

宫外孕是怎么回事？如何护理呢？

屈晓芹

通江县中医医院 636700

【中图分类号】R473.71

【文献标识码】A

【文章编号】2095-9753 (2018) 12-134-02

宫外孕是一种严重的妇科疾病，是指受精卵着床在子宫以外部位的情况。正常情况下，受精卵会经过输卵管进入子宫腔进行着床和发育，但当输卵管堵塞、功能异常或其他因素存在时，受精卵未能到达子宫而在输卵管、卵巢、腹腔等部位着床，形成宫外孕。其对患者的健康和生命构成了潜在的威胁。对于宫外孕的治疗，医生通常会采取手术或药物干预的方式。手术治疗可通过剖腹术或腹腔镜手术来移除异常着床的受精卵，并修复可能存在的损伤。药物治疗则主要是使用甲醛凝胶剂或甲氨蝶呤等药物，以帮助身体吸收已经形成的异位妊娠组织。宫外孕不仅对患者的身体造成了伤害，还可能对其心理和情感产生负面影响。因此，需要充分关注患者的身心健康，给予其相应的护理干预。

1 宫外孕如何诊断和治疗？

(1) 宫外孕的诊断：医生通常会根据患者的症状进行初步判断，并辅以超声检查和血液妊娠指标检测来确认宫外孕的诊断。超声检查可以显示受精卵是否在子宫内，而血液妊娠指标检测则可以通过检测人绒毛膜促性腺激素（hCG）和孕酮水平来协助诊断。

(2) 宫外孕的治疗方法：早期宫外孕可以尝试药物干预，主要是使用甲氧苄胺或 MTX 注射剂，以抑制胚胎细胞的分裂和进一步发育。但如果宫外孕已经进展到中晚期、症状严重或有明显出血倾向，可能需要进行手术治疗。手术方法包括使用腹腔镜进行输卵管修复或切除，以及更为极端的情况下，可能需要行子宫全切除。

2 宫外孕患者的护理措施与康复

(1) 住院观察：宫外孕患者需要入院进行治疗，入院后相关的护理人员需要为其监测血压、心率等生命体征；在开展治疗前也应接受严密的生命体征监测，包括测量血压、心率、呼吸频率和体温等指标，以及观察是否出现出血、贫血、休克等症状。医生针对患者的情况选择保守治疗或是手术治疗，在此期间，护士需要对患者进行相关知识的简单讲解，并告知患者注意事项。除此之外，宫外孕的大部分患者会出现腹痛的情况，护理人员需密切关注患者的腹部疼痛情况，记录疼痛的特点、强度和持续时间，及时报告医生以便调整治疗方案。

(2) 心理护理：宫外孕患者的心理反应常常是复杂且多样化的。首先，患者往往会出现焦虑与不安情绪，因为他们面临着身体健康的威胁和未知的治疗过程。其次，自责和内疚的感受也常常困扰着患者，他们可能会怀疑自己是否有照顾好自己的身体或者是对于早期症状的忽视导致了宫外孕的发生。此外，对未来生育计划的担忧也常常存在，宫外孕的经历可能对他们产生了恐惧与不安，担心影响以后的生育能力。因此对宫外孕患者提供心理支持对其后期恢复及再次妊娠都有一定的影响。首先要为患者提供情感支持和倾听，确保医务人员对患者的情绪保持敏感和包容，提供温暖的陪伴。鼓励患者合理的表达心理上的困扰和痛苦，及时提供安慰和

支持。其次就是需要对患者进行相关的科普，术前详细解释宫外孕的原因和治疗选项，向患者解释其对健康的影响，并结合患者自身的情况来进行分析，告知患者疾病并非很严重，确保患者充分了解病情，介绍部分相似病例的经验，进一步缓解患者心理压力，增加对治疗的信心。第三，鼓励患者与亲朋好友交流分享自身的感受。护理人员可以指导患者家属与其进行交流，引导患者家属给予患者心理支持，使患者能够得到支持和理解。术后恢复好的情况下，可以鼓励患者参加亲朋好友的陪伴活动和社交聚会，以此减轻孤独感与心理失落感。最后，还需要对患者进行健康指导，与患者聊一聊他们对再次怀孕的期望和担忧，以及对不孕风险的看法。进一步进行评估，可以帮助患者更好地应对和规划未来。

