

子宫肌瘤的健康宣教及临床护理研究

谭祖润

(湖北省恩施土家族苗族自治州巴东县人民医院 湖北 恩施 444300)

【摘要】目的：探究子宫肌瘤的健康宣教及临床护理效果。方法：2017年1月至2019年12月妇科收治子宫肌瘤患者为探查对象，共计筛选50例，按照随机数字表法分组，护理A组25例，实施基础护理方案，护理B组25例，采用基础护理方案联合健康宣教，观察宣教效果及患者心理状况。结果：护理B组子宫肌瘤患者疾病知识掌握率96.0%，高于护理A组($P<0.05$)；护理B组子宫肌瘤患者外阴清洁、遵医嘱用药、饮食运动及返院复查等方面遵医行为评分高于护理A组($P<0.05$)；护理B组子宫肌瘤患者HAMA、HAMD评分结果降低幅度大于护理A组($P<0.05$)。结论：健康宣教有助于提高子宫肌瘤患者疾病掌握程度，提高遵医行为，改善负面情绪，护理优势显著。

【关键词】子宫肌瘤；健康宣教；临床护理

Study on health education and clinical nursing of uterine fibroids

Zurun Tan

(People's Hospital of Badong County, Enshi Tujia and Miao Autonomous Prefecture, Hubei Province, Enshi, Hubei, 444300)

【Abstract】Objective: To explore the effect of health education and clinical nursing of uterine fibroids. Methods: A total of 50 patients with uterine fibroids admitted to the Department of Gynecology from January 2017 to December 2019 were selected as the exploratory objects. According to the random number table method, 25 cases were divided into nursing group A, which received basic nursing program, and nursing group B, which received basic nursing program combined with health education, and the effect of education and psychological status of patients were observed. Results: The mastery rate of disease knowledge in nursing group B was 96.0%, which was higher than that in nursing group A ($P<0.05$). The scores of vulva cleaning, compliance with medical drugs, diet and exercise and return to hospital for review in nursing group B were higher than those in nursing group A ($P<0.05$). The decrease of HAMA and HAMD scores of patients with uterine fibroids in nursing group B was greater than that in nursing group A ($P<0.05$). Conclusion: Health education is helpful to improve the degree of disease mastery of patients with uterine fibroids, improve compliance behavior, improve negative emotions, nursing advantages are significant.

【Key words】Uterine myoma; Health education; Clinical nursing

子宫肌瘤为女性妇科常见且高发性疾病，主要以非经期出血、腹痛症状为主，早期临床表现不显著，病情复杂且隐匿性强。现代妇产科学者针对子宫肌瘤发病病因尚未给出明确阐述，主要认为疾病发生与机体激素水平异常相关，呈慢性进展性，随肌瘤直径增大，可导致子宫内膜病变，是导致女性患者不孕不育的主要因素^[1]。子宫肌瘤临床具有患病率高、反复发作、根治难度大等流行病学特征，常见于育龄期女性，在女性绝经后因子宫功能衰退，肌瘤生长停止，可自行凋亡；育龄期女性因机体激素水平旺盛，子宫肌瘤反复发作，严重危害其机体健康。健康教育作为优质护理重要组成内容，通过积极健康普及宣教，促进信念及态度转变，纠正错误认知行为，提高治疗配合度，构建良好护患关系^[2]。本研究特针对健康宣教在子宫肌瘤应用有效性进行探讨对比，如下报道。

1 资料与方法

1.1 一般资料

2017年1月至2019年12月妇科收治子宫肌瘤患者为探查对象，共计筛选50例，按照随机数字表法分组，护理A组25例，患者年龄24-48(33.47 ± 1.09)岁，肌瘤直径中位数(3.59 ± 0.41)cm；护理B组25例，患者年龄25-49(33.52 ± 1.13)岁，肌瘤直径中位数(3.62 ± 0.39)cm；上述两组子宫肌瘤患者病历资料($P>0.05$)。

1.2 方法

依据患者个人意愿选择治疗方案，包括口服药物治疗及子宫肌瘤手术治疗；护理A组实施基础护理方案。护理B组采用基础护理方案联合健康宣教，给予子宫肌瘤患者知性行理念，制定针对性护理干预措施；(1)建立健康宣教小组：主要由妇产科护理人员组成，

