

心理因素对骨质疏松性骨折患者躯体护理康复的研究进展

邵力威^{1*}, 白苏秦^{2*}, 高永昌^{3#}

¹易县中医医院骨伤科, 河北 保定

²中国医学科学院北京协和医学院护理学院, 北京

³易县中医医院外科, 河北 保定

收稿日期: 2024年5月26日; 录用日期: 2024年6月21日; 发布日期: 2024年6月27日

摘要

骨质疏松症是一种以低骨量和骨组织微结构破坏为特征的全身性疾病, 易导致骨折。骨质疏松性骨折给患者带来严重的躯体伤害及心理负担, 影响其康复效果。除了躯体护理康复的医学层面, 心理因素在这个过程中也逐渐受到关注。本文综述了心理因素对骨质疏松性骨折患者躯体护理康复的研究进展, 旨在总结心理因素对该类患者康复过程的影响及干预措施, 为临床提供参考。

关键词

骨质疏松性骨折, 心理因素, 康复, 护理

Research Progress on the Impact of Psychological Factors on Physical Care and Rehabilitation in Patients with Osteoporotic Fractures

Liwei Shao^{1*}, Suqin Bai^{2*}, Yongchang Gao^{3#}

¹Department of Orthopedics, Yixian Traditional Chinese Medicine Hospital, Baoding Hebei

²School of Nursing, Peking Union Medical College, Chinese Academy of Medical Sciences, Beijing

³Department of Surgery, Yixian Traditional Chinese Medicine Hospital, Baoding Hebei

Received: May 26th, 2024; accepted: Jun. 21st, 2024; published: Jun. 27th, 2024

*共同第一作者。

#通讯作者。

文章引用: 邵力威, 白苏秦, 高永昌. 心理因素对骨质疏松性骨折患者躯体护理康复的研究进展[J]. 临床医学进展, 2024, 14(6): 913-917. DOI: 10.12677/acm.2024.1461860

Abstract

Osteoporosis is a systemic disease characterized by low bone mass and destruction of bone tissue microstructure, which can easily lead to fractures. Osteoporosis fractures cause serious physical injury and psychological burden to patients, which affects their rehabilitation outcomes. In addition to the medical aspect of physical care and rehabilitation, the role of psychological factors in this process is gradually receiving attention. This article reviews the research progress of psychological factors on the physical care and rehabilitation of patients with osteoporotic fractures, aiming to summarize the impact of psychological factors on the rehabilitation process of such patients and intervention measures, providing reference for clinical practice.

Keywords

Osteoporotic Fractures, Psychological Factors, Rehabilitation, Nursing

Copyright © 2024 by author(s) and Hans Publishers Inc.

This work is licensed under the Creative Commons Attribution International License (CC BY 4.0).

<http://creativecommons.org/licenses/by/4.0/>



Open Access

1. 引言

骨质疏松性骨折是一种常见的骨骼疾病，主要特征是骨组织变得脆弱、易碎，骨密度减少，从而增加了骨折的风险[1]。骨质疏松性骨折通常与年龄相关，随着年龄增长，骨密度会逐渐变小，使得骨骼更容易受到损伤[2] [3]。钙和维生素 D 是维持骨密度和骨健康所必需的营养物质，缺乏这些营养素会导致骨质疏松[4]。女性比男性更容易患上骨质疏松，尤其是在更年期和绝经后，由于雌激素水平下降导致骨密度减少[5] [6]。缺乏运动、饮食不良(如高盐、高糖、高咖啡因摄入)、酗酒和吸烟等不良生活习惯会增加骨质疏松的风险[7]。骨质疏松使得骨骼更容易受到外力损伤而发生骨折，即使是轻微的撞击或摔倒也可能导致骨折[8]。骨折不仅增加患者的生理负担，还伴随着焦虑、抑郁等心理问题的出现，进而影响康复效果[9] [10]。

躯体护理康复是指通过各种身体护理和康复措施，帮助患者恢复身体功能、改善生活质量以及促进全面的身心健康[11] [12]。对于骨质疏松性骨折患者而言，躯体护理康复是非常重要的，它涉及到多个方面，包括物理治疗、康复训练、饮食调理等。适合患者情况的运动计划，包括强化肌肉、增加关节灵活性和平衡训练等，有助于恢复骨骼的功能和稳定性。利用各种物理疗法，如热敷、冷敷、电疗、按摩等，帮助减轻疼痛、促进血液循环和组织修复。患者安全地进行日常生活中的活动，如行走、站立、上下楼梯等，以提高生活自理能力。正确的坐姿、站姿和行走姿势，避免姿势不良对骨骼的额外压力。合理控制蛋白质、矿物质和其他营养素以及足够的水分摄入，有助于维持骨骼和身体其他组织的健康状态[13]。