(3) 定期复查：患者需定期进行 HCG 血液检验，以了解宫外孕组织的清除情况。如果 HCG 水平没有下降或上升，可能需要进行进一步的治疗。除此之外还需要进行超声检查。定期进行超声检查可以评估宫外孕情况的变化，并观察输卵管是否出现血肿和其他并发症。

(4) 饮食调理：宫外孕后，饮食的选择对身体的恢复很重要。建议患者选择清淡易消化的食物，如新鲜蔬菜、水果、白肉和粗粮。这些食物富含维生素、矿物质和纤维，有助于提供身体所需的营养，并促进胃肠道功能的恢复。除此之外还有避免刺激性食物和饮品。在宫外孕后的护理期间，应避免摄入辛辣、油腻、刺激性食物和饮品，如辣椒、咖啡、酒精和碳酸饮料等。这些食物和饮品可能会刺激胃肠道和泌尿系统，增加不适感，并延缓身体的恢复过程。

(5) 治疗后的注意事项：首先要避免性生活。在宫外孕治疗后的一段时间内，建议避免进行性生活。性行为可能会对子宫和盆腔造成压力，增加出血或感染的风险。医生通常会给出具体的休息期限，建议患者严格遵守，直到医生给予解禁的指示。除此之外，还需要注意保持腹部及伤口处的清洁，避免感染的发生。建议每天用温水轻轻洗净腹部，并用干净柔软的毛巾轻拭干燥。

(6) 进行适当的体育锻炼，注意休息：宫外孕术后，适当的体育锻炼和休息对身体的康复都是重要的。根据医生的建议，可考虑进行一些轻度的运动，如散步或瑜伽等有助于恢复身体的活动，但避免剧烈运动和提重物，以免对身体造成过重的负担。

(7) 预防宫外孕需要注意这些：选择合适的避孕措施，在没有生育计划的情况下，一定要注意做好相关的避孕措施，如服用避孕药、使用合格的避孕套等。在避孕方式选择上要科学合理，才能有效的减少宫外孕的发生风险。另外，在计划怀孕之前，需要及时接受产前检查，通过 B 超等检查手段及时发现宫外孕的迹象，做好干预和治疗，避免发生异位妊娠的情况。

(下转第 136 页)

表 2: 比较两组患者的负性情绪、治疗依从性、住院时间、生活质量情况 ($\bar{x} \pm s$)

组别	例数	焦虑情绪	治疗依从性	住院时间 (d)	生活质量
观察组	50	32.5±3.4	98.3±6.6	8.5±2.1	95.8±2.3
对照组	50	47.8±5.9	87.2±5.7	11.6±4.4	85.6±2.5
t		15.8876	9.0003	4.4961	21.2316
P		<0.05	<0.05	<0.05	<0.05

3 讨论

医患关系在近些年是特别紧张的,我们对当前医院在手术室护理方面的医患纠纷进行了简要分析,大部分的原因都是双方没有很好进行沟通和交流,医生在和患者中间容易发生矛盾和误会^[4]。细节护理与人文关怀能更好地服务于患者,不仅能细致护理患者的身体,还能顾及患者的心理感受。细节护理要求护理工作者在护理患者的过程中保持“三心”,即细心、耐心、小心,并注重工作细节,通过不断耐心地与患者沟通交流、细心并小心地做好各项工作来提高患者的满意度,减少医患纠纷^[5]。有研究表明,应用于围手术期的细节护理能提高手术的成功率,并且患者术后恢复良好,得到了患者的信任,提高了患者的满意度。人文关怀是将以“整体人的生命价值”为本的人文关怀理念体现在专业性关怀行为中,以人为主体的本质,维护人的利益,着眼于病人的心理与生理相互转化的因果关系,将爱心与责任心融入到护理的每一项工作中,为护理对象提供精神的、心理的和情感的服务^[6]。本研究证明,观察组患者满意度、负性情绪、治疗依从性、住院时间和生活质量方面均明显优于对照组,差异有统计学意义($P<0.05$)。

