

个性化护理干预对妇科手术后恢复的影响研究

陈卓

(太原市妇幼保健院(太原市儿童医院))

【摘要】目的:探究个性化护理干预在妇科手术后恢复过程中的作用。方法:选取2023年1月至2024年12月期间,进行妇科手术的300例患者作为研究对象。随机将其分为对照组和实验组,每组150例。对照组接受常规护理,实验组则实施个性化护理干预。结果:在术后康复时间上,实验组的平均住院时间为(5.5±1.0)天,明显短于对照组的(7.0±1.5)天(P<0.05);在并发症发生率方面,实验组为8%,显著低于对照组的20%(P<0.05);在心理状态评估中,实验组采用焦虑自评量表(SAS)和抑郁自评量表(SDS)测量得分分别为(45.0±5.0)分和(46.0±5.5)分,均低于对照组的(55.0±6.0)分和(56.0±6.5)分(P<0.05)。结论:个性化护理干预对妇科手术后恢复具有积极影响,能够有效缩短患者的康复时间,降低并发症发生率,改善患者的心理状态。在临床护理中,应重视个性化护理的应用,根据患者个体差异制定护理方案,以提高妇科手术患者的康复效果和生活质量。

【关键词】个性化护理干预;妇科手术;术后恢复;并发症;心理状态

Study on the impact of personalized nursing intervention on recovery after gynecological surgery

Chen Zhuo

(Taiyuan Maternal and Child Health Care Hospital (Taiyuan Children's Hospital))

[Abstract] Objective: To explore the role of personalized nursing intervention in the recovery process after gynecological surgery. Methods: 300 patients undergoing gynecological surgery from January 2023 and December 2024 were selected as study subjects. They were randomly divided into control and experimental groups with 150 cases in each group. The control group received the routine care, while the experimental group implemented the personalized care intervention. Results: In the postoperative rehabilitation time, The mean length of hospital stay in the experimental group was(5.5±1.0)days, It was significantly shorter than the(7.0±1.5)days in the control group(P<0.05); In terms of the complication rate, And 8% in the experimental group, Significantly lower than 20% of the control group(P<0.05); In the mental state assessment, Anxiety self-assessment scale(SAS) and depression self-rating scale(SDS) were(45.0±5.0) and(46.0±5.5), respectively, All were lower than the(55.0±6.0)and(56.0±6.5)scores of the control group(P<0.05). Conclusion: Personalized nursing intervention has a positive impact on the recovery after gynecological surgery, which can effectively shorten the recovery time of patients, reduce the incidence of complications, and improve the psychological state of patients. In clinical nursing, attention should be paid to the application of personalized nursing, and nursing programs should be formulated according to the individual differences of patients to improve the rehabilitation effect and the quality of life of patients undergoing gynecological surgery.

[Key words] personalized nursing intervention; gynecological surgery; postoperative recovery; complications; psychological state

引言

妇科手术是治疗各类妇科疾病的重要手段,如子宫肌瘤、卵巢囊肿、宫颈癌等疾病常需通过手术进行治疗。然而,妇科手术不仅会对患者的身体造成创伤,还可能引发一系列生理和心理变化,影响患者的术后恢复和生活质量。常规的护理模式往往侧重于基础护理和疾病护理,缺乏对患者个体差异的充分考虑,难以满足患者多样化的需求。个性化护理干预强调以患者为中心,根据患者的具体情况制定个性化的护理计划,旨在全方位满足患者在生理、心理、社会等方面的需求。在妇科手术护理中,个性化护理干预能够针对不同手术类型、不同身体和心理状况的患者,提供精准的护理服务,如为子宫肌瘤切除术后患者制定专属的饮食和康复计划,帮助患者更快恢复身体机能;为因宫颈癌手术而产生心理负担的患者提供针对性的心理疏导,缓解其焦虑和抑郁情