心理因素是指影响个体思维、情感和行为的内在因素，可以包括认知、情绪、动机、价值观、信念、经验等[14]。心理因素在个体的行为和决策过程中起着重要作用，它们影响着一个人的感知、态度、决策和行为反应[15]。价值观和信念系统，个体的思维过程都会影响看法和行为方式。干预疾病的心理因素是指利用心理学理论和方法来帮助个体应对疾病、改善健康状况以及提高生活质量的因素，可以在预防、治疗和康复阶段发挥作用，并对疾病的发展和结果产生积极的影响[16] [17]。心理因素对骨质疏松性骨折患者的躯体护理康复有着显著的影响。骨质疏松性骨折的恢复不仅仅是一个物理治疗的过程，心理因素

也扮演着重要的角色。因此，探讨心理因素对骨质疏松性骨折患者躯体护理康复的影响，对于提高康复效率、改善患者生活质量具有重要意义。

2. 心理因素对骨质疏松性骨折患者影响的研究现状

2.1. 心理因素对康复影响的机制

心理因素在骨质疏松性骨折患者的康复过程中扮演着重要角色，针对心理因素的干预能显著改善患者的康复态度和效果。心理因素，如焦虑、抑郁、恐惧和孤独感等，通过影响患者的康复动力、康复行为和生理机能等多个维度[18]，间接影响骨质疏松性骨折患者的康复效果。心理应激状态可通过神经-内分泌系统影响骨代谢，加剧骨质流失[19]。

2.2. 心理因素的影响范围

2.2.1. 影响康复动力

骨质疏松性骨折患者常伴有焦虑、抑郁等不良情绪状态，这些情绪问题不仅降低了患者的生活质量，而且还会影响患者的康复动力和效果[20]。负面情绪可以通过影响患者的疼痛感知、睡眠质量和自我效能感等多种途径，还可直接影响其参与康复治疗的主动性和恢复的信心，减少参与康复治疗的积极性[21][22]。

2.2.2. 影响康复行为

心理不良状态可能导致患者对疼痛的感知增加，使得患者在进行物理治疗等康复训练时表现出回避行为，不利于恢复。心理状态直接影响患者的生活质量。良好的心理状态与较高的生活质量正相关，而生活质量的提高又能反过来促进心理健康，形成一个良性循环，有助于患者的整体康复[23]。

2.2.3. 影响生理机能

长期的心理应激状态可以通过免疫调节机制等途径间接影响骨质的新陈代谢和修复过程，进而影响康复效果。心理态度可以影响身体的自愈力。积极的情绪和信念有助于加强免疫系统，促进身体更有效地恢复和康复[24]。

2.3. 干预措施的研究进展

针对心理因素对康复的影响，多种心理干预措施被提出并证实有效，包括心理咨询、认知行为疗法、支持性治疗、放松训练等。患者采用的心理应对策略是影响康复效果的重要因素。积极的应对策略，如信息寻求、问题解决和社会支持寻求，可以帮助患者更好地应对疾病带来的挑战，从而促进康复[25]。

3. 心理干预措施及其效果

为骨质疏松性骨折患者提供心理干预，如认知行为疗法、心理支持，可以有效减轻患者的焦虑和抑郁症状，改善其康复态度和康复效果。

3.1. 认知行为疗法[26]

认知行为疗法是一种常用的心理治疗方法，通过改变患者对疾病和康复的消极认知，提高其应对疾病的能力，来缓解疾病相关的心理困扰和症状，从而减轻焦虑、抑郁等不良心理状态，促进康复。

3.2. 心理咨询[27]

心理咨询可以提供安全的环境，让患者表达他们的情感，并获得情绪上的支持和指导。通过专业心

理咨询服务, 帮助患者表达和解决心理问题, 提升其心理适应能力和康复信心。教授患者应对压力和应激的有效方法, 如深呼吸、渐进性肌肉放松等, 有助于减轻身体和心理上的紧张, 提高应对疾病的能力。

3.3. 支持性治疗

给予患者情绪上的支持, 通过建立良好的社会支持网络, 增强患者的归属感和安全感, 减轻心理应激, 帮助骨质疏松性骨折患者处理疾病带来的焦虑、抑郁和其他情绪困扰。

4. 存在的问题与展望

相关研究设计不足, 存在样本量小、研究设计不够严谨、缺乏对照组等问题, 影响了研究结果的可靠性和推广性。心理因素具有多样性, 包括焦虑、抑郁、应对方式等, 但目前研究主要集中在焦虑和抑郁上, 对其他心理因素的影响尚未充分探讨。尽管有一些研究表明心理干预对患者躯体护理康复有积极作用, 但目前心理干预方法和技术仍然较为单一, 缺乏个性化和针对性。尚未深入探讨心理因素在骨质疏松性骨折康复中的作用机制, 以及其对康复效果的影响。

