

到自身的利益,需要大家彼此合作,互相帮助,这样无形中强化了学生团队精神的培养,增强了团队意识^[8]。

3 小结

PBL 强调培养学生临床推理和自学能力。在解决问题的过程中,学习有关基础和临床知识,学会临床思维方法,同时,PBL 教学要求学生集体协作,培养学生之间的合作精神,增加团队协作意识,培养学生良好的沟通能力^[9]。通过深入的学习,扩大了知识面,有利于临床思维能力的培养,因此从教学方式上更容易被学生接受,有助于康复治疗学专业学生更好地达到本专业的培养目标,在临床实践中充分发挥团队精神,早日融入康复治疗团队中。

【参考文献】

[1] 张凤仁,李洪霞. 康复治疗学专业课程设置探讨[J]. 中国康复理论与实践,2004,10(8):449-450.

- [2] Wun YT,Tse EY,Lam TP,et al. PBL curriculum improves medical students' participation in small-group tutorials[J]. Med Teach,2007,29(6):198-203.
- [3] 李艳慧,罗丹娜,詹珠莲. PBL 教学法在针灸治疗学课程中的应用[J]. 中国中医药现代远程教育,2010,8(13):55-56.
- [4] 张敏,王艳玲,金艳芳. 针灸治疗学 PBL 教学效果观察和体会[J]. 中国当代医药,2012,19(25):152-154.
- [5] 王秋月,温华,赵亚滨,等. 以问题为基础的学习方法在七年制呼吸内科教学中的应用[J]. 中国当代医药,2011,18(3):7-8.
- [6] 梅文瀚,马骏,李鸣燕,等. 临床医学本科生及教师对于 PBL 教学评价的研究[J]. 国家教育行政学院学报,2012,9(1):8-9.
- [7] 何宁,刘月树. 中医学教育开展 PBL 教学之短长[J]. 中医教育,2011,30(2):14-19.
- [8] 李佳. 论团队精神[J]. 湖南民族职业学院学报,2006,9(2):99-100.
- [9] 胡波,程锋,杨悦. 团队协作精神在大学教育中的培养[J]. 阿坝师范高等专科学校学报,2007,9(1):2-3.

· 经验交流 ·

本体感觉训练对膝骨性关节炎患者功能的影响

刘磊

【关键词】 本体感觉训练;中频治疗;关节松动术;膝骨性关节炎

【中图分类号】 R49;R681.8 【DOI】 10.3870/zgkf.2014.06.029

2013年1月~2014年6月在我科就诊的膝关节骨性关节炎患者68例,均符合骨关节炎诊断标准^[1]。随机分为2组各34例。①观察组:男11例,女23例;年龄(62.4±5.4)岁;病程(39.6±19.1)个月。②对照组:男12例,女22例;年龄(63.9±2.6)岁;病程(40.2±16.3)个月。2组一般资料比较差异无统计学意义。对照组采用常规治疗:中频治疗,将电极片对置于患膝,频率2000Hz,方波,输出电流为20~40mA;关节松动术,采用 Maitland 手法治疗^[2],包括股胫、髌股关节长轴牵引术,侧方、前后向及头足向滑动,伸膝摆动等手法。观察组在此基础上增加本体感觉训练^[3]:平衡板训练,由易而难,膝屈曲位(0~30°)先双腿站立再单腿站立,先睁眼练习再闭眼练习;双下肢 Motomed 训练,取坐位,选择合适的阻力,正反两个方向运动,刺激股四头肌、腓绳肌快速收缩的训练(包括步态灵活性训练和慢跑),以上治疗均每次20min,每日1次,每周6d。

治疗4周后,观察组 Lysholm 膝关节功能评分明显高于对照组(90.57±3.74、75.35±6.89, $P<0.05$)^[4],数字疼痛评分(numerical pain rating scale, NPRS)明显低于对照组(1.26±1.18、3.69±1.06, $P<0.05$)^[5]。

膝关节骨性关节炎传统康复治疗侧重于恢复关节活动度和关节周围肌群力量,研究中我们通过联合中频电疗和关节松动术,可以改善患者膝关节功能和缓解局部疼痛。但是在临床中我们发现很多膝关节患者稳定性不够,尤其是自主控制能力较差,大部分患者由于本体感觉减退,导致神经肌肉反射控制能力下降,考虑膝关节稳定性主要由韧带、关节囊、关节软骨、以及其它一些分布于关节内的本体感受器共同维持。本研究在常规方法上有针对性的配合了多种本体感觉训练法,通过不断刺激患者关节的动、静态感知能力和肌肉调节能力,逐步改善关节本体感受器对运动速度、方向、阻力、平衡等信息的敏感性,增强神经肌肉动态协调性和控制力,提高了患膝的运动觉和位置觉,恢复了关节的稳定性。

【参考文献】

- [1] 中华医学会骨科学分会. 骨关节炎诊治指南(2007年版)[J]. 中国临床医生杂志,2008,36(1):28-30.
- [2] 樊蕴辉,李立群,李建民,等. 综合康复治疗膝关节骨性关节炎[J]. 中国康复,2012,27(3):207-208.
- [3] 皮衍玲,王雪强,杨树芬,等. 全膝关节置换术前本体感觉训练对术后的影响[J]. 中国康复,2011,26(5):350-352.
- [4] 潘化平,励建安. 膝关节骨性关节炎的康复治疗进展[J]. 中国康复,2007,22(1):47-49.
- [5] 陆廷仁. 骨科康复学[M]. 北京:人民卫生出版社,2007,935-938.

收稿日期:2014-07-24

作者单位:池州市人民医院康复医学科,安徽 池州 247000

作者简介:刘磊(1980-),男,医师,主要从事骨科、神经康复方面的研究。