

Research on Postoperative Pain Management Strategies in Gynecological Care

Min Hou

Tongji Hospital Affiliated to Tongji Medical College of Huazhong University of Science and Technology, Wuhan, Hubei, 430000, China

Abstract

In the treatment of patients with gynecological diseases, pain is a common complaint. However, with the continuous development of modern medicine, gynecological care has made significant progress, which not only plays an important role in the treatment of disease, but also can effectively reduce the pain feelings of patients. In the clinical nursing work, how to effectively relieve the pain of patients with gynecological diseases, is a very challenging task. In the practice of obstetrics and gynecology nursing, nurses should take appropriate measures to deal with different types and degrees of pain, so as to reduce or avoid various complications caused by pain and improve their quality of life. Based on the pain characteristics and pain management strategies of patients with gynecologic diseases, this paper details the methods, principles and considerations for implementing analgesic care in gynaecological care. By analyzing and summarizing the progress and existing problems in the research of female pelvic pain in China, it points out that the systematic research on the anatomical structure and physiological characteristics of women's reproductive system should be strengthened in the future, and the corresponding countermeasures should be formulated. Only by incorporating effective pain management into the daily life of patients with gynecological diseases can the goal of relieving relief in patients be truly achieved.

Keywords

gynecological diseases; pain management; analgesia and nursing methods

妇科护理的术后疼痛管理策略研究

侯敏

华中科技大学同济医学院附属同济医院, 中国·湖北 武汉 430000

摘要

在妇科疾病患者的就诊中,疼痛是一种常见的主诉,然而,随着现代医学的不断发展,妇科护理已经取得了显著的进步,不仅在疾病治疗方面扮演着重要角色,同时也能够有效地减轻患者的疼痛感受。在临床护理工作中,如何有效地缓解妇科疾病患者的疼痛,是一项极具挑战性的任务。在妇产科护理实践中,护士要针对不同类型和程度的疼痛采取适宜的措施进行处理,以减少或避免因疼痛而引起的各种并发症,提高其生活质量。根据妇科疾病患者的疼痛特征和疼痛管理策略,论文详细探讨了在妇科护理中实施镇痛护理的方法、原则和注意事项。通过分析和总结目前中国在女性盆腔痛研究方面取得的进展与存在的问题,指出今后应加强针对妇女生殖系统解剖结构及其生理特征等多方面因素进行系统研究,并制定出相应对策。只有将有效的疼痛管理纳入妇科疾病患者的日常生活中,才能真正实现缓解患者疼痛的目标。

关键词

妇科疾病;疼痛管理;镇痛护理方法

1 引言

患有妇科疾病的女性常常承受着剧烈的疼痛,这给她们的身心健康和日常生活带来了诸多烦恼。传统的妇科护理主要是针对疼痛进行镇痛处理。然而,随着现代医学的不断推进,妇科护理在疾病治疗和疼痛缓解方面取得了显著的进步,为患者带来了更加舒适和健康的生活体验。在妇科疾病患者中,有效地缓解疼痛是临床护理工作所面临的一项重要挑战。目前,国内学者对妇科病患者的痛症研究较多,而

对于如何进行有效的镇痛护理却鲜有报道。根据妇科疾病患者的疼痛特征和疼痛管理策略,论文将详细探讨妇科护理中的止痛护理措施、护理原则以及需要注意的事项。同时结合笔者多年来对妇产科门诊护士的培训体会,阐述如何提高护理人员对于疼痛管理知识的认识,以及针对不同年龄层次、病程长短和文化程度的妇女实施适宜的止痛教育等问题。只有将有效的疼痛管理纳入妇科护理的核心内容,并采取有针对性的措施,方能真正实现减轻患者疼痛的目标。

2 疼痛的原因及特点

妇科患者的疼痛多为躯体性疼痛,包括痛经、腰骶痛、盆腔痛等。妇科疾病患者常伴有妇科盆腔脏器的刺激,如子

【作者简介】侯敏(1988-),女,中国湖北人,本科,护士,从事妇科护理研究。

子宫肌瘤、子宫腺肌病、子宫颈癌等。这些疾病多发生于育龄妇女，在临床中患者主要表现为慢性下腹痛、腰酸腹痛、性交疼痛及性交不适等。

2.1 子宫肌瘤

据报道，随着年龄的增长，子宫肌瘤患者的疼痛发生率呈逐渐上升的趋势，尤其是在育龄妇女中更为普遍。因此，在妇科门诊中发现不少患者出现不同程度的腹痛症状。患有子宫肌瘤的病人所感受到的疼痛与肌瘤的大小和位置息息相关。当肌瘤增大并对子宫壁及周围组织施加压力时，可能会导致下腹部的不适或疼痛。