未来的研究可以加强多学科的合作, 整合医疗、心理、社会等领域的资源和专业知识, 共同探讨心理因素对骨质疏松性骨折患者康复的影响。针对不同患者的心理特点和需求, 制定个性化的康复护理方案, 结合个体差异进行心理干预, 提高康复效果和患者满意度。进一步研究心理因素在骨质疏松性骨折康复中的作用, 深入探讨其作用机制, 为个性化康复护理提供更深层的理论支持。加强对骨质疏松性骨折患者的长期随访和评估, 全面了解心理因素对康复效果的长期影响, 为持续改进康复护理提供依据。将研究成果转化为临床实践的指导, 加强康复护理中心的心理健康服务, 提高康复效果和患者生活质量。开展基于心理干预的临床试验, 比如认知行为疗法、心理支持小组或正念冥想, 评估对于改善骨质疏松性骨折患者心理状态、促进身体康复的效果。

5. 结论

综上所述, 心理因素对骨质疏松性骨折患者的躯体护理康复具有重要影响, 通过综合考虑心理因素, 制定个性化的康复计划, 并采取相应的心理干预措施, 可以提高康复效果, 改善患者的生活质量。虽然心理因素对骨质疏松性骨折患者躯体护理康复的研究取得了一些进展, 但仍然需要加强研究设计、探讨多样性心理因素和干预方法、深入研究生理学与心理学的相互作用, 以及加强长期跟踪随访等方面的工作, 为改进康复护理提供更为有效的策略和方法。

未来的研究可以进一步探讨不同心理因素对骨质疏松性骨折患者康复的影响机制, 开发更有效的心理干预措施, 并探索心理因素与生物学因素之间的相互作用, 为骨质疏松性骨折患者的康复提供更加全面和深入的支持。

参考文献

- [1] Prost, S., Pesenti, S., Fuentes, S., Tropiano, P. and Blondel, B. (2021) Treatment of Osteoporotic Vertebral Fractures. *Orthopaedics & Traumatology: Surgery & Research*, **107**, Article ID: 102779. <https://doi.org/10.1016/j.otsr.2020.102779>
- [2] Yang, Z., Zhang, W., Ren, X., Tu, C. and Li, Z. (2021) Exosomes: A Friend or Foe for Osteoporotic Fracture? *Frontiers in Endocrinology*, **12**, Article ID: 679914. <https://doi.org/10.3389/fendo.2021.679914>
- [3] Izquierdo-Avino, R., Cebollada-Gadea, L., Jordan-Jarque, M., Bordonaba-Bosque, D. and López-Cabanas, J.A. (2023) Risk of Osteoporotic Fracture and Refracture: The Importance of Index Fracture Site. *Archives of Osteoporosis*, **18**, Article No. 27. <https://doi.org/10.1007/s11657-023-01213-1>
- [4] Johnston, C.B. and Dagar, M. (2020) Osteoporosis in Older Adults. *Medical Clinics of North America*, **104**, 873-884.

