

健康教育在妇科疾病防治中的应用进展

覃英胜

广西壮族自治区地质职工医院 广西柳州 545005

【摘要】随着人们健康意识的增强,健康教育受到社会的关注。有越来越多的临床实践表明健康教育在促进患者配合、改善治疗效果和预后等方面发挥着越来越重要的作用。健康教育是护理工作的一项重要内容,主要通过口头宣教、文字学习、现场指导等多种形式加深患者对自身健康状况的了解,从而避免不良因素的影响,达到防治疾病的目的。对妇科疾病患者而言,进行积极的健康教育有利于提高患者的认知度,从而增强患者的健康意识和自我保护意识,不仅有利于治疗效果的改善,还有利于建立一个良好的护患关系。本文就此展开综述,为临床实践提供更多的理论参考。

【关键词】健康教育;妇科疾病;预防;治疗

【中图分类号】R473.71

【文献标识码】A

【文章编号】2095-9753(2020)05-176-02

健康教育是一项有组织、有计划的教育活动,通过健康教育能够帮助人们自愿改变不良的健康行为,达到预防疾病、促进疾病恢复的目的,有利于生活质量的提升^[1]。临床常见的妇科疾病包括子宫肌瘤、宫颈癌、宫外孕、卵巢肿瘤、阴道炎、妊娠特有疾病及妊娠合并症、分娩期并发症等,不仅增加患者的心理负担和经济负担,同时还会影响家庭和睦。而对女性进行健康教育,提高其认知度,从而提高女性对保健的认知和重视度,促使其对自身的健康状态能够有一个比较充分的认知,建立良好的行为习惯,在某种程度上避免不良因素的影响,可有效减少妇科疾病的发生。还有研究指出^[2],良好的健康教育能够提高患者对医护人员的信任度,促进医患关系的发展,加强患者的配合,从而确保治疗效果。

1 提高女性的自我保护意识

妇科疾病的发病率逐渐升高,且呈年轻化的趋势受到社会的广泛关注。在实际生活中,人们未接受过系统的妇科疾病相关知识的学习,加之不良的生活习惯,极易导致妇科疾病的发生。研究指出^[3],个人的饮食习惯、作息时间、卫生习惯、心理状态等多种因素在妇科疾病的发生、发展中起着重要作用。尤其是目前处于一个女性压力较大的环境下,需要兼顾工作和家庭,没有心情和精力进行妇科疾病知识的学习和体检,从而导致妇科疾病的发生率提高。因此,通过健康教育促进女性对健康知识了解,规避不良的生活习惯,能够在一定程度上减少妇科疾病的发生,或避免疾病的进一步恶化。既往有研究表示对某大学女职工进行针对性的妇科疾病健康教育后,在促进女职工的身心健康及提高其医疗护理满意度方面均具有积极作用。还有研究表示,经过系统的健康教育后,女性的健康认知、保健意识及保健行为评分均有所上升,且阴道炎、卵巢囊肿等疾病能够得到及时有效的治疗,避免病情恶化。

2 促进女性体检

由于多种妇科疾病早期症状不明显,如宫颈癌、乳腺癌等,通过定期的健康体检可早期发现异常,进而采取积极的干预措施,避免病情恶化,改善预后。妇科普查是采取医疗手段筛查疾病,做到早发现、早诊断、早治疗,同时减少可能诱发疾病的因素,改善治疗效果。通过健康教育促使女性了解到,许多妇科疾病是可防、可控、可治的。对乳腺癌患者而言,笔者深刻体验到健康教育的重要性。妇女通过日常自我检查乳房,做到早发现、早诊断、早治疗对于防治乳腺癌极其重要。

以作者的姐姐为例,其为高龄经产妇,在哺乳期告诉笔者自行触摸到乳房有一块硬结。经笔者徒手检查后发现该患者左侧乳房有一块硬币大小、边缘固定、质硬、不规则、无压痛的硬结,进行临床全面检查后确诊为“乳腺癌”早期,后经手术治疗及化疗后得以治愈,至今已11年未发现异常。因此,加强女性的健康教育尤为重要。现已有研究证明在宫颈癌早期筛查中进行格林式健康教育能够显著提高健康体检女性的相关知识评分和宫颈癌早期筛查开展接受率,有助于宫颈癌防治工作的落实^[4]。格林式健康教育是一种以结果为导向进而制定健康干预计划的教育模式,其受众对象包括患者、高危人群及健康人群,在疾病护理、疾病预防、健康保健及健康需求评估方面均具有积极作用,能够从多角度分析影响人类健康的因素,从而从生物、心理、生理及社会4个角度进行全面规划,实现健康教育效果的提高。