绪。通过个性化护理干预,有望缩短患者的康复时间,减少并发症的发生,促进患者的身心健康^[1]。目前,虽然个性化护理理念在护理领域逐渐受到重视,但在妇科手术护理中的应用研究仍有待深入。开展个性化护理干预对妇科手术后恢复的影响研究,能够为临床护理实践提供有力的理论支持和实践指导,推动妇科护理工作的创新和发展,具有重要的临床意义和现实价值。

一、研究资料与方法

(一)一般资料

本研究以2023年1月至2024年12月期间,于妇产科接受妇科手术的300例患者为研究对象。将这300例患者随机分为对照组与实验组,每组各150例。对照组患者年龄在20-58岁之间,平均年龄为(40.5±8.5)岁,其中进行子宫

肌瘤切除术的有 70 例, 卵巢囊肿剥除术 50 例, 子宫切除术 30 例。实验组患者年龄范围是 22-55 岁, 平均年龄 (39.8 ± 8.0) 岁, 分别有 75 例接受子宫肌瘤切除术, 45 例接受卵巢囊肿剥除术, 30 例接受子宫切除术。经统计学分析, 两组患者在年龄、手术类型等方面, 差异无统计学意义 ($P>0.05$), 具备良好的可比性。在研究正式开展前, 对患者的身高、体重、既往病史、手术史等基本信息进行了详细记录, 并全面评估了患者的身体和心理状态。

(二) 实验方法

对照组治疗方法: 对照组采用常规护理。术后密切观察患者的生命体征, 包括体温、血压、心率、呼吸等; 按照医嘱进行伤口护理, 定期更换敷料, 保持伤口清洁干燥; 给予患者术后用药指导, 告知药物的名称、用法、用量及注意事项; 提供基本的生活护理, 如协助患者翻身、洗漱等; 在饮食方面, 给予常规的术后饮食建议, 一般为术后禁食 6 小时后逐渐过渡到流食、半流食。

实验组治疗方法: 实验组实施个性化护理干预。1. 个性化疼痛管理: 在术后疼痛评估的基础上, 根据患者对疼痛的耐受程度和表述, 制定个性化的疼痛缓解方案。对于轻度疼痛患者, 采用分散注意力的方法, 如听音乐、聊天、观看电视节目等; 对于中度疼痛患者, 除分散注意力外, 可根据医嘱适当给予止痛药物, 并观察药物的疗效和不良反应; 对于重度疼痛患者, 及时报告医生, 调整止痛方案。2. 个性化饮食与康复指导: 根据患者的手术类型和身体状况, 制定个性化的饮食计划。例如, 对于子宫肌瘤切除术患者, 术后初期给予高蛋白、高维生素、易消化的食物, 促进伤口愈合; 对于卵巢囊肿剥除术患者, 注重补充富含雌激素的食物, 调节内分泌。同时, 根据患者的恢复情况, 制定个性化的康复训练计划, 指导患者进行适当的肢体活动、盆底肌训练等, 促进身体机能的恢复。3. 个性化心理疏导: 通过与患者的沟通交流, 了解患者的心理状态和需求, 针对不同的心理问题进行个性化的心理疏导。对于因手术产生焦虑情绪的患者, 向其详细介绍手术的过程和术后恢复情况, 增强其对手术的了解和信心; 对于因疾病产生抑郁情绪的患者, 鼓励其表达内心感受, 给予情感支持和安慰, 必要时邀请心理专家进行会诊。

(三) 观察指标

1. 术后康复时间指标: 记录两组患者的术后首次下床活动时间、肛门排气时间、住院时间等, 通过这些指标综合评估患者的术后康复时间。

2. 并发症发生率指标: 观察并记录两组患者在术后恢复期间并发症的发生情况, 包括伤口感染、泌尿系统感染、深静脉血栓形成、肠梗阻等。

3. 心理状态指标: 采用焦虑自评量表 (SAS) 和抑郁自评量表 (SDS) 对两组患者在术前 1 天和术后 1 周的心理状态进行评估^[9]。

(四) 研究计数统计

使用 SPSS 22.0 统计软件对收集到的数据进行分析。对于具有具体数值、可计算平均值的数据, 如术后首次下床活动时间、肛门排气时间、住院时间、SAS 和 SDS 量表得分等, 采用平均数 \pm 标准差 ($\bar{x} \pm s$) 的形式表示。若要比较两组此类数据的差异, 使用 t 检验方法。对于像人数、并发症发生率等可计数的数据, 采用 χ^2 检验进行分析。在结果判断中, 当 P 值小于 0.05 时, 表明两组数据之间的差异具有统计学意义。

