualized needs, making traditional homogeneous nursing approaches inadequate for clinical practice. By precisely designing rehabilitation programs, standardizing clinical application processes, and addressing implementation challenges, this study achieves deep alignment between rehabilitation nursing and patients' individualized needs, effectively enhancing rehabilitation outcomes and quality of life. It provides practical support for upgrading clinical nursing quality and advancing the professional development of nursing disciplines.

[Key words] individualized rehabilitation nursing; orthopedic patients; neurological injury patients; clinical application; nursing optimization

## 引言

骨科及神经损伤患者常伴随肢体功能障碍、感觉异常、运动能力下降等问题,康复周期漫长且个体差异显著,对护理方案的针对性、专业性和精细化提出极高要求。个体化康复护理以患者病情特点、身体基础状况、心理状态及主观诉求为核心,打破传统同质化护理的局限,实现“一人一策”的精准护理服务。当前临床应用中仍存在方案构建不精准、多学科协作不足、实施落地不到位等问题。深入研究其应用要点与优化策略,对提升患者康复效果、改善生活质量、推动护理学科规范化转型具有重要意义。

## 一、个体化康复护理方案的核心构建依据

### 1.1 患者损伤类型与病情严重程度

患者损伤类型与病情严重程度是构建个体化康复护理方案的核心前提,直接决定护理方向、重点及强度。骨科损伤涵盖骨折、关节脱位、软组织损伤等多种类型,不同损伤部位与程度的康复目标差异显著,如脊柱骨折患者需侧重脊柱稳定性保护与排便功能恢复,而关节损伤患者则以关节活动度训练为核心。神经损伤包括中枢神经与周围神经损伤,

损伤程度直接影响功能障碍范围,轻度损伤可能仅伴随局部感觉异常,重度损伤则可能导致肢体偏瘫、运动功能丧失。护理方案需基于损伤类型精准判断康复难点,结合病情严重程度制定阶梯式康复计划,避免护理措施盲目性,确保护理服务贴合患者实际病情。

### 1.2 患者身体基础状况与康复潜力

患者身体基础状况与康复潜力是个体化康复护理方案的重要适配依据,决定康复计划的可行性与预期效果。身体基础状况涵盖年龄、体质、基础疾病等因素,老年患者常伴随高血压、糖尿病等基础疾病,康复护理需兼顾基础病管控,避免康复训练诱发病情波动;体质虚弱患者则需循序渐进提升训练强度,优先保障营养供给与体能恢复。康复潜力与患者组织修复能力、神经代偿功能密切相关,部分年轻患者神经再生与修复能力较强,可制定强度适中的功能训练计划;而老年患者康复潜力有限,需侧重基础功能维持与生活自理能力提升,确保护理方案既符合身体耐受度,又能最大化挖掘康复潜力。

### 1.3 患者心理状态与主观康复诉求

患者心理状态与主观康复诉求是个体化康复护理方案的人文核心,直接影响康复依从性与最终效果。骨科及神经损伤患者因功能障碍易产生焦虑、抑郁、自卑等负面情绪,

这类心理问题会削弱康复积极性,甚至抗拒护理与训练。护理方案需充分评估患者心理状态,融入心理疏导措施,帮助患者建立康复信心。同时,患者主观康复诉求存在差异,部分患者希望恢复工作能力,需侧重职业相关功能训练;部分患者以生活自理为目标,需强化日常活动能力培养。兼顾心理状态与主观诉求,可让护理方案更具人文关怀,提升患者配合度,实现生理与心理双重康复。

## 二、个体化康复护理方案的临床应用要点

### 2.1 骨科损伤患者的针对性康复护理

骨科损伤患者的个体化康复护理需围绕损伤部位、治疗方式制定针对性措施,贯穿术前、术中、术后全流程。术前需开展健康宣教与功能评估,指导患者进行术前适应性训练,为术后康复奠定基础;术后早期以消肿止痛、预防并发症为核心,通过体位护理、局部理疗、肌肉等长收缩训练,减少压疮、深静脉血栓等风险。后期根据骨折愈合情况,逐步开展关节活动度训练、肌力强化训练及负重训练,避免关节僵硬、肌肉萎缩。针对不同骨科损伤类型,调整护理重点,如上肢骨折侧重手部精细动作训练,下肢骨折强化行走功能恢复,确保护理措施贴合损伤特点与康复进程。

