

# 心理护理联合个性化健康护理在子宫肌瘤围手术期的应用

杞如倩

(云南省普洱市人民医院 云南普洱 665000)

**摘要:**目的:探究并分析心理护理联合个性化健康护理在子宫肌瘤围手术期的应用。方法:通过选取 100 例来自我院 2023 年间诊治的行子宫肌瘤手术患者,随机平分为两组患者并使用不同护理方法,对照组实施常规护理方法,  $n=50$ , 观察组在常规护理的基础上使用心理护理联合个性化健康护理,  $n=50$ , 对两组不同护理方法下患者的围术期临床效果进行比对。结果:观察组的行子宫肌瘤手术患者有着更高的护理有效率 ( $P < 0.05$ ); 同时观察组的患者相较于对照组有着更高的满意度 ( $P < 0.05$ )。结论:心理护理联合个性化健康护理对于子宫肌瘤围手术期的护理有着显著的提升效果,能够有效提升护理的安全性和有效性,值得临床应用采纳推广。

**关键词:**心理护理;个性化健康护理;子宫肌瘤;围术期护理

子宫肌瘤是一种较为常见的女性生殖系统肿瘤,病因多与遗传、激素、干细胞相关,患者的主要年龄群体处于 30-50 岁,患者往往出现月经异常、阴道分泌物异常、肌瘤压迫导致的便秘、排尿困难,严重者会影响妊娠,妨碍受精卵着床,干扰患者生育能力,严重影响了女性患者的生殖健康,加重了患者的生活负担,造成患者生活质量降低<sup>[1]</sup>。女性由于卵巢功能下降,雌激素水平降低,子宫肌瘤有可能会自行萎缩。若发现子宫肌瘤增长的比较迅速,要怀疑子宫肌瘤是否已经发生了变性,需要及时进行治疗<sup>[2]</sup>。因此,对行子宫肌瘤手术患者的护理干预手段选择和运用也同样需要临床医护人员重视,在常规的护理模式上探究出新的有效的干预护理模式是提升患者生活水平的重要环节<sup>[3]</sup>。基于此,本文对相关病例进行了选取,旨在探究并根据结果分析心理护理联合个性化健康护理在子宫肌瘤围手术期的应用效果。现将研究内容汇编整理如下。

## 1 资料与方法

### 1.1 基本资料

选取 100 例来自我院 2023 年间诊治的子宫肌瘤患者,随机平分为两组患者并使用不同护理方法,对照组实施常规护理方法,  $n=50$ , 观察组在常规护理的基础上使用心理护理联合个性化健康护理,  $n=50$ 。其中,患者的年龄段为 30-50 岁;观察组患者的平均年龄为  $(39.67 \pm 2.44)$  岁,观察组患者的子宫浆膜下肌瘤、肌壁间肌瘤、子宫粘膜下肌瘤的具体例数为 19、22、9 例;对照组患者的平均年龄为  $(39.33 \pm 3.21)$  岁,对照组患者的子宫浆膜下肌瘤、肌壁间肌瘤、子宫粘膜下肌瘤的具体例数为 17、23、10 例。经统计检验发现,两组子宫肌瘤患者的年龄、肌瘤种类等基本资料组间差异不具有统计学意义 ( $P > 0.05$ ),因此分组可以进行后续测试。

### 1.2 排纳标准

纳入标准:①患者经临床诊断确认为子宫肌瘤患者;②患者对本次研究足够了解并签署了本次研究相关协议。

排除标准:①患者合并有严重影响子宫状态的疾病;②患者存在记忆障碍、失语症、执行功能障碍等认知性障碍或患有精神疾病无法对治疗干预进行主动的配合;③患者于五年病史内存在患有过其他恶性肿瘤的历史情况。