2.2 盆腔炎性疾病

盆腔内的炎性病变是由多种病原体引起的，其主要表现为慢性下腹痛，伴随着全身症状。由于炎症部位不同，临床上分细菌性和真性两类疾病。盆腔炎性疾病的典型表现之一是盆腔结缔组织炎，其症状包括急性或亚急性下腹痛、全身症状，如发热和白细胞计数增加；盆腔炎，是一种以慢性盆腔炎为主要表现的疾病，其典型症状包括下腹部疼痛、腰骶部酸痛、恶心和呕吐等^[1]。

2.3 输卵管妊娠

妊娠状态指的是受精卵在输卵管内发育生长，导致下腹痛和腰酸腹痛等症状的一种生理现象。由于胚胎着床后需要与子宫内膜结合才能正常生存和发育，因此一旦怀孕就必须接受治疗，以确保胎儿能够健康生长发育。输卵管妊娠患者可能出现阴道出血、月经停止等症状，甚至可能出现胎膜破裂的情况，同时还可能出现腹部肿块、恶心、呕吐等不适。

2.4 痛经

在妇科领域，痛经是最为普遍的症状之一，也是妇科疾病患者常见的主诉之一，给他们带来了不小的困扰。其发病机理复杂，与多种疾病有关，如子宫内膜异位症、盆腔炎性包块和卵巢肿瘤等均能导致痛经发生。

痛经的成因包括有以下几点：

第一，女性生殖内分泌功能的变化，这种变化可能导致不同程度的腹痛或盆腔疼痛，这是一种内分泌因素所致；卵巢功能早衰、子宫内膜异位症和卵巢囊肿亦可出现下腹部持续性剧烈疼痛。

第二，心理因素，如紧张、恐惧和抑郁等，可能会导致疼痛的加剧；输卵管周围的粘连或扭曲可能导致下腹痛或腰酸腹痛，这是由于局部解剖因素所致。

第三，卵巢肿瘤压迫血管亦可引起下腹及腰背部剧烈绞痛。

第四，在月经期前后或经期期间，卵巢功能失调和子宫内膜异位等病理生理改变可能导致患者出现腹痛。

第五，月经量过多，经期延长，甚至闭经均可致下腹及腰骶部胀痛。

第六，盆腔炎，无论是急性还是慢性，都有可能致下腹痛，这是一种常见的盆腔炎症。

第七，子宫畸形亦可导致下腹部疼痛；其他因素可能

导致下腹部疼痛，其中包括子宫肌瘤、子宫腺肌病等疾病。

2.5 其他妇科疾病

下腹部或腰骶部的疼痛可能是由于卵巢囊肿或盆腔炎等疾病所引起的。临床上常见的是急腹症与慢性炎症两种情况。患有急性盆腔炎的病人常常表现出持续性或阵发性的下腹部疼痛，同时伴随着恶心和呕吐等不适症状。盆腔脓肿患者往往会出现腰背部剧烈胀痛。临床上卵巢良性肿瘤的诊断主要依靠临床表现和影像学检查。通常情况下，原发性卵巢囊肿并不会导致下腹部的疼痛不适。卵巢肿瘤则可能因压迫血管而产生剧烈的盆腔痛和腰痛。患有慢性盆腔炎的病人可能会经历月经量的增加、痛经和不孕等一系列不适症状。卵巢恶性肿瘤患者常发生盆腔积液和阴道流血等情况，严重影响了生活质量。患有子宫内膜异位症的病人可能会经历下腹部持续的疼痛，这种疼痛与月经周期密切相关，同时也可能伴随着不孕等症^[2]。

3 疼痛护理及方法

3.1 护理人员的心理护理

在职场中，我们常常会遭遇到患者的不解之处，对于医生和护士所提出的要求，我们常常会质疑，甚至产生抵触情绪，从而导致护士们产生了消极的情绪。因此，作为一名合格的护理人员应具有良好的职业形象和较强的语言沟通能力。为了在职场中取得成功，我们必须不断提升自身的沟通技巧，并将其应用于工作实践中。其次，我们应该以患者为中心，保持一种谦虚的态度，尊重他们的感受和需求。再次是用真诚、亲切、友好的话语进行交流，使患者感受到你为之付出了心血，得到了理解。通过耐心解答患者所提出的问题，我们能够建立起对他们的信任感，从而促使他们积极主动地参与我们的治疗和护理^[3]。

