

健康教育联合康复护理干预在子宫肌瘤术后护理中的应用效果观察

王琴

(荆门市掇刀区妇幼保健计划生育服务中心)

【摘要】目的：探讨健康教育联合康复护理干预在子宫肌瘤术后护理中的应用效果。方法：2023年1月-2023年12月，对100例子宫肌瘤手术患者实施研究，通过信封法分为对照组（常规护理，有50例）、观察组（健康教育联合康复护理干预，有50例）。结果：观察组术后康复时间、术后并发症率均低于对照组（ $P < 0.05$ ）。结论：健康教育联合康复护理干预可加快子宫肌瘤患者术后康复速度，可减少术后并发症，应用价值显著。

【关键词】子宫肌瘤；常规护理；术后康复时间；术后并发症率；健康教育；康复护理干预

The effect of health education combined rehabilitation nursing intervention in postoperative nursing of uterine fibroids

Wang Qin

Jingmen Tuo District Maternal and child Health and Family Planning Service Center

[Abstract] Objective: To explore the effect of health education combined rehabilitation nursing intervention in postoperative nursing. Methods: From January 2023 to December 2023, 100 patients undergoing uterine fibroids were studied, including the control group (routine care, 50 cases) and the observation group (health education combined rehabilitation nursing intervention, 50 cases). Results: The postoperative recovery time and postoperative complication rate of the observation group were lower than that of the control group ($P < 0.05$). Conclusion: Health education combined with rehabilitation nursing intervention can accelerate the postoperative recovery of uterine fibroids patients and reduce postoperative complications, with significant application value.

[Key words] uterine fibroids; routine care; postoperative rehabilitation time; postoperative complication rate; health education; rehabilitation nursing intervention

子宫肌瘤是常见妇科病,该病发生和雌孕激素存在直接关系^[1]。如何有效治疗子宫肌瘤是临床重点研究问题,现今有药物保守疗法及手术疗法等^[2]。手术疗法是常用方案,可在明确患者子宫肌瘤数量、位置、大小等情况的基础上直接处理病灶,消除疾病对患者造成的影响^[3]。但要保证手术效果理想,需做好患者的护理工作。作为最常见的一种妇科疾病,提升疾病的康复效果,促使患者形成良好的生活习惯,预防相关并发症的发生,提升子宫肌瘤患者的生活质量显得尤为重要。只有子宫肌瘤患者以及患者家属充分地掌握了有关于疾病的相关知识以及内容之后,才能够更好地对危险因素进行控制,并且能够尽早的发生病情改变,方便医护人员为患者动态性的调整治疗方案以及护理方案,采取更加具有

针对性的措施,进而使得患者的康复速度以及康复质量得到明显提升。但是目前临床当中对于子宫肌瘤患者的传统护理模式缺乏系统性以及连贯性,并且在其中缺乏了必要的健康教育以及康复护理,对于子宫肌瘤患者的术后康复效果以及康复治疗而言都有着十分不良的影响,同时也延缓了患者的康复速度、降低了患者的康复治疗。文章分析健康教育联合康复护理干预的作用,相关报道如下。

1·资料与方法

1.1 一般资料

2023年1月-2023年12月,选择发生子宫肌瘤并进行

手术患者 100 例为对象, 经信封法分为两组, 各 50 例。对照组, 年龄 28–61 岁 (44.84 ± 4.61) 岁, 病程 1–13 年 (7.42 ± 1.05) 年。观察组, 年龄 28–60 岁 (44.38 ± 4.55) 岁, 病程 1–14 年 (7.85 ± 1.10) 年。对比上述资料, 不存在差异 ($P > 0.05$)。

1.2 方法

对照组, 常规护理干预: 确诊疾病后, 结合疾病类型与手术方案, 安排患者进行各项检查, 评估病情严重程度及手术耐受性, 确定患者可顺利完成手术; 基于手术要求, 指导患者禁食禁饮, 为手术顺利进行奠定良好的基础; 术后密切监测病情变化, 记录各项生命体征的变化, 及时发现并处理异常现象。

观察组, 健康教育联合康复护理干预: (1) 健康教育: 基于患者文化背景、诊断结果、治疗方案与现有认知, 常规发放疾病手册、播放疾病科普视频, 手册、视频以通俗易懂语言介绍子宫肌瘤这一疾病, 包含诱发原因、症状表现、诊断方式、治疗方式、不同治疗方式的适应证与禁忌证、疾病康复注意事项等。在上述基础上, 积极与患者沟通, 进一步了解患者的认知变化, 鼓励患者提出问题, 耐心解答每一个问题。患者住院期间, 不定时举办知识小竞赛、问答活动, 鼓励患者、家属参与, 记录每一位患者的回答情况, 并和患者进行一对一分析、咨询、沟通, 持续增加患者的认知水平, 消除患者因疾病发生、手术进行产生的不良情绪与不当行

为。(2) 康复护理: 术后密切监测各项生命体征, 基于患者实际需求提供相应的吸氧支持, 保证患者的呼吸道始终处于通畅状态。为患者提供持续性心电监护以及身体指标评估监测, 定时辅助患者更换体位, 适当按摩患者的受压部位与上下肢, 帮助患者迅速恢复活动能力。术后 6h, 在按摩患者上下肢后, 辅助患者进行被动活动热身, 持续 5 分钟左右, 指导患者尽早下床活动。患者尝试下床时陪伴左右, 及时搀扶, 预防摔跤、坠床。从术后第一天开始指导患者进行康复训练, 包含肘部环绕训练、深呼吸训练、肩关节训练以及头颈部训练等。每次训练前均需对患者全身状态展开评估, 确定患者可进行训练, 可耐受训练, 可依从训练, 预防训练过度所致损伤。