## 1.3 方法

**对照组:**使用常规护理方法治疗。对患者及家属进行常规的教育指导,基本护理和用药指导。监测相关生命体征的变化,以循序渐进的原则供应低盐、低脂、高蛋白的饮食。

**观察组:**在常规护理的基础上使用心理护理联合个性化健康护理进行治疗。(1)教育指导:通过积极主动的与患者交流沟通并进行相关知识的教育指导,指导相关的护理知识,使患者对自身情况有基础的了解并知晓如何应对,减少患者因未知或因治疗可能带来的疼痛、效果而产生恐惧的负面情绪状态。通过文字,一对一对话,幻灯片讲解等方式提升患者的治疗顺从性和治疗信心。防止过度疲劳,注意把控患者拥有足量的休息时间。(2)心理护理:注意患者是否存在因心理脆弱而产生的焦虑、抑郁、失眠状态,及时进行开导保障患者睡眠质量。改变医疗环境为患者提供放松自然的医疗环境,重视患者的精神状态,避免患者发生心理负担加剧等情况,为患者构建一个轻松无压力的内心状态,保证维持患者规律的生活作息,避免患者因焦躁等负面情绪为预后带来不好的效果。(3)饮食护理:根据患者具体情况,制定专门的营养方案进行干预,指导患者使用简单明了的膳食自评,计算每日营养达标情况,严格把控患者的蛋白质、维生素、碳水等营养物质的摄入,多吃新鲜的蔬菜和水果,增加饮水量,注意维生素的补充,少食用辛辣或带有强烈刺激性的食物。患者应多吃五谷杂粮,如玉米、豆类等,也可以经常吃一些营养丰富或者是富含油脂的干果类食物,如花生、芝麻、瓜子等,日常中一日三餐最好定时定量,少吃多餐,防止暴饮暴食。饮食应清淡,最好不要食用过度的羊肉、狗肉、螃蟹、鳗鱼、虾、咸鱼等发物。多食用一些海藻类的食物如紫菜、海带、海白菜等,海藻类食物富含矿物质和钙、铁、钠、镁、碘等,食用海藻类食物,可以辅助调节血液中的酸碱度,避免体内碱性元素与酸性物质中和被过度消耗,要维持低脂,高蛋白的饮食,多食瘦肉、鸡肉、蛋类、鲫鱼、甲鱼等高蛋白的食物,多食用白菜、芦笋、芹菜、紫菜、豆腐、黄瓜及水果等低脂肪的食物,减少食物中的烹饪盐。

### 1.4 观察指标及评判标准

(1)对比两组患者的护理有效率:将患者护理后的情况分为

三种：显效：患者的老年慢阻肺症状明显改善甚至完全消失，患者的生活质量得到大幅提高。有效：护理后患者的老年慢阻肺症状得到了改善，患者的生活质量有所提高。无效：患者护理后没有明显效果，老年慢阻肺症状无改善。总有效率=（显效数+有效数）/总数×100%。

（2）对比两组患者的护理满意度情况：通过请患者填写我院自行制定的护理满意水平自我评测调查问卷，从护理态度、护理水平、护理效果等多方面请患者参与评分，根据评分填写情况对患者的护理质量进行评估，评分采取百分制，其中，非常满意≥90分，89分≥基本满意≥60分，59分≥不满意≥0分。总满意度=（非常满意数+基本满意数）/总数×100%。

### 1.5 统计学方法

本次研究中，使用 SPSS23.0 统计并计算本次试验的观察指标数据，通过  $(\bar{x} \pm s)$  与  $t$  检验输出计量资料的结果；通过使用 (%)、检验表述计算计数资料的检验结果，通过计算  $P < 0.05$  证明差异数据具备统计学意义。

## 2 结果

### 2.1 两组患者的护理有效率对比情况

观察组护理总有效率相对于对照组明显更高 ( $P < 0.05$ )。见表 1。

表 1 两组患者护理总有效率[n (%) ]

组别	n	显效	有效	无效	总有效率
观察组	50	22 (44.00)	23 (46.00)	5 (10.00)	45 (90.00)
对照组	50	17 (34.00)	19 (38.00)	14 (28.00)	36 (72.00)
$X^2$	-	-	-	-	5.263
$p$	-	-	-	-	0.022