由妇产科护士长担任组长，针对既往子宫肌瘤患者护理常见问题、护患纠纷案例等情况，采用回顾性分析、组织座谈会、品管圈等，对医患纠纷发生原因进行溯源，了解子宫肌瘤患者治疗期间身心护理需求，依据当前医疗阶段，拟定针对性护理方案，确保临床护理工作有规章可循；重点针对护理人员护患沟通技能进行培训教育，告知健康宣教开展目的及意义，通过良好护患沟通，给予患者疾病基础宣教，耐心讲解患者及其家属疑难问题^[3]；同时考虑不同患者受教育水平及理解能力，要求护理人员采用个性化健康教育等方式，了解不同患者群体健康宣教所需，以提高自身综合素养。（2）给予患者面对面健康宣教，在患者初始接诊，针对子宫肌瘤患者不同治疗方式，如药物治疗、手术治疗患者开展不同健康宣教，结合患者受教育水平、年龄、自我管理等情况，给予针对性健康宣教内容。通过绘制临床护理路径表，在患者就诊第一天，耐心介绍门诊环境，帮助患者适应医院环境，避免因陌生环境所致应激反应；告知疾病检查流程、检查指标，辅助患者完成^[4]；针对药物治疗子宫肌瘤患者，可通过加强药学指导，确保患者了解药物使用注意事项，定期返院复查，提高治疗依从性。针对手术治疗患者，告知围术期注意事项、手术治疗流程、手术常见风险，辅助患者签署手术知情同意书，有效预防医疗纠纷；同时辅助患者进行术前准备及手术检查；术中密切记录患者生命体征，通过监测风险因素，开展针对性安全管理。（3）多媒体宣教：采用视频多媒体方式，借助直观图像，让患者了解子宫肌瘤发病变位置、临床常见因素、不良生活习惯、临床治疗方式，加深患者疾病认知，纠正不良认知；便于患者了解子宫肌瘤临床风险及影响因素，帮助患者纠正不良生活习惯，树立正确生活方式，护理人员在旁进行讲解，给予患者情感支持；若发现患者抱有焦虑、紧张情绪，及时给予心理疏导。（4）出院前开展强化教育，告知患者子宫肌瘤康复注意事项，督促患者定期返院复查，

同时通过电话回访，有效了解患者生活情况，及时给予远程指导。

1.3 评价标准

疾病知识掌握程度评估，由护理人员采用问询方式，患者“是、否”问答，评估患者完全掌握、部分掌握及未掌握情况。

自拟遵医行为评分量表，针对外阴清洁、遵医用药、饮食运动及返院复查情况进行评分，0-10分表遵医行为递增。

汉密尔顿中文译版焦虑评分量表（HAMA）、汉密尔顿中文译版抑郁评分量表（HAMD）对护理干预前后心理状况进行量化评分。

1.4 统计学分析

统计学软件 SPSS24.0 进行假设校验， $P < 0.05$ 设为统计学差异基础表达。

2 结果

2.1 两组子宫肌瘤患者知识掌握程度比对

护理 B 组子宫肌瘤患者疾病知识掌握率 96.0%，高于护理 A 组，统计结果提示（ $P < 0.05$ ），有意义，见表 1。

表 1 两组子宫肌瘤患者知识掌握程度比对 [n/%]

组别	n	完全掌握	部分掌握	未掌握	掌握率
护理 A 组	25	8	10	7	72.0%
护理 B 组	25	15	9	1	96.0%
χ^2					5.919
P 值					0.004

2.2 两组子宫肌瘤患者遵医行为评分结果比对

护理 B 组子宫肌瘤患者外阴清洁、遵医用药、饮食运动及返院复查等方面遵医行为评分高于护理 A 组，统计结果提示（ $P < 0.05$ ），有意义，见表 2。

2.3 两组子宫肌瘤患者 HAMA、HAMD 评分结果比对

子宫肌瘤患者护理前 HAMA、HAMD 评分结果比对提示无差异，护理后子宫肌瘤患者 HAMA、HAMD 评分

表 2 两组子宫肌瘤患者遵医行为评分结果比对 [$\bar{x} \pm s$, 分]

