

综合护理用于异常子宫出血患者护理当中对提高自我效能及自我管理能力的作⽤

龚雪晴

(兴山县⼈民医院 湖北兴山 443799)

【摘要】目的:分析综合护理用于异常子宫出血患者护理当中对提高自我效能及自我管理能力的作⽤。方法:选取2023年7月-2024年7月期间本院收治异常子宫出血患者120例作为研究对象,分为对照组、观察组,每组60例患者。对照组应用常规护理,观察组应用综合护理。对比两组自我效能感、自我管理能⼒及⽣活质量。结果:经护理,两组自我效能感及自我护理能⼒评分均明显升高,且观察组患者这两项指标评分均展现出更⾼的水平, $P < 0.05$; 两组SF-36中的躯体功能、社会功能、情感角色、心理健康评分均明显升高,且观察组患者以上评分均展现出更⾼的水平, $P < 0.05$ 。结论:在异常子宫出血患者护理中应用综合护理,有助于提高患者自我效能感及自我管理能⼒,更有助于⽣活质量的提高。

【关键词】综合护理;异常子宫出血;自我效能;自我管理能⼒

The role of comprehensive nursing for patients with abnormal uterine bleeding in improving self-efficacy and self-management ability

Gong Xueqing

(Xingshan County People's Hospital, Hubei Xingshan 443799)

[Abstract] Objective: To analyze the role of comprehensive nursing on improving self-efficacy and self-management ability. Methods: 120 patients with abnormal uterine bleeding admitted to our hospital from July 2023 to July 2024 were selected as research subjects and divided into control group and observation group, with 60 patients in each group. The control group applied routine care, and the observation group applied integrated care. Comparing the two groups of self-efficacy, self-management ability and quality of life. Results: After nursing, the scores of self-efficacy and self-care ability in both groups increased significantly, and the patients showed higher levels, $P < 0.05$; the physical function, social function, emotional role and mental health scores in SF-36 increased significantly, and the patients showed higher levels, $P < 0.05$. Conclusion: The application of comprehensive nursing in the nursing of patients with abnormal uterine bleeding is helpful to improve patients' self-efficacy and self-management ability, and is more helpful to improve the quality of life.

[Key words] comprehensive nursing; abnormal uterine bleeding; self-efficacy; self-management ability

异常子宫出血是由子宫疾病、内分泌紊乱等因素引起的一种妇科疾病,临床发病率较⾼。该病患者以无排卵性出血为主要症状表现,若未得到及时有效的治疗,患者贫血发生率较⾼^[1-3]。基于疾病起病急,患者缺乏对疾病知识的足够了解,其自我效能感不佳,自我管理能⼒较差。在临床治疗异常子宫出血期间,采取有效的护理措施十分必要。综合护理是临床常用的一种护理模式,具有综合化、针对性均较强^[4-5]。鉴于此,本研究主要分析综合护理用于异常子宫出血患者护理当中对提高自我效能及自我管理能⼒的作⽤。

1 资料与方法

1.1 一般资料

本研究对象为2023年7月-2024年7月期间本院收治异常子宫出血患者120例作为研究对象,分为对照组、观察组,每组60例患者。对照组中,患者年龄28-45岁,平均(37.46 ± 0.21)岁;病程4个月-2年,平均病程(1.34 ± 0.12)年。观察组年龄29-45岁,平均(37.53 ± 0.22)岁;病程5个月-2年,平均病程(1.39 ± 0.15)年。以上资料统计学对比, $P > 0.05$ 。

1.2 纳入及排除标准

纳入标准:(1)病情符合临床关于异常子宫出血诊断标准。(2)意识清醒,无沟通障碍。(3)知晓研究内容,并签署同意书。

排除标准:(1)合并其他类型妇科急症。(2)合并恶性肿瘤。(3)精神疾病,意识障碍。(4)中途退出研究。

1.3 方法

对照组应用常规护理,方法:营造温馨舒适的住院环境,给予患者情绪疏导,为患者讲解疾病知识、治疗方法及护理注意事项,给予用药指导。引导患者保持心态平和,避免病情加重。

