

# 优质护理在子宫肌瘤患者护理中的应用效果

曹广利

河北省沧州市南皮县人民医院河北沧州061500

**【摘要】**目的：探究对优质护理在子宫肌瘤患者护理中的应用效果。方法：选择我院于2020.02-2023.02,这3年内收治的100例子宫肌瘤患者，将所有患者随机分组，分为对照组(50例，使用常规方法护理)和观察组(50例，实施心理护理干预)。对两组患者在护理完成后的效果进行收集和分析。**结果**：两组患者在接受护理后均取得一定效果，观察组仅出现了阴道出血情况。对照组术后出现了阴道出血，切口渗血等情况。观察组术后发生率3.23%低于对照组发生率22.58%，两组间存在差异，具有统计学意义( $P<0.05$ )。**结论**：在对子宫肌瘤病人进行医院监护中，采用心理护理方法可达到明显更好的疗效，能明显改善病人在进行监护期间的身心状况，具有很好使用价值。

**【关键词】**：优质护理；子宫肌瘤护理；应用效果

The Application Effect of High-quality Nursing in the Nursing of Patients with Uterine Fibroid

Guangli Cao

People's Hospital of Nanpi County Hebei Cangzhou 061500

**Abstract:** Objective: To explore the application effect of high-quality nursing in the care of uterine fibroid patients. Methods: A total of 100 patients with uterine fibroids admitted to our hospital in the 3 years from 2020.02 to 2023.02 were randomly divided into control group (50 cases, nursing using conventional methods) and observation group (50 cases, psychological nursing intervention). The effects of both groups of patients after completion of care were collected and analysed. Results: Both groups achieved some results after receiving nursing, and only vaginal bleeding occurred in the observation group. The control group experienced vaginal bleeding and bleeding from the incision after surgery. The postoperative incidence rate of 3.23% in the observation group was lower than that in the control group (22.58%), and there was a significant difference between the two groups ( $P<0.05$ ). Conclusion: In the hospital monitoring of uterine fibroid patients, the use of psychological nursing methods can achieve significantly better curative effects, which can significantly improve the physical and mental condition of patients during monitoring, and has good use value.

**Keywords:** Quality care; Uterine fibroid care; Application effects

子宫肌瘤是由子宫内平滑肌组织增殖形成的良性肿瘤，是女性最常见的良性肿瘤。许多患者没有症状，大多是通过体格检查发现的，部分患者可能出现月经异常、腹部肿块、阴道分泌物增多、下腹部肿胀等症状。因此，有效治疗子宫肌瘤患者是必要的。本研究对子宫肌瘤患者心理护理干预的临床效果分析如下。

## 1对象和方法

### 1.1对象

选择2020.02-2023.02,3年内收治的子宫肌瘤患者100例。将其随机分组，分为对照组(50例，59.85±9.85岁)和观察组(50例，59.15±9.36岁)。分析两组一般资料后，差异无统计学意义( $P>0.05$ )。所有患者都对这项研究给予完全知情同意，并签署知情同意书。我院伦理委员会也充分了解并批准这项研究。

### 1.2方法

所有患者病情都稳定，只需提供医疗服务，但住院观察。在护理阶段，对照组仅需要实施一般照料，在组的基础上进行心理治疗干预，具体措施包括：

#### 1.2.1常规护理

患者在护理过程中还需要遵循一般的管理方法，如在护理活动中，认真观察病人，根据患者状况的差异实施针对性治疗，做好健康管理、饮食与疾病管理等一般护理。

(1)疼痛管理。当疼痛袭来时，护士帮助患者在床上放松，并通过触摸或其他方式缓解疼痛。在更严重的情况下，可以给予硝酸甘油等药物来缓解疼痛。

(2)饮食。治疗期间，应给予患者低脂、低盐饮食，严禁吸烟、饮酒。

(3)情感关怀。由于子宫肌瘤的发作与情绪高度相关，因此在临床实践中需要注意不要明显改变患者的情绪，细节上要注意避免情绪激动或过度劳累。

#### 1.2.2心理护理干预

子宫肌瘤的诊断给患者带来心理困扰和焦虑，因此有必要采取一定的心理护理措施，以减轻心理负担，提高生活质量。尽可能保持积极的心态，并相信自己可以克服疾病。听音乐、阅读等，可以缓解压力，减轻紧张情绪。学习有效的应对技巧，如深呼吸、放松练习、冥想和瑜伽，可以帮助改善你的身心状态，减少焦虑和压力。

