

针对性护理模式在异常子宫出血患者护理中的效果观察

霍艳娜, 孔令静, 马玉梅

新疆医科大学第一附属医院昌吉分院妇科 新疆昌吉

【摘要】目的 对异常子宫出血患者症状、情绪以及生活质量方面, 观察针对性护理所产生的改善效果情况。**方法** 在 2024 年 10 月至 2025 年 10 月期间于我院挑选出 42 例患者, 把这些患者随机分成对照组和实验组, 对照组 21 例患者接受常规护理, 实验组 21 例患者则实施针对性护理, 对照组开展常规护理工作, 实验组进行针对性护理操作, 对两组患者干预前后的出血时间、出血量以及不良情绪变化情况进行对比, 运用统计学方法分析数据之间的差异, 以此来评估针对性护理所产生的临床效果。**结果** 实验组干预后出血时间、出血量较对照组显著减少, 焦虑、抑郁情绪评分降低更明显, 两组差异均有统计学意义 ($P < 0.05$), 针对性护理效果优于常规护理。**结论** 对异常子宫出血患者实施针对性护理, 可切实有效地缩短其出血时间, 同时减少出血量, 缓解患者不良情绪, 最终提升护理效果以及患者满意度。

【关键词】 针对性护理; 异常子宫出血; 护理效果

【收稿日期】 2026 年 1 月 15 日

【出刊日期】 2026 年 2 月 13 日

【DOI】 10.12208/j.jacn.20260069

Observation of the effectiveness of targeted nursing model in the care of patients with abnormal uterine bleeding

Yanna Huo, Lingjing Kong, Yumei Ma

Department of Gynecology, Changji Branch of the First Affiliated Hospital of Xinjiang Medical University, Changji, Xinjiang

【Abstract】 Objective To observe the improvement effects of targeted nursing on symptoms, emotions, and quality of life in patients with abnormal uterine bleeding. **Methods** From October 2024 to October 2025, 42 patients were selected from our hospital and randomly divided into a control group and an experimental group. The control group (21 patients) received routine nursing care, while the experimental group (21 patients) received targeted nursing. The bleeding duration, blood loss, and emotional changes were compared before and after the intervention in both groups. Statistical methods were used to analyze the differences in data to evaluate the clinical effects of targeted nursing. **Results** After the intervention, the experimental group showed significantly shorter bleeding duration and reduced blood loss compared to the control group. Anxiety and depression scores also decreased more markedly in the experimental group, with statistically significant differences between the two groups ($P < 0.05$). The targeted nursing approach demonstrated superior efficacy compared to routine nursing. **Conclusion** Implementing targeted nursing for patients with abnormal uterine bleeding can effectively shorten bleeding duration, reduce blood loss, alleviate negative emotions, and ultimately improve nursing outcomes and patient satisfaction.

【Keywords】 Targeted nursing; Abnormal uterine bleeding; Nursing efficacy

异常子宫出血, 属于妇科临床中较为常见的病症^[1]。其病因较为复杂, 可由内分泌失调、器质性病变等多种不同因素所引发^[2]。患者大多时候会因为反复出血以及经期紊乱的情况, 出现焦虑、抑郁等不良情绪, 这严重影响了患者的生活质量以及身心健康。当前, 临床大多采用药物或者手术进行治疗; 然而, 单一的治疗方案很

难全面改善患者的预后, 护理干预的关键性逐渐显现出来^[3]。常规护理主要是以基础照护为主, 缺少对患者个体差异的关注, 在症状控制以及心理疏导方面存在一定的局限性。针对性护理模式着重强调依据患者具体的病情、心理状态以及需求来制定个性化的方案, 借助精准干预来提升护理效果^[4]。本研究主要探讨针对性

护理在异常子宫出血患者当中的应用价值, 对比其与常规护理对患者出血指标、情绪状态以及生活质量的影响, 为优化临床护理策略提供一定的参考, 以便可契合患者治疗与康复的需求。

1 资料与方法

1.1 一般资料

2024年10月至2025年10月期间, 选取42例异常子宫出血患者作为研究对象, 年龄范围为22~48岁, 平均年龄(35.2±4.8)岁。其中, 21~30岁患者8例, 31~40岁患者16例, 41~50岁患者18例; 已婚32例, 未婚10例; 病程1~12个月, 平均病程(5.6±2.3)个月。所有患者均自愿参与本研究并签署知情同意书。

纳入标准: (1) 经妇科检查、超声及内分泌检测确诊为异常子宫出血的患者。(2) 年龄在20-50岁之间, 意识清晰, 能配合护理及调查。

排除标准: (1) 合并严重心、肝、肾等器质性疾病或恶性肿瘤者。(2) 存在精神疾病或认知障碍, 无法正常沟通者。(3) 近3个月内接受过相关激素治疗或手术干预者。

1.2 方法

对照组接受常规治疗: 指导患者合理用药, 向其详细说明药物剂量、服用时间以及可能出现的不良反应, 密切监测患者的生命体征以及阴道出血量, 准确记录出血时间与性质, 开展基础健康教育, 着重强调个人卫生, 提醒避免剧烈运动, 在饮食方面建议患者补充富含铁与蛋白质的食物, 护