- <https://doi.org/10.1016/j.mcna.2020.06.004>
- [5] Brown, J.P. (2021) Long-Term Treatment of Postmenopausal Osteoporosis. *Endocrinology and Metabolism*, **36**, 544-552. <https://doi.org/10.3803/enm.2021.301>
 - [6] Walker, M.D. and Shane, E. (2023) Postmenopausal Osteoporosis. *New England Journal of Medicine*, **389**, 1979-1991. <https://doi.org/10.1056/nejmcp2307353>
 - [7] Schuetze, K., Eickhoff, A., Röderer, G., Gebhard, F. and Richter, P.H. (2019) Osteoporotic Bone: When and How to Use Augmentation? *Journal of Orthopaedic Trauma*, **33**, S21-S26. <https://doi.org/10.1097/bot.0000000000001643>
 - [8] Muñoz, M., Robinson, K. and Shibli-Rahhal, A. (2020) Bone Health and Osteoporosis Prevention and Treatment. *Clinical Obstetrics & Gynecology*, **63**, 770-787. <https://doi.org/10.1097/grf.0000000000000572>
 - [9] Hollensteiner, M., Sandriesser, S., Bliven, E., von Rüden, C. and Augat, P. (2019) Biomechanics of Osteoporotic Fracture Fixation. *Current Osteoporosis Reports*, **17**, 363-374. <https://doi.org/10.1007/s11914-019-00535-9>
 - [10] Lee, Y., Ogihara, N. and Lee, T. (2019) Assessment of Finite Element Models for Prediction of Osteoporotic Fracture. *Journal of the Mechanical Behavior of Biomedical Materials*, **97**, 312-320. <https://doi.org/10.1016/j.jmbbm.2019.05.018>
 - [11] Wang, Y.T., Lang, J.K., Haines, K.J., Skinner, E.H. and Haines, T.P. (2021) Physical Rehabilitation in the ICU: A Systematic Review and Meta-Analysis. *Critical Care Medicine*, **50**, 375-388. <https://doi.org/10.1097/ccm.0000000000005285>
 - [12] Shirozhan, S., Arsalani, N., Maddah, S.S.B. and Mohammadi-Shahboulaghi, F. (2023) Rehabilitation Nursing Care in the Acute Phase of Diseases with Physical Disabilities: A Concept Analysis Study. *International Journal of Nursing Knowledge*, **35**, 83-92. <https://doi.org/10.1111/2047-3095.12417>
 - [13] Muñoz-Garach, A., García-Fontana, B. and Muñoz-Torres, M. (2020) Nutrients and Dietary Patterns Related to Osteoporosis. *Nutrients*, **12**, Article 1986. <https://doi.org/10.3390/nu12071986>
 - [14] De Stefano, R. (2019) Psychological Factors in Dental Patient Care: Odontophobia. *Medicina*, **55**, Article 678. <https://doi.org/10.3390/medicina55100678>
 - [15] Smorti, M., Ponti, L., Simoncini, T., Pancetti, F., Mauri, G. and Gemignani, A. (2020) Psychological Factors and Maternal-Fetal Attachment in Relation to Epidural Choice. *Midwifery*, **88**, Article ID: 102762. <https://doi.org/10.1016/j.midw.2020.102762>
 - [16] 洪英, 王泉云, 刘惠. 心理因素对术后疼痛的影响[J]. 中国疼痛医学杂志, 2000, 6(3): 159-164.
 - [17] 李瑜元. 功能性胃肠病的精神心理因素及治疗[J]. 国外医学(内科学分册), 1998, 25(3): 105-107.
 - [18] 李瑜元. 功能性胃肠病的精神心理因素及治疗[J]. 现代消化病及内镜杂志, 1998, 3(2): 97-100.
 - [19] Choi, J., Hong, Y., Heo, J. and Park, Y. (2022) N-3 PUFA Ameliorated Bone Loss Induced by Postmenopausal Depression Following Exposure to Chronic Mild Stress and Maternal Separation by Regulating Neuronal Processes. *The Journal of Nutritional Biochemistry*, **100**, Article ID: 108909. <https://doi.org/10.1016/j.jnutbio.2021.108909>
 - [20] Afarideh, M., Sartori-Valinotti, J.C. and Tollefson, M.M. (2021) Association of Sun-Protective Behaviors with Bone Mineral Density and Osteoporotic Bone Fractures in US Adults. *JAMA Dermatology*, **157**, 1437-1446. <https://doi.org/10.1001/jamadermatol.2021.4143>
 - [21] Stein, M.B. (2022) Editorial Leadership Change for Depression and Anxiety. *Depression and Anxiety*, **39**, 460. <https://doi.org/10.1002/da.23276>
 - [22] Shao, R., He, P., Ling, B., Tan, L., Xu, L., Hou, Y., et al. (2020) Prevalence of Depression and Anxiety and Correlations between Depression, Anxiety, Family Functioning, Social Support and Coping Styles among Chinese Medical Students. *BMC Psychology*, **8**, Article No. 38. <https://doi.org/10.1186/s40359-020-00402-8>
 - [23] Xu, Y., Li, X., Yang, Q. and Ma, X. (2022) The Impact of 3S2E Nursing Management on the Psychological Status of Respiratory Function and Quality of Life of Patients with Severe Pneumonia in the ICU. *Emergency Medicine International*, **2022**, Article ID: 4949498. <https://doi.org/10.1155/2022/4949498>
 - [24] Mapunda, J.A., Tibar, H., Regragui, W. and Engelhardt, B. (2022) How Does the Immune System Enter the Brain? *Frontiers in Immunology*, **13**, Article 805657. <https://doi.org/10.3389/fimmu.2022.805657>
 - [25] Hope, A.A. and McPeake, J. (2022) Healthcare Delivery and Recovery after Critical Illness. *Current Opinion in Critical Care*, **28**, 566-571. <https://doi.org/10.1097/mcc.0000000000000984>
 - [26] Agras, W.S. (2019) Cognitive Behavior Therapy for the Eating Disorders. *Psychiatric Clinics of North America*, **42**, 169-179. <https://doi.org/10.1016/j.psc.2019.01.001>
 - [27] Liu, J. and Gao, L. (2021) Analysis of Topics and Characteristics of User Reviews on Different Online Psychological Counseling Methods. *International Journal of Medical Informatics*, **147**, Article ID: 104367. <https://doi.org/10.1016/j.ijmedinf.2020.104367>