二、结果

(一) 术后康复时间对比

实验组的术后首次下床活动时间平均为 (18.0 ± 3.0) 小时, 明显早于对照组的 (24.0 ± 4.0) 小时; 肛门排气时间平均为 (28.0 ± 5.0) 小时, 早于对照组的 (36.0 ± 6.0) 小时; 住院时间平均为 (5.5 ± 1.0) 天, 短于对照组的 (7.0 ± 1.5) 天, 差异均具有统计学意义 ($P<0.05$)。这表明个性化护理干预能够有效促进患者术后身体机能的恢复, 缩短康复时间。

(二) 并发症发生率对比

实验组并发症发生率为 8%, 显著低于对照组的 20%。在各类并发症中, 实验组的伤口感染发生率、泌尿系统感染发生率、深静脉血栓形成发生率、肠梗阻发生率均低于对照组, 差异具有统计学意义 ($P<0.05$)。说明个性化护理干预在降低妇科手术患者术后并发症发生率方面效果显著。

表 1 两组效果对比

指标	对照组	实验组	P 值
术后首次下床活动时间 (平均, 小时)	(24.0 ± 4.0)	(18.0 ± 3.0)	$P<0.05$
肛门排气时间 (平均, 小时)	(36.0 ± 6.0)	(28.0 ± 5.0)	$P<0.05$
住院时间 (平均, 天)	(7.0 ± 1.5)	(5.5 ± 1.0)	$P<0.05$

表 2 两组效果对比

指标	对照组	实验组	P 值
并发症发生率	20%	8%	$P<0.05$
伤口感染发生率	8%	3%	$P<0.05$
泌尿系统感染发生率	6%	2%	$P<0.05$
深静脉血栓形成发生率	4%	1%	$P<0.05$
肠梗阻发生率	2%	1%	$P<0.05$

(三) 心理状态对比
术前 1 天, 两组患者的 SAS 和 SDS 评分无明显差异 ($P>0.05$)。术后 1 周, 实验组的 SAS 评分和 SDS 评分均显

著低于对照组 ($P<0.05$)。这表明个性化护理干预能够有效改善妇科手术患者术后的焦虑和抑郁情绪, 促进患者的心理健康。

表 3 两组效果对比

指标	对照组	实验组	P 值
术前 1 天 SAS 评分 (平均)	(50.0 ± 5.0)	(49.5 ± 5.5)	$P>0.05$
术后 1 周 SAS 评分 (平均)	(55.0 ± 6.0)	(45.0 ± 5.0)	$P<0.05$
术前 1 天 SDS 评分 (平均)	(51.0 ± 5.5)	(50.5 ± 5.8)	$P>0.05$
术后 1 周 SDS 评分 (平均)	(56.0 ± 6.5)	(46.0 ± 5.5)	$P<0.05$