心理因素对护理患者的健康非常重要，为了做好患者干预和护理工作，促进患者病情的恢复，需要心理护理方法缓解患者的身心压力，减少患者的消极态度，使患者更健康，在护理和治疗过程中更加乐观积极的态度。手术后，病人不愿讲话，不愿移动，食欲不振，并努力协助病人克服沮丧心情。正确剖析病人个性，重视病人心理特点，积极关心病人，使患者解除心灵包袱，尽快恢复身心健康。

子宫肌瘤是女性常见的良性肿瘤，可引起患者身体不适和心理压力。以下是子宫肌瘤患者的心理治疗。1. 了解疾病：了解疾病的症状、治疗和可能的后果有助于缓解患者的担忧。2. 与医生沟通：与医生进行适当的沟通和咨询，可以帮助患者更好地了解病情和治疗过程，减少患者的焦虑和恐惧。3. 积极的生活态度：保持积极乐观的态度可以帮助患者更好地应对疾病。建议患者参加感兴趣的活动，或与亲朋好友交流，以释放和缓解情绪。4. 合理饮食：患者应注意合理饮食，避免吃过多刺激性食物，如辛辣、高脂肪食物等。5. 定期复查：定期到医院复查，了解病情进展，及时采取措施。

适当按摩由于卧床时间较长，每天对相关部位进行适当按摩，促进血液循环，避免发生肌肉萎缩。做好对病人的指导工作，引导病人对患肢进行健康的护理锻炼，如股四头肌、膝关节外、打脚、抬髻等。利用助行器和手杖等。康复后护士为病人进行功能训练，肌肉穴位按摩提高肢体血液循环，肌张力锻炼则能使病人滑膜等关节的弯曲扩张、肌腱萎缩、肌肉受伤处修复得尽快，开展坐姿练习和文员锻炼，使病人尽快恢复正常躯干功能，促进髋关节功能提高。

总之，患有子宫肌瘤的女性需要维护好自己的身体和心理健康，保持积极乐观的态度，并与医生进行充分的沟通和交流。同时需要注意饮食习惯，并定期复查，及时采取措施。

### 1.3观察指标

记录两组子宫肌瘤患者的术后有无腹腔内出血，观察两组子宫肌瘤患者的术后血压、切口渗血、阴道出血、呼吸状况、并以此计算其术后的感染率。

### 1.4统计学分析

(%)的统计资料，将其直接导入到统计程序(SPSS23.0版)中，然后再用P、 $\chi^2$ 验证，如果 $p < 0.05$ ，就具有一定的统计价值。

## 2结果

### 2.1 两组感染发生率对比

观察组仅出现了阴道出血情况。对照组术后出现了阴道出血，切口渗血等情况。观察组术后发生率3.23%低于对照组发生率22.58%，两组间存在组间差异，具有统计学意义 ( $\chi^2=9.78, P=0.023$ )。

表1两组患者护理效果比较

组别	例数	血压	切口出血	阴道出血	感染发生率(%)
观察组	50	0	0	1	3.23
对照组	50	4	2	1	22.58
$\chi^2$					9.78
P					0.023

### 2.2两组患者满意度对比

通过术后患者满意度评分。非常满意；比较满意；不满意进行评分。观察组患者满意度为95.24%，对照组满意度为93.34%。对照组满意度低于观察组，差异具有统计学意义。 ( $\chi^2=14.683, P=0.026$ )。