3 促进妇科疾病预后

通过健康教育促使患者了解到不良的影响因素,从而在日常生活中加以避免,同时加强自身体检和体育锻炼,通过正确的护理以改善治疗效果,促进预后。闫放^[5]等对多囊卵巢综合征患者进行信息-知识-信念-行为模式干预,发现能够加强患者对疾病知识的掌握情况,同时提高患者饮食、运动、作息、用药的依从性,促使患者保持良好的健康行为,促进疾病恢复。还有研究证实健康教育路径的实施能够帮助妊娠期糖尿病患者科学合理饮食和运动,同时进行焦虑、抑郁等负面情绪的有效疏导,从而促进患者的身心健康,减少并发症的发生,改善分娩结局^[6]。

4 改善医患关系

随着科技的发展和应用,微信、QQ等社交软件为医患之间的沟通提供便捷的途径。目前已有大量的临床研究证明基于微信平台进行的健康教育能够提高患者的遵医行为及自我效能感。微信平台的建立让患者受到的护理服务延续到出院后的恢复治疗期,为护患之间的沟通提供一个便捷、有效的途径,有助于患者的各种问题得以解决,同时促使患者获取更佳全面的健康知识,在一定程度上促进医患关系的和谐发展。为探寻最佳的健康教育内容及方法,刘冰^[7]等采取医护协同健康教育模式,主要是由主管医师和责任护士共同制定个体化的健康教育计划并实施,利用医生的权威性和患者对医生的信任度,让患者主动参与到健康教育的工作中来,充分发挥医生和护士不同的专业优势,让患者获取更加全面的

健康知识,提高患者的满意度和依从性。

5 小结

传统的健康教育多以口头宣教为主,由于受教育程度的限制,取得的效果并不突出。随着多媒体的应用,护理人员在健康教育工作中可采取多种方式进行宣教,同时结合患者的个性化差异进行针对性的指导,促使患者更加深入、全面、便捷地获取健康知识,以提高患者的依从性;同时健康教育不仅仅局限于对防治疾病的指导,同时还从患者的生理、心理、社会、精神多方面出发,帮助患者改善不良的心理状态。健康教育的实施不仅满足患者对健康知识的需求,对于提高患者的自我保护意识、促进体检、促进疾病预后及改善医患关系均具有重要作用。在今后的工作中,应充分利用多媒体的便捷性,强调人文关怀,为患者提供更具有针对性的健康教育^[8]。

参考文献:

[1] 边志艳,张榆霞. 医护合作健康教育对妇科恶性肿瘤患者焦虑抑郁及负性心理影响研究[J]. 山西医药杂志, 2020, 49(3):365-367.

[2] 邓志雄. 快速康复外科护理协同健康教育对妇科围术期康复效果的影响[J]. 国际护理学杂志, 2020, 39(4):743-745.

[3] 贾晓燕,王怡. 强化健康教育对子宫肌瘤患者围术期认知水平及生活质量的影响[J]. 中国妇幼保健, 2020, 35(8):1374-1377.

[4] 牟燕,陈英. 格林式健康教育在宫颈癌早期筛查中的应用价值[J]. 中国妇幼保健, 2020, 35(7):1184-1186.

[5] 闫放,陈碧霄,张雅静. 基于信息-知识-信念-行为模式的护理干预对多囊卵巢综合征患者的影响[J]. 护理实践与研究, 2019, 16(23):103-106.

[6] 何小桂. 健康教育路径对妊娠期糖尿病患者分娩结局与并发症的影响[J]. 护理实践与研究, 2019, 16(5):79-82.

[7] 刘冰,李咏,段爱红,等. 医护协同健康教育模式在有生育需求子宫肌瘤剔除术患者管理中的应用[J]. 北京医学, 2016, 38(11):1235-1237.

[8] 许巧珍,陈兆霞. 基于微信群主导的授权教育对肺结核患者健康行为及自我效能的影响[J]. 医学临床研究, 2018, 35(12):2382-2384.

(上接第 174 页)

超声引导下锁骨上臂丛神经阻滞麻醉中的阻滞效果及对心电的影响[J]. 临床和实验医学杂志, 2018, 17(21):2342-2345.