观察组应用综合护理,方法:(1)患者入院后,监测病情,记录出血情况,其中包括开始时间、持续时间,测量出血量,观察血液的颜色、形状,并了解患者是否出现头晕、无力、腹部疼痛等伴随症状。根据出血量评估结果,判断患儿是否为轻度、重度异常子宫出血,据此评估患者是否存在失血性休克的风险。对于存在失血性休克风险患者,提前做好抢救物品,并做好应急预案。(2)对于病情出现急性发作期患者,了解出血量,若出血量较大,指导患者绝对卧床,避免下床活动,可将下肢抬高,以促进血液回流。对于病情处于恢复期的患者,可指导其适当下床活动,但需要注意的是应告知患者避免提重物、长时间下床活动及站立,禁止进行高强度活动。指导患者每日用温水清洗外阴,期间避免使用刺激性的洗液,勤换内裤,使用的卫生巾应透气性较高,经常更换。(3)遵医嘱对患者用药,期间讲解药物知识、疾病诱因及自我护理注意事项,疏导患者负面情绪,讲解治疗效果较好的案例,以提高患者治疗信心。告知患者家属多给予患者鼓励及安慰,确保患者心态保持平和,避免情绪激动而增加出血量,也避免为患者施加压力,必要时可引导患者接受心理咨询。(4)给予患者饮食指导,多使用补血类食物,可选择高铁食物,主要包括动物肝脏、瘦肉、菠菜、黑木耳;搭配维生素 C (柑橘类)促进铁吸收,同时告知患者可适当补充蛋白质,可选择鸡蛋、鱼肉、豆制品,每日摄入量 $\geq 1.2\text{g/kg}$ 体重。禁止使用辛辣刺激食物,避免喝咖啡、浓茶等,以免引起血管扩张而增加出血量。(5)加强对患者用药指导,告知其要严格遵医嘱服药,同时告知激素类药物不可擅自停药,需要按照医嘱定时、定量服药。服用止血药之后,注意观察是否出现不良反应,若出现异常情况及时上报。待病情稳定后可采用中药调理身体。(6)患者出院当日,给予出院指导,告知患者保持良好的生活习惯,避免熬夜,规

律作息,控制体征,定期体检,检查甲状腺、胰岛素功能,明确是否存在内分泌系统疾病。告知患者定期检测血红蛋白等贫血指标,以了解身体状况,若出现发热、下腹部疼痛、分泌物异味等症状,说明存在感染并发症,应及时入院就诊。定期返院复查,检查性激素水平及是否存在子宫内膜病变等相关妇科疾病。

1.4 观察指标

对比两组自我效能感、自我管理能力及生活质量。自我效能感应用一般自我效能感量表(CSES)评估,总分为40分为最高分,最低分为10分,得分越高,自我效能感越强^[6]。自我管理则应用自我护理力量表(ESCA)评估,其中包括43个问题,总分为172分,得分越高自我护理能力越强^[7]。生活质量应用健康状况调查简表(SF-36)评估,取其中的躯体功能、社会功能、情感角色、心理健康四部分内容,每项满分100分,得分越高,生活质量越好^[8]。以上观察指标均于护理前后分别评估。

1.5 统计学分析

用SPSS25.0统计学软件进行数据分析,资料满足正态分布。计量资料以 $(\bar{x} \pm s)$ 表示,行t检验,计数资料以百分比(%)表示,以卡方(χ^2)检验, $P < 0.05$ 为差异有统计学意义。

2 结果

2.1 对比两组自我效能感及自我护理能力

护理前,两组自我效能感及自我护理能力评分对比,并无明显差异, $P > 0.05$ 。经护理,两组自我效能感及自我护理能力评分均明显升高,且观察组患者这两项指标评分均展现出更高的水平, $P < 0.05$ 。见表1。

2.2 两组护理前后生活质量对比

护理前,两组生活质量评分对比,并无明显差异, $P > 0.05$ 。经护理,两组SF-36中的躯体功能、社会功能、情感角色、心理健康评分均明显升高,且观察组患者以上评分均展现出更高的水平, $P < 0.05$ 。见表2。

表1 对比两组自我效能感及自我护理能力(分, $\bar{x} \pm s$)

组别	CSES 评分		ESCA 评分	
	护理前	护理后	护理前	护理后
对照组 (n=60)	18.62 ± 0.64	29.65 ± 1.06	88.95 ± 2.67	120.52 ± 2.67
观察组 (n=60)	18.67 ± 0.60	34.61 ± 1.02	88.99 ± 2.70	145.67 ± 3.67
t	0.441	26.117	0.082	42.924
P	0.660	< 0.001	0.935	< 0.001

表2 两组护理前后生活质量对比(分, $\bar{x} \pm s$)

组别	躯体功能		社会功能		情感角色		心理健康	
	护理前	护理后	护理前	护理后	护理前	护理后	护理前	护理后
对照组 (n=60)	64.95 ± 1.64	78.64 ± 1.76	65.98 ± 1.63	75.63 ± 2.10	69.68 ± 1.42	78.92 ± 1.50	66.85 ± 2.13	78.64 ± 1.61
观察组 (n=60)	64.98 ± 1.70	86.52 ± 1.79	65.81 ± 1.67	80.67 ± 1.96	69.70 ± 1.38	88.68 ± 2.64	66.89 ± 2.16	89.60 ± 1.76
t	0.098	24.315	0.564	13.591	0.078	24.898	0.102	35.591
P	0.922	<0.001	0.574	<0.001	0.938	<0.001	0.919	<0.001