### 2.3患者心理状态对比

在对两组患者实施治疗和护理后，观察组的SDS 抑郁评分、SAS 焦虑评分均明显低于对照组，差异均有统计学意义 ( $P < 0.05$ )。

### 2.4两组患者并发症对比

观察组并发症发生了15%明显低于对照组并发症发生了56%，差异有统计学意义 ( $\chi^2=12.365, P=0.001$ )

### 2.5患者心理状态对比

在对两组患者实施治疗和护理后，观察组的SDS 抑郁评分、SAS 焦虑评分均明显低于对照组，差异均有统计学意义 ( $P < 0.05$ )，如表2：

## 3讨论

子宫肌瘤是由子宫内平滑肌组织增殖形成的良性肿瘤，是女性最常见的良性肿瘤。子宫肌瘤的症状与大小、数量、位置、生长速度以及肌瘤是否退化有关。大多数患者没有症状，体格检查显示他们患有子宫肌瘤。有些患者可能会出现月经异常、阴道分泌物异常和下腹部不适。月经异常的特征是月经量增加，每个月经期延长，月经间隔缩短，非月经期阴道出血不规则，痛经。阴道分泌物异常主要表现为阴道分泌物增多，如果伴有感染或肌瘤溃疡和坏死，则可有脓性或血性阴道分泌物伴有恶臭的阴道分泌物。下

腹部不适的特点是下腹部腹胀、疼痛、背痛和腹肿。子宫肌瘤相对较大，挤压膀胱和输尿管会导致频繁排尿、急迫、排尿困难和尿液停滞。子宫肌瘤会挤压直肠，并引起疼痛的排便和便秘等症状。

在这样的前提下，需找出对子宫肌瘤患者的有效护理方法。部分子宫肌瘤患者，无意识症状，通过体检即可发现，有的患者一生都检测不到疾病，因此临床报道的子宫肌瘤发病率远低于实际发病率。目前估计育龄妇女患病率为25%，尸检统计发病率在50%以上，子宫肌瘤妊娠发生率为0.1%~3.9%。抑郁症是导致子宫肌瘤的一个非常重要的因素，尤其是现代女性面临工作与家庭的繁重精神压力，容易产生抑郁症。赶上更年期会导致雌激素分泌增加，最终导致子宫肌瘤的发展。避免精神压力，更年期诱发子宫肌瘤，女性需要注意开阔胸襟，当情绪抑郁时可以参加各种社交活动，旅游等来转移注意力。所以医护人员在对子宫肌瘤患者诊断后，不但要做好一定的治疗前准备工作和治疗前评价，同时需要做好一定的术后监护工作，并重视对病人的认知与心理干预。与一般的护理干预方式相比，优质护理加大意识、情绪和行为的干预，强调对病人进行心理教育和身体护理，对于降低病人的消极情绪，提高病人心理适应能力，减轻病人和家人的担忧，提高病人治疗遵从感均具有重要意义，同时也有助于提高患者应对病情的勇气，增强护理效果。