[3] 黄星星,肖建平,郭观华等. 肌间沟臂丛神经阻滞麻醉复合氯胺酮麻醉在小儿手外伤手术中的应用价值[J]. 吉林医学, 2020, 41(2):400-401.

[4] 夏闯涛,蔡红刚,王义琛等. 经皮超声引导锁骨上臂丛神经阻滞麻醉对尺桡骨双骨折患者术后疼痛程度及并发症的影响[J]. 中国医刊, 2019, 54(11):1219-1222.

[5] 张联,张华. 老年桡骨远端粉碎性骨折患者术中 B 超引导下臂丛神经阻滞麻醉的效果观察[J]. 广西医科大学学报, 2018, 35(5):696-699.

[6] 袁志军,傅文敏,周盼等. 右美托咪定用于臂丛神经阻滞麻醉上肢手术的效果及对患者认知功能的影响[J]. 中国医院用药评价与分析, 2017, 17(11):1520-1521, 1524.

[7] 梁文才. 喉罩全麻联合臂丛神经阻滞麻醉在合并心血管疾病老年患者上肢手术中的应用[J]. 医学临床研究, 2018, 35(6):1059-1061.

[8] 刘涌. 超声引导定位行臂丛神经阻滞麻醉与传统解剖定位行臂丛神经阻滞麻醉对上肢手术患者麻醉效果的比较研究[J]. 山西医药杂志, 2017, 46(6):694-696.

[9] 孙梅,顾仕贤,王庆宝等. 右美托咪定联合地佐辛辅助超声引导臂丛神经阻滞麻醉用于上肢骨折手术的疗效观察[J]. 组织工程与重建外科杂志, 2019, 15(5):349-351, 355.

[10] 袁清华,郭钦,陈胜等. 超声及神经刺激仪引导下双侧腋路臂丛神经阻滞麻醉的疗效及安全性研究[J]. 现代中西医结合杂志, 2019, 28(5):546-549.

[11] 左晓春. 罗哌卡因联合利多卡因对超声引导下腋路臂丛神经阻滞麻醉的临床效果观察[J]. 中国医刊, 2018, 53(12):1377-1379.

[12] 黄文军. 肌间沟联合腋路臂丛神经阻滞麻醉对术中止血带反应效果的随机对照评价[J]. 医学理论与实践, 2016, 29(7):906-908.

[13] 惠永岗,赵树立,胡丁于等. 超声引导下臂丛神经阻滞麻醉在危重患者上肢骨科手术中的应用效果[J]. 临床医学研究与实践, 2020, 5(6):105-107.

(上接第 175 页)

[1] 薛艳珍,周奇志. 有晶状体眼后房型人工晶状体植入术后 UBM 与前节 OCT 测量拱高一致性比较[J]. 中华实验眼科杂志, 2019, 37(4):287-291.

[2] 许建锋,国媛媛,张晓娜,等. UBM 和前节 OCT 在外伤性睫状体脱离诊断中的对比研究[J]. 临床眼科杂志, 2018, 26(3):227-229.

[3] G. Iwaoka. Investigating UBM Degradation Products as a Possible Therapeutic Treatment for Regenerative Medicine using a P19 Cell Model[J]. Microscopy and Microanalysis, 2012, 18(S2):284-285.

[4] 李飞,陈力,郝晓军,等. 晶状体悬韧带长度对高度近视白内障术后人工晶状体稳定性的影响研究[J]. 临床眼科杂志, 2020, 28(2):125-128.

[5] 毕延峰. 用 UBM 观察硅油取出术后眼前节变化[J]. 中国医学工程, 2015, 23(1):53.

[6] 王奇. 全景超声生物显微镜眼压测定对硅油乳化取出术后的疗效观察[J]. 黑龙江科技信息, 2015, 38(19):6.

[7] 李爱林,郭黎霞,吕爱国,等. 急性闭角型青光眼睫状体解剖特征的测量分析[J]. 眼科, 2019, 28(1):29-33.

[8] 黄婷,秦宇,曲勃. AS-OCT、Lenstar、UBM 测量中央角膜厚度的结果比较[J]. 中国医科大学学报, 2018, 47(2):123-127.

[9] 赵新华. 超声生物显微镜在闭角型青光眼合并白内障临床治疗中的应用价值[J]. 中国数字医学, 2020, 15(4):105-107, 102.

[10] 楚莹莹,杨潇远,朱海燕,等. 急性闭角型青光眼慢性期行青光眼白内障联合术后房角功能观察[J]. 中华眼视光学与视觉科学杂志, 2020, 22(1):8-13.