3 讨论

异常子宫出血是指月经周期、经期或出血量异常的情况。该病的发生多与子宫肌瘤、子宫息肉、凝血障碍或者内分泌疾病等有关。异常子宫出血的发病机制较为复杂,以月经不规律、经期延长等为主要表现。该病具有易反复发作的特点。临床治疗异常子宫出血以减少出血、调节内分泌为主,以改善患者临床症状。给予疾病的易反复发作特点,提高患者的自我效能感及自我护理能力具有重要意义^[9-10]。

综合护理是临床常用的一种护理模式,是以患者为中心,综合了多学科的医疗资源,以患者具体病情、疾病特点为理论支持的护理策略,其临床应用优势明显。将综合护理应用于异常子宫出血的护理中,可从多方面干预,以此改善患者的预后。综合护理具体实施期间,通过病情监测、饮食指导、情绪疏导、生活指导等措施,及时发现患者病情的变化,了解其是否存在贫血的发生风险,缓解负面情绪,使其保持心态平和,避免因情绪激动而使出血量增加,同时根据不同病情时期的患者采取差异性的护理措施,可避免常规

护理单一症状管理的局限性,充分体现临床护理人性化、动态变化的原则,根据患者病情变化及时调整护理方案,充分保障护理措施的科学性、针对性及及时性^[11-12]。

本研究结果显示,两组自我效能感、自我护理能力方面对比,观察组均优于对照组。提示将综合护理应用于异常子宫出血护理中,有助于增强患者的滋味效能感,提高自我护理能力。这得益于综合护理实际应用期间通过健康教育增加患者对疾病、治疗方法及护理流程的认识,能够遵医嘱用药及接受相关护理,有效控制病情,避免病情加重或复发,还能掌握日常生活中的注意事项,能够规律作息、科学饮食,这对病情控制及避免病情复发十分有利。两组生活质量对比,观察组各项评分均更高。提示将综合护理应用于异常子宫出血护理中,有助于提高患者的生活质量。分析原因,综合护理通过有效的生活方式、饮食等干预,可促使患者养成良好的生活习惯,获得长期健康收益,控制病情进展,从而提高生活质量。

综上,在异常子宫出血患者护理中应用综合护理,有助于提高患者自我效能感及自我管理能力的提高,更有助于生活质量的提高。

参考文献:

- [1]徐婷婷.异常子宫出血护理中针对性护理模式的效果观察[J].中国医药指南, 2024, 22(4): 149-152.
- [2]张洪波.综合护理干预在功能性子宫出血患者护理中的应用效果[J].临床医学研究与实践, 2020, 2(23): 169-170.
- [3]王凤平.综合护理干预在功能性子宫出血患者护理中的应用效果分析[J].大家健康(中旬版), 2020, 12(8): 185.
- [4]杨璐.综合性护理干预服务模式在青春期功能性子宫出血患者中的临床应用观察[J].糖尿病天地·教育(上旬), 2020, 17(10): 258.
- [5]任彩霞.认知心理行为干预用于异常子宫出血护理中的效果观察[J].中文科技期刊数据库(全文版)医药卫生, 2023(3): 96-99.
- [6]吴珊珊.针对性护理干预在围绝经期异常子宫出血护理中的应用效果[J].母婴世界, 2020(7): 165.
- [7]温新兰, 刘敏, 郭小玲.安全优质需求的双视角护理在异常子宫出血患者中的应用[J].齐鲁护理杂志, 2024, 30(10): 93-96.
- [8]王金笔.优质护理应用于异常子宫出血患者中的效果研究[J].中文科技期刊数据库(引文版)医药卫生, 2024(3): 0206-0209.
- [9]杨桂兰, 李秀凤, 周小燕.基于健康行为互动模式的护理干预对异常子宫出血患者宫腔镜术后心理状态及预后的影响[J].实用妇科内分泌电子杂志, 2024, 11(7): 136-138.
- [10]魏娟, 付建红, 韩晓霞, 党国伟.延续性精准护理在异常子宫出血患者中的应用效果[J].中国民康医学, 2024, 36(9): 190-192.
- [11]孙亚敏.针对性护理模式在异常子宫出血患者护理中的应用效果[J].妇儿健康导刊, 2024, 3(4): 139-142.
- [12]张静.精细化护理在异常子宫出血患者中应用及对睡眠质量的影响评价[J].实用妇科内分泌电子杂志, 2024, 11(11): 106-108.