### 2.2 两组患者的自我评估护理满意度比较

观察组的患者相较于对照组有着更高的满意度 ( $P < 0.05$ )。见表 2。

表 2 两组患者护理满意度水平比较 (n, %)

组别	n	非常满意	比较满意	不满意	总满意度
观察组	50	29 (58.00)	19 (38.00)	2 (4.00)	48 (96.00)
对照组	50	11 (22.00)	28 (56.00)	11 (22.00)	39 (78.00)
$X^2$	-	-	-	-	7.162
$p$	-	-	-	-	0.007

## 3 讨论

子宫肌瘤会对子宫腔、下腹部肿块产生挤压，受到该疾病的影响，患者的身体会出现许多的问题。患者往往会出现月经间隔周期缩短、月经持续时间增长、引导不规则出血、痛经、感染、压迫性排尿困难、便秘等症状，严重者甚至导致胎位异常、宫腔变形、难

产等症状，对患者的生活质量和生殖健康都有极大的影响<sup>[4]</sup>。因此探究子宫肌瘤患者的围术期护理方式需要得到重视。通过贯彻新型的护理理念优化护理流程，探索新的护理细节的必要性不言而喻<sup>[5]</sup>。通过优化医疗流程、减少不必要的检查和治疗、缩短患者的住院时间，提升患者的康复质量，提高治疗效果；通过优化医疗流程、提高医疗质量、关注患者的需求和感受，可以提高患者的就诊体验和满意度，使患者更加信任医生和医院，增强患者对治疗的依从性。随着医学模式从专科管理、疾病管理，发展到“以患者为中心”的病人管理，由关注“医病”发展到关注“医人”，为持续深化、拓展优质护理服务内涵，充分满足患者的健康需要，为其提供整体性、持续性的服务，在护理服务中引入强化生活方式干预理念，探索现代医院健康照顾新模式，是众多医院业务创新的又一方向<sup>[6]</sup>。

本次研究中，针对患者采取了心理护理联合个性化健康护理干预和常规护理干预两种不同的护理方法。其中观察组对比对照组有着显著且更高的护理有效率及护理满意水平 ( $P < 0.05$ )。证明了心理护理联合个性化健康护理干预相比较常规护理干预对患者的预后有着更好的改善，更大幅度的提升了护理的有效率，为患者提供了更好的生活质量，提升了患者的生命安全。

综上所述，心理护理联合个性化健康护理干预和常规护理干预的临床效果差异得出了结论，心理护理联合个性化健康护理干预有效地提升了护理的有效率，有效地提升了患者的生活质量，使患者的生命安全得到了保障，值得相关护理对之重视推广。

### 参考文献:

- [1]刘慧苹;邢冉;彭毅萍.多学科模式下 ERAS 干预联合家庭协同护理对子宫肌瘤全子宫切除术患者的影响[J].齐鲁护理杂志,2023,29(20):16-18.
- [2]宋苓.健康教育联合综合康复护理在子宫肌瘤患者围手术期的应用[J].中国医药指南,2023,21(29):35-38.
- [3]覃颖鲜;周淑萍;马秀苗;张歆璇;许家秀;汪文俊.子宫肌瘤住院患者术后就医体验的调查与评价[J].海南医学,2023,34(20):3003-3007.
- [4]刘蓉蓉;黄凤华.基于同质医疗理念的护理干预对子宫肌瘤手术患者自护能力及生活质量的影响[J].吉林医学,2023,44(11):3279-3281.
- [5]叶妹婷.优质护理对行子宫全切除术子宫肌瘤患者的效果[J].吉林医学,2023,44(11):3318-3321.
- [6]吴红梅;刘丽英;郑赣红.正念减压训练联合无缝隙个体化健康教育对腹腔镜子宫肌瘤剔除术患者的影响[J].齐鲁护理杂志,2023,29(22):140-143.