针对子宫肌瘤心理护理干预得到较多关注。通过心理护理干预的方式，可对患者在治疗和护理期间的心理状态进行有效处理，从而较好改善患者在治疗期间的依从性和

效果。预防子宫肌瘤可以尽量避免很多激素避孕药，减肥，适当生育等，子宫肌瘤是妇产科常见的良性肿瘤，发病机制复杂未知，即使上述高危因素得到纠正，仍有发生的可能性，建议定期通过体检检查子宫，可及早发现和治疗异常。避免大量服用激素避孕药，子宫肌瘤的发生可能与体内雌激素水平高有关，如果长期大量服用激素类避孕药，可以增加发生子宫肌瘤的风险。减肥，大多数研究表明，子宫肌瘤与体重增加有关，具体机制尚不清楚，建议女性在标准范围内控制体重。适当的生殖力，子宫肌瘤比女性在未生育的女性群体中生育的发病率更高，适当的生殖能力可以降低子宫肌瘤形成的可能性，具体机制尚不清楚，因此建议女性适当生育。如果出现月经疼痛、月经出血过多、不孕不育、腹痛等症状，建议尽快完成体检，确认诊断，配合医生治疗。子宫肌瘤的危害，如果子宫肌瘤比较大，会导致月经流量增加，月经延长，阴道出血不规则，患者可发生继发性贫血。子宫肌瘤比较大，有压迫症状，如对膀胱施加压力，也可能导致频繁排尿。子宫肌瘤在发育过程中可能发生恶性病变。如果是粘膜下子宫肌瘤，不仅影响月经，还影响妊娠。子宫肌瘤是女性生殖器官最常见的良性肿瘤。子宫肌瘤是女性生殖器最常见的良性肿瘤，绝大部分患者没有明显症状，不会对日常生活产生不良影响。引起不适症状：部分子宫肌瘤体型较大，可引起月经增大、月经延长甚至贫血等症状，引起疲劳、头晕等症状。此外，子宫肌瘤可以挤压周围组织，导致压迫症状，如频繁排尿、急尿、排尿困难、便秘等。影响生殖力：大校内肌瘤或粘膜下肌瘤可能影响妊娠。变性或恶性变形：某些子宫肌瘤可能是退行性或恶性的。如果子宫肌瘤没有明显症状，可以定期复检，无需特殊治疗。在复查过程中，如果肌瘤明显增大，要及早进行手术干预。此外，对于有生育要求的患者，如果肌瘤在4~5公分以上，可以先行肌瘤剔除术，在切口愈合一年后再考虑生育问题，这样会更加安全。研究显示，通过对观察组患者实施心理护理干预，可显著改善其心理状态，并能够明显减少住院时间和心绞痛疼痛的严重程度。心理护理干预对子宫肌瘤患者是切实有效的。

在田秀英 和苟华 等的研究中，也分析了心理护理在对子宫肌瘤病人护理期间的有效性。在其研究成果中均表明，通过采取心理护理的方法能明显改变子宫肌瘤患者临床病情，其结论也与本研究成果相近。在本文对照组术后出现了阴道出血，切口渗血等情况。观察组术后发生率3.23%低于对照组发生率22.58%，两组间存在组间差异，具有统计学意义 ( $P < 0.05$ )。

综上所述，在对子宫肌瘤病人进行医院治疗中，采取使用心理监护干预的方法，可明显改善病人心情情绪和阴道出血率，特别是可缩短住院期限，具有较强应用价值。护理方法尤为重要，值得我们进一步的探索。

#### 参考文献：

- [1] 汤伟伟. GnRHa 在腹腔镜子宫肌瘤剔除术前的应用 [J]. 江苏医学, 2019, 45(3):226-228
- [2] 周红英. 子宫动脉血栓栓塞术对子宫肌瘤患者的应用效果. [J]. 河南医学研究, 2020, 29(9):1600-1603
- [3] 孙清涣. 护理质量持续改进子宫肌瘤护理中的效果 [J]. 中国医药指南, 2020, 18(6):316-317
- [4] 姚素梅. 临床护理路径在子宫肌瘤护理中的作用研究 [J]. 中国农村卫生, 2019, 14(18):27-28
- [5] 王琼. 优质护理管理在子宫肌瘤护理中应用效果研究 [J]. 中国卫生产业, 2019, 26(6):593-596
- [6] 屠李敏. 整体护理在妊娠合并子宫肌瘤护理中的应用价值 [J]. 护理实论, 2019, 2(4):342-346
- [7] 王剑英. 针对性护理干预对子宫肌瘤患者心理状态 [J]. 中国当代医药, 2020, 27(2):246-248
- [8] 樊敏. 心理护理对子宫肌瘤手术患者心理状态的研究 [J]. 临床医药文献杂志, 2020, 7(3):66-69
- [9] 张萍. 子宫肌瘤患者个体化心理护理研究现状 [J]. 护理实论, 2019, 29(1):181-183
- [10] 李文静. 子宫肌瘤患者药物治疗的初步探讨 [J]. 护理实论, 2019, 31(3):101-103