1.3 观察指标

两组患者的术后康复时间(首次排气、首次排便、首次进食、平均住院时间)、术后并发症率(恶心呕吐、腹部胀痛、切口感染)。

1.4 统计学方法

通过 SPSS26.0 统计比较。

2 · 结果

2.1 术后康复时间对比 见表一。

2.2 术后并发症率对比 见表二。

表 1 两组术后康复时间 (n=50 例, $\bar{x} \pm s$,)

组别	首次排气时间 (h)	首次排便时间 (h)	首次进食时间 (h)	平均住院时间 (d)
观察组	28.31 ± 5.44	41.35 ± 6.27	24.06 ± 4.53	6.00 ± 1.18
对照组	39.27 ± 6.18	51.28 ± 8.05	33.98 ± 4.87	8.27 ± 1.39
t 值	4.423	5.026	4.871	5.546
P 值	0.001	0.001	0.001	0.001

表 2 两组术后并发症率 (n=50 例, n/%)

组别	恶心呕吐	腹部胀痛	切口感染	术后并发症率
观察组	1 (2.00%)	1 (2.00%)	0 (0.00%)	2 (4.00%)
对照组	4 (8.00%)	3 (6.00%)	2 (4.00%)	9 (18.00%)
χ^2 值	-	-	-	6.537
P 值	-	-	-	0.001

3·讨论

子宫肌瘤是妇科临床疾病当中最为常见且发病率最高的一种疾病,其属于一种良性肿瘤。近几年以来,子宫肌瘤在临床当中的发病率逐年攀升,并且开始日趋年轻化。现有的相关临床研究指出,子宫肌瘤最为较多见于发生育龄期妇女当中,并且子宫肌瘤的发生与长时间的雌激素刺激之间存在着十分密切的关系。子宫肌瘤在临床当中的症状表现主要包括由阴道不规则出血、月经过多以及经期显著延长等,假如不能给予患者进行积极的治疗以及干预,患者十分容易出现贫血,给予患者的身心健康以及正常生活都产生了明显的不良影响。目前临床当中对子宫肌瘤患者进行治疗时的主要方式以及最有效方式就是手术切除。但是绝大部分子宫肌瘤患者都对于疾病以及手术缺乏全面的认知以及了解,再加之手术切除具有一定的侵入性,进而十分容易导致患者在接受治疗的过程当中出现一部分不良心理;情况严重的患者甚至会无法良好的配合临床治疗以及临床护理。此外,以往多为子宫肌瘤患者提供常规护理,但护理欠缺针对性与科学性,整体效果不佳。

健康教育与康复护理均是现今比较推崇的护理方案,强调以患者为中心。健康教育可针对性处理患者的认知不足与认知错误等问题,可持续提高患者认知水平,消除不当行为。有相关研究表明指出,信息可以直接促使个体发生行为改变,同时也能够通过行为技巧的改变对于患者的行为产生影响并且使其发生改变,同时还可以通过对患者的动机进行改变,进而对行为改变产生间接影响。在本次研究当中,通过

给予观察组子宫肌瘤患者实施系统性的健康宣教,向患者介绍了子宫肌瘤整个疾病的相关内容,包括诱发原因、临床症状、临床预后以及围手术期的相关流程措施等。通过给予观察组患者进行相关健康知识的宣教以及讲解,使得观察组子宫肌瘤患者能够更加直观且详细地了解整个疾病的知识以及疾病治疗过程当中的具体流程,同时观察组患者也在这一过程当中充分的明确了自己所需要配合的事项。当观察组患者更加充分地掌握了有关于疾病以及为术期诊疗的相关信息之后,其就能够明白各项医疗活动所具有的意义以及重要性,并且能够更加积极主动的配合各项医疗活动,患者术后的早期康复情况也会明显改善。

康复护理可促进患者身心愈合,加快患者康复速度,预防术后并发症^[4]。通过有效的康复护理,可以以有利于子宫肌瘤患者需体功能的恢复。在整个围术期过程当中,护理人员给予子宫肌瘤患者舒适的临床护理以及及时的康复运动,使得子宫肌瘤患者的肺活量以及肺部运动量大大增加,患者的腹肌力量也明显提升,更有利于患者术后胃肠功能的康复,并且对于并发症的预防方面也有着十分重要的积极作用。

本次研究结果提示,观察组术后康复时间更短,并且观察组术后的并发症更低。这一结果充分的表明观察组患者在接受健康教育以及康复护理之后获得了更加理想的康复效果,并且患者的并发症发生风险也大大降低。

综上所述,实施健康教育、康复护理干预可改善患者的康复速度及预后情况。

参考文献:

- [1]LI, ZEMIN, ZHANG, PEILI, SHEN, HUIMING, et al. Clinical value of contrast-enhanced ultrasound for the differential diagnosis of specific subtypes of uterine leiomyomas[J]. The journal of obstetrics and gynaecology research, 2021, 47 (1): 311-319. DOI: 10.1111/jog.14527.
- [2]康忠香, 李瑞玫, 冯丽萍, 等. 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]. 黑龙江中医药, 2022, 51 (6): 206-208.
- [3]杨小燕, 张淑林. 医护一体化干预模式对育龄期子宫肌瘤剔除术患者自我管理能力及治疗依从性的影响[J]. 医学临床研究, 2021, 38 (10): 1593-1595.
- [4]许晓明. 健康教育联合康复护理干预在子宫肌瘤术后护理中的应用效果[J]. 中国社区医师, 2021, 37 (1): 149-150.