综上所述,对普外科手术患者采用细节护理联合人文关怀的方法,可以缓解患者及其家属的消极情绪和增强手术治疗的效果。

参考文献:

- [1] 邱启艳,谭家锐.探讨人文关怀和优质护理在普外科护理中的应用效果[J].世界最新医学信息文摘,2017,17(20):226-227.
- [2] 任金芳.细节护理联合人文关怀在骨科手术患者中应用的效果观察[J].卫生职业教育,2016,38(10):133-134.
- [3] 丁海莲.人文关怀理念在普外科围手术期的应用效果观察[J].河南外科学杂志,2015,21(1):131-132.
- [4] 王世娟.细节护理联合人文关怀在普外科手术患者中应用的效果观察[J].实用妇科内分泌杂志,2017,4(11):42-43.
- [5] 张正花.护理人文关怀对普外科病人术前应激状态及护理满意度的影响[J].卫生职业教育,2017,35(8):111-1113.
- [6] 黄素美.护理人文关怀对普外科病人术前应激状态及护理满意度的影响[J].全科护理,2014,12(16):1482-1484.

(上接第 133 页)

SDS 评分、社会支持水平比较,无差异,无统计学意义($P>0.05$);干预后,实验组患者 SAS、SDS 评分明显低于对照组患者,差异有统计学意义($P<0.05$);而社会支持水平评分明显高于对照组,差异有统计学意义($P<0.05$)。

4 小结

由此可见,对维持血液透析患者提供一种身体上舒适、心理上安慰、精神上慰藉、社会关系上支持的舒适护理,能有效缓解患者紧张、焦虑、抑郁的负性情绪,提高患者对护理人员的认可度,建立良好的社会-家庭支持系统,降低并发症的发生率,从而提高生活质量,值得推广运用。

参考文献:

- [1] 张瑞红,谷岩梅,宋玉芝.农村维持血液透析患者家庭亲密度与适应性状况及其与社会支持的相关性[J].现代临床护理杂志,2015,14(2):65-67.
- [2] 邹丽娥.维持性血液透析患者抑郁状态及其相关社会因素分析[J].医学理论与实践,2012,25(8):882-894.
- [3] 于玲,李寒,王世相.维持性血液透析患者抑郁障碍

调查及相关因素分析[J].中国血液净化,2012,11(1):22-24.

- [4] 徐先会.舒适护理模式对尿毒症血液透析患者负性情绪及生活质量的影响[J].中西医结合护理,2016,8(2):33-35.
- [5] 杨继芳.肺结核大咯血行支气管动脉栓塞术患者实施舒适护理的效果观察[J].当代护士,2016,6(中旬刊):105-106.
- [6] 周敏,马青华.舒适护理临床应用研究进展[J].全科护理,2012,10(34):3242-3243.
- [7] 张明园.精神科评定量表手册[M].长沙:湖南科学技术出版社,2003:35-39.
- [8] 陈燕琼,陈幼娥,罗燕玲,等.血液透析患者社会支持状况调查及对策[J].现代临床护理杂志,2004,3(4):4-6.
- [9] 谢萍,谭旭妍,龙馨.维持性血液透析病人自我感受负担与焦虑抑郁的相关性研究[J].全科护理,2016,1(16):21-23.
- [10] 毛智慧,张欢,孙晓婷,等.舒适护理及其影响因素的研究进展[J].护理研究,2017,5(31):513-515.

(上接第 134 页)

3 结束语

总而言之,宫外孕的发生是妊娠过程中的一种严重并发症,准妈妈们要留意身体变化,并在怀孕早期进行产前检查。宫外孕对孕妇的身体和心理健康都会造成不同程度的影响。因此,患者需要得到全面的护理和关注。手术后的护理应包括术后休息、定期检查伤口愈合情况以及监测血压、呼吸和

心率等生命体征。此外,为了促进患者的康复,还应提供专业的心理支持,帮助她们缓解焦虑和失落情绪,并引导她们积极面对未来的生活和生育计划。预防宫外孕的措施也十分重要,包括定期产前检查、避免宫内设备感染、提高性教育水平、做好口服避孕药的正确使用等等。对于已经经历过宫外孕的女性,医生要对其进行科普,并告知她们在下次计划怀孕之前接受进一步的检查和咨询。