### 2.2 神经损伤患者的功能重建康复护理

神经损伤患者的个体化康复护理核心是功能重建,需结合神经损伤部位与恢复规律制定方案。针对运动功能障碍,开展被动运动、主动辅助运动及自主运动训练,逐步恢复肢体活动能力,同时配合肌力训练,提升肌肉控制能力。针对感觉功能障碍,通过触觉刺激、痛觉训练、温度感知训练等,促进感觉神经恢复,减少感觉异常带来的不适。对于伴随语言、认知功能障碍的患者,需融入语言训练、认知康复训练,帮助患者恢复沟通与思维能力。康复过程中需遵循神经恢复的渐进性,避免过度训练,同时注重患者安全防护,防止训练过程中发生二次损伤。

### 2.3 康复全程的动态调整与适配护理

个体化康复护理并非一成不变,需在康复全程进行动态评估与方案调整,确保护理措施始终适配患者康复状况。康复初期每1-2天进行一次评估,重点监测生命体征、伤口愈合情况及功能恢复进度,及时调整训练强度与护理方式;康复中期根据患者功能提升情况,优化训练内容,增加康复难度,同时关注患者心理变化,强化心理支持。康复后期侧重康复效果巩固与生活能力适配,评估患者回归家庭、社会的能力,调整护理方案以适配日常场景。动态调整需结合患者身体反馈、主观感受及评估结果,避免方案僵化,确保护理服务的精准性与有效性,推动康复进程稳步推进。

## 三、影响个体化康复护理效果的关键因素

### 3.1 护理人员专业素养与实操能力

护理人员的专业素养与实操能力是影响个体化康复护理效果的核心人为因素,直接决定方案落地质量。专业素养涵盖康复护理理论知识、病情判断能力及人文关怀意识,需熟练掌握骨科、神经科康复知识,精准识别患者康复过程中的问题并及时处理。实操能力包括康复训练指导、理疗设备操作、心理疏导技巧等,如正确指导患者进行关节活动训练、规范操作理疗仪器,避免因操作不当影响康复效果或引发损伤。部分护理人员专业知识储备不足、实操技能欠缺,难以精准落实个体化方案,需通过系统培训、技能考核提升专业水平,确保护理服务的专业性与规范性。

### 3.2 患者依从性与家庭支持力度

患者依从性与家庭支持力度是个体化康复护理方案有效实施的重要保障,直接影响康复进程与效果。部分患者因康复周期长、训练过程枯燥或伴随疼痛,易出现擅自减少训练量、中断护理流程等情况,严重影响康复效果。家庭支持作为患者康复的重要后盾,家属的陪伴、鼓励与监督能显著提升患者依从性,帮助患者坚持完成康复计划。反之,缺乏家庭支持的患者易产生孤独感,康复积极性受挫。同时,家属对康复知识的掌握程度也会影响家庭护理质量,需指导家属参与康复过程,提升家庭护理能力,形成医护与家庭协同的康复氛围。

### 3.3 康复设备与诊疗环境适配性

康复设备与诊疗环境的适配性的是个体化康复护理顺利开展的物质基础,影响护理方案的实施效果与可行性。康复设备包括理疗仪、康复训练器械、辅助器具等,完善的设备能为患者提供多样化康复手段,如肌力训练器械可帮助患者强化肌肉力量,辅助器具能提升患者生活自理能力。若康复设备匮乏或性能不足,会限制康复方案的实施,影响康复效果。诊疗环境需兼顾安全性、舒适性与便利性,如病房布局合理、地面防滑,为患者训练提供安全空间;康复区域设施完善,便于患者开展集中训练。同时,环境适配性还需考虑患者身体状况,为行动不便患者提供便捷服务,确保康复护理顺利推进。

## 四、个体化康复护理方案的优化路径

### 4.1 精准评估体系的完善与落地

完善并落地精准评估体系是优化个体化康复护理方案的核心前提,能为方案构建与调整提供科学依据。评估体系需涵盖多维度内容,包括损伤状况、身体基础、心理状态、康复潜力、主观诉求等,避免单一评估导致方案片面。优化评估流程,规范评估时间节点,术前、术后、康复各阶段开展针对性评估,确保评估数据实时、准确。同时,引入标准化评估工具,提升评估结果的客观性与可比性,减少人为评估偏差。加强评估人员培训,提升评估能力,确保评估内容

全面、流程规范。通过精准评估,让护理方案更贴合患者个体情况,从源头提升护理服务质量。

#### 4.2 多学科协作护理模式的构建

构建多学科协作护理模式是优化个体化康复护理方案的重要路径,能整合各方资源提升护理专业性。多学科团队需涵盖骨科医师、神经科医师、康复治疗师、护士、心理师、营养师等,明确各成员职责,形成协同工作机制。医师负责病情诊断与治疗指导,康复治疗师制定针对性训练计划,护士落实日常护理与训练指导,心理师提供心理疏导,营养师搭配个性化饮食方案。通过定期多学科会诊,沟通患者康复情况,共同调整护理方案,解决康复过程中的复杂问题。打破学科壁垒,实现资源共享与优势互补,避免单一学科护理的局限性,提升个体化护理的综合效能。