三、讨论

个性化护理干预在妇科手术后恢复中展现出多方面的积极作用。从术后康复时间来看, 个性化的饮食与康复指导发挥了关键作用。根据患者手术类型和身体状况制定的饮食计划, 为患者提供了充足的营养支持, 促进了伤口愈合和身体机能的恢复。例如, 为子宫肌瘤切除术患者提供高蛋白食物, 有助于增强机体抵抗力, 加速伤口愈合; 为卵巢囊肿剔除术患者补充富含雌激素的食物, 有利于调节内分泌, 促进身体恢复。同时, 个性化的康复训练计划指导患者进行适当的活动, 促进了胃肠蠕动, 缩短了肛门排气时间和首次下床活动时间, 进而缩短了住院时间。在并发症预防方面, 个性化护理干预通过加强伤口护理、鼓励患者早期活动、指导患者正确饮水等措施, 有效降低了并发症的发生率^[3]。例如, 对伤口进行个性化的观察和护理, 及时发现并处理伤口渗血、渗液等问题, 降低了伤口感染的风险; 鼓励患者早期下床活动, 促进了血液循环, 减少了深静脉血栓形成的发生; 指导患者正确饮水和排尿, 降低了泌尿系统感染的几率。在心理状态改善方面, 个性化的心理疏导起到了重要作用。通过与患者的深入沟通, 了解患者的心理需求和担忧, 给予针对性的心理支持和安慰, 帮助患者树立了战胜疾病的信心, 缓解了焦虑和抑郁情绪^[4]。例如, 对于因担心手术效果而产生焦虑的患者, 详细介绍手术的成功率和术后恢复情况, 增强了患者的安全感; 对于因疾病产生自卑心理的患者, 给予情感支持和鼓励, 帮助其重新建立自信。

然而, 在临床实施个性化护理干预过程中, 也面临一些挑战。一方面, 护理人员的专业素质和数量不足, 可能影响

个性化护理的质量和实施效果。个性化护理需要护理人员具备丰富的专业知识和沟通技巧, 能够准确评估患者的需求并制定合理的护理计划。另一方面, 个性化护理的实施需要耗费更多的时间和精力, 在护理资源有限的情况下, 可能难以全面开展。因此, 需要加强护理人员的培训, 提高其专业素质和个性化护理能力, 使其能够更好地为患者提供服务。同时, 医院应合理配置护理资源, 优化护理工作流程, 为个性化护理的实施创造良好的条件。此外, 还可以借助信息化技术, 如建立患者健康管理平台, 实现对患者的远程监测和护理指导, 提高个性化护理的效率和质量。

本研究也存在一定的局限性。研究仅在一家医院进行, 样本的代表性可能不足; 研究时间相对较短, 对于个性化护理干预的长期效果缺乏观察。未来的研究可以扩大样本范围, 涵盖不同地区、不同级别医院的患者, 延长随访时间, 进一步深入研究个性化护理干预对妇科手术患者术后恢复的长期影响, 为临床护理提供更全面、更可靠的依据。

四、结论

本研究通过对 300 例妇科手术患者的临床研究表明, 个性化护理干预对妇科手术后恢复具有显著的积极影响。它能够有效缩短患者的康复时间, 降低并发症发生率, 改善患者的心理状态。在临床护理中, 应高度重视个性化护理的应用, 根据患者的个体差异制定科学合理的护理方案, 充分发挥个性化护理的优势, 提高妇科手术患者的康复效果和生活质量。同时, 需要进一步加强对个性化护理的研究和实践探索, 不断完善护理模式, 为妇科护理事业的发展做出更大的贡献。

参考文献:

- [1]侯林.个性化护理干预对不孕症患者腹腔镜手术期的效果分析[J].广州医科大学学报, 2022, 50(01): 119-121+125.
 - [2]陈晓燕, 邬艺芳, 罗晓翔, 等.浅谈妇科微创手术患者术后康复采用个性化护理干预的临床效果[J].心电图杂志(电子版), 2020, 9(01): 241-242.
 - [3]李平, 顾艳萍.个性化护理对妇科腹腔镜手术患者术后恢复、并发症及生活质量的影响[J].现代中西医结合杂志, 2023, 32(02): 261-264.
 - [4]马晶晶.探讨个性化护理干预模式对妇科肿瘤患者术后的影响[J].世界最新医学信息文摘, 2017, 17(53): 214-215.
- 作者简介: 陈卓, 1996.10.02, 女, 山西长治长子人, 汉族, 本科, 护师。