3.2 妇科疾病患者的饮食护理

患者可食用富含营养元素的食材，如山药、大枣、牛肉、鸡蛋、动物肝脏等，以补充身体所需的气血，提高身体的铁含量。经常食用能有效地促进人体铁元素的吸收和利用，从而使缺铁症状得到缓解。此外，还可享用一些滋补汤品，如阿胶搭配红枣炖煮而成。

此外，增加摄入山楂、玫瑰花等具有疏肝理气功效的食物，也是患者可以考虑的饮食选择之一。对于一些有痛经症状的女性来说，可多吃新鲜水果和蔬菜。对于患有慢性盆腔炎的女性而言，应当避免食用具有刺激性的辛辣食品，例如含有辣椒、胡椒、花椒等成分的食品。患有输卵管阻塞性不孕症的女性应该少吃一些油腻食品，如煎炸类、烧烤类及油炸食品。对于患有子宫肌瘤的女性而言，应当避免食用生冷、寒凉的食品，例如冷饮、海鲜等，以避免对身体造成不良影响。患有急性盆腔炎者则应少食或不食油腻之物。女性患有卵巢囊肿时，应当避免食用高脂肪的食品，如脂肪含量较高的肥肉和奶油蛋糕等，以免对身体造成不良影响。

3.3 落实基础护理，促进舒适

全方位实施基础护理，精心呵护皮肤、口腔和会阴，确保床上单位和肌肤保持干燥清洁。在手术过程中，根据不同手术部位采用相应体位。手术后6~8小时，建议患者采用半卧位，以缓解伤口张力、减轻疼痛，并有助于炎症的控制，从而促进伤口的恢复，减轻疼痛。注意观察患者创面情况，及时进行换药或植皮术，防止感染。为患者营造宜人的氛围，调整适宜的温湿度，使室内光线柔和宜人。加强心理支持，让患者感到温暖、轻松、愉快。为了帮助患者调节情绪，我们建议他们聆听一些自己钟爱的、舒缓的音乐，以获得更好的治疗效果^[4]。

3.4 密切观察病情变化

对患者的生命体征进行仔细观察，以便及早发现是否存在疼痛或不适，如脉搏加速、大量出汗、血压升高等，从而实现早期发现、及时通知医生、及时干预处理的目的。

3.5 注意事项

对于经历妇科手术后出现疼痛的患者，需特别留意以下几个方面：

①为满足妇科疾病患者对护理的需求，必须实施相应的疼痛管理措施，以达到疼痛控制的目的。

②在管理妇科疾病患者的疼痛过程中，应充分利用各种医疗资源，关注患者的个体差异，实施个性化的护理措施。

③在全面掌握患者病情的基础上，护理人员应根据患者的个体差异，制定个性化的疼痛缓解方案。

④严格遵守医疗操作规程，以确保疼痛不会因人而因素而加剧。

⑤引导患者以恰当的方式表达自身的疼痛和情感，以积极、恰当的方式释放情感，避免遭受不良的刺激。

⑥加强医患之间的交流，积极开展宣传教育工作，向患者及其家属普及疼痛管理的知识和技巧。

⑦对于那些无法接受非药物疗法的患者，我们可以采用心理治疗、行为治疗等多种方式来进行疼痛管理。

⑧加强护理知识培训，提升护理人员对疼痛管理的认知和重视程度，是必要的措施。加强护理教育、严格遵守无菌操作规程，是针对特殊病情及特殊人群的必要措施。

参考文献

- [1] 陈红. 护理干预对妇科患者术后疼痛的影响观察[J]. 中国冶金工业医学杂志, 2023, 40(3): 310.
- [2] 华艳. 探究妇科患者术后疼痛行综合护理干预的效果分析[J]. 实用临床护理学电子杂志, 2020, 5(4): 66.
- [3] 王春河, 马微. 改进护理措施 减轻妇科患者术后疼痛[J]. 家庭生活指南, 2020(7): 98-99.
- [4] 连丹红, 董锦云, 黄瑞珠. 妇科术后疼痛的护理[J]. 当代护士(中旬刊), 2016(3): 122-123.