组别	n	外阴清洁	遵医用药	饮食运动	返院复查
护理 A 组	25	7.25 ± 0.95	8.22 ± 0.99	8.34 ± 0.91	7.17 ± 0.82
护理 B 组	25	8.96 ± 1.01	9.34 ± 1.09	9.08 ± 1.05	9.28 ± 1.11
t 值		6.166	3.803	2.663	7.645
P 值		0.000	0.000	0.011	0.000

表 3 两组子宫肌瘤患者 HAMA、HAMD 评分结果比对 [$\bar{x} \pm s$, 分]

组别	n	HAMA		t 值	P 值	HAMD		t 值	P 值
		护理前	护理后			护理前	护理后		
护理 A 组	25	22.06 ± 2.49	15.72 ± 1.62	10.671	0.000	21.43 ± 2.55	16.71 ± 2.37	6.779	0.000
护理 B 组	25	22.12 ± 2.56	10.79 ± 1.19	20.067	0.000	21.50 ± 2.49	11.53 ± 2.03	15.517	0.000
t 值		0.084	12.263			0.098	8.300		
P 值		0.933	0.000			0.922	0.000		

结果不同程度降低, 护理 B 组子宫肌瘤患者 HAMA、HAMD 评分结果降低幅度大于护理 A 组, 统计结果提示 ($P < 0.05$), 有意义, 见表 3。

3 讨论

子宫肌瘤作为妇科慢性疾病, 肌瘤大小、直径不一, 受激素水平、饮食、情绪影响, 肌瘤增大严重危害患者机体健康, 易导致女性不孕不育, 影响其生活质量。子宫肌瘤治疗方案较多, 因病灶特殊性, 肌瘤存在较高复发率, 对女性患者身心健康具有较大影响。疾病治疗期间可通过开展健康宣教, 帮助患者提高疾病认知, 改善认知行为, 提高自我效能, 对提高临床治疗效果、降低疾病复发具有较好疗效反馈。健康教育对护理人员专业素养要求较高, 首选明确患者健康教育所需及自我护理理解程度, 依据患者机体状况, 开展相关卫生保健知识宣教, 构建良好的护患关系, 提高患者对疾病知识及不同治疗方案的了解, 有效提高患者治疗配合度, 对提高整体治疗效果具有积极影响^[5]。本研究表明, 护理 B 组子宫肌瘤患者疾病知识掌握率 96.0%, 高于护理 A 组, 患者外阴清洁、遵医用药、饮食运动及返院复查等方面遵医行为评分高于护理 A 组, HAMA、HAMD 评分大幅度降低, 数据可证实, 健康宣教的开展可有效提高患者疾病知晓率, 在子宫肌瘤长期管理过程中, 有效提高患者返院复查率, 对控制疾病复发具有较好疗效。同时可有效纠正患者不

良认知情况, 对防控其他妇科疾病, 发挥理想保健效果。健康教育的开展有助于提高患者及家属对医务人员专业性的认可, 构建良好护患关系, 预防医疗纠纷, 对提高患者生活质量、提高遵医行为具有积极影响, 护理优势显著。

综上所述, 健康宣教有助于提高子宫肌瘤患者疾病掌握程度, 提高遵医行为, 改善负面情绪, 可作为疾病优选护理方案。

参考文献:

- [1] 林雅, 戴克苗, 叶小嬉. 强化健康宣教对行腹腔镜子宫肌瘤剔除术患者知识知晓率及自我管理能力的影 响 [J]. 现代实用医学, 2021, 33(1): 83-85
- [2] 黄元秀, 熊八玲. “317 护” 电子宣教平台在子宫肌瘤患者中的应用 [J]. 中国当代医药, 2021, 28(7): 189-192
- [3] 居红英, 夏微, 杨玉莹, 等. 标准化交互式视频宣教模式在妇科腹腔镜辅助下子宫肌瘤切除术病人中的应用 [J]. 全科护理, 2020, 18(25): 3313-3315
- [4] 叶书玲, 李怡巍, 周萍, 等. 思维导图在提高子宫肌瘤患者海扶手术肠道准备质量中的应用 [J]. 当代护士 (下旬刊), 2020, 27(10): 105-108
- [5] 刘娜. 围绝经期妇女子宫肌瘤流行病学调查及危险因素研究 [J]. 饮食保健, 2020, 7(21): 293