#### 4.3 护理流程的规范化与精细化

护理流程的规范化与精细化是优化个体化康复护理方案的关键举措,能确保方案落地的一致性与有效性。制定标准化护理流程,明确康复各阶段的护理内容、操作规范、时间节点及评估标准,避免护理工作随意性。细化护理环节,如体位护理需明确不同损伤类型的体位要求,训练指导需细化动作要领与注意事项,心理疏导需结合患者情绪特点制定针对性方案。同时,建立护理质量管控机制,定期检查护理流程落实情况,及时发现并纠正问题,确保护理服务符合规范。通过流程规范化与精细化,提升护理工作效率,减少护理差错,为患者提供高质量、同质化的个体化护理服务。

## 五、个体化康复护理方案的临床推广价值

#### 5.1 提升患者康复效果与生活质量

个体化康复护理方案的核心推广价值在于能显著提升患者康复效果与生活质量,为患者带来切实获益。通过精准适配患者个体情况,制定针对性护理措施,可有效促进肢体功能、感觉功能恢复,减少功能障碍残留,帮助患者逐步恢复自主活动能力。同时,融入心理疏导与人文关怀,缓解患者负面情绪,提升心理舒适度。对于骨科及神经损伤患者而言,个体化护理能帮助其更快恢复生活自理能力,部分患者可顺利回归工作岗位与社会,摆脱疾病带来的困扰,实现生

理、心理与社会功能的全面康复,大幅提升生活质量。

#### 5.2 推动护理学科专业化转型发展

个体化康复护理方案的推广能推动护理学科向专业化、精细化、人文化转型,提升护理学科整体水平。传统护理以疾病为中心,侧重基础护理服务,而个体化康复护理以患者为中心,强调精准化与个性化,对护理人员专业能力提出更高要求。这一过程能倒逼护理人员提升专业知识储备与实操技能,推动护理学科从基础护理向专科康复护理延伸。同时,多学科协作模式的应用能促进护理学科与其他学科融合,丰富护理学科内涵,形成特色专科护理方向。通过临床实践与经验积累,完善个体化护理理论与技术体系,推动护理学科规范化、专业化发展。

#### 5.3 优化医疗资源配置与利用效率

个体化康复护理方案的推广能优化医疗资源配置,提升资源利用效率,缓解医疗资源紧张压力。传统同质化护理存在资源浪费现象,部分护理措施与患者需求不匹配,无法充分发挥资源价值。个体化护理通过精准评估患者需求,合理调配康复设备、医护人员、诊疗空间等资源,将资源集中用于患者核心康复需求,避免无效投入。同时,精准化护理能缩短患者康复周期,减少住院时间,降低再入院率,让医疗资源能服务更多患者。通过优化资源配置与利用效率,实现医疗资源效益最大化,提升医疗服务整体质量,为医疗卫生事业可持续发展提供支撑。

## 六、结论

个体化康复护理方案契合骨科及神经损伤患者的个性化康复需求,在提升康复效果、改善生活质量方面具有显著优势,同时能推动护理学科转型、优化医疗资源配置。其应用需以患者损伤状况、身体基础、心理诉求为构建依据,精准落实临床护理要点,规避人员、依从性、资源等影响因素。通过完善精准评估体系、构建多学科协作模式、细化护理流程,可进一步优化方案实施效果。未来需持续推广个体化康复护理理念,强化专业人才培养与资源保障,推动护理服务向精准化、人文化升级,为骨科及神经损伤患者提供更优质的康复护理服务。

### 参考文献:

- [1]谢琳,张丽娟.快速康复外科护理在骨科全麻手术患者复苏干预中的应用分析[J].生命科学仪器, 2025, 23(06): 259-260+263.
- [2]刘爽,孙娜,齐迎梅,等.多元化康复护理对骨科患者术后康复效果的Meta分析[J].黑龙江科学, 2025, 16(22): 126-128.
- [3]徐俐,姜颖,朱莉,等.八段锦锻炼联合现代骨科康复护理对中老年膝骨关节炎患者疼痛和关节功能、生活质量的影响[J].现代中西医结合杂志, 2025, 34(09): 1293-1297.
- [4]毛薇薇.围手术期快速康复护理在老年骨科患者中的应用效果分析[J].延边大学医学学报, 2024, 47(04): 504-507.
- [5]孙晓洁.心理护理在骨科疾病患者康复中的重要性:如何实现身心双重康复[J].健康必读, 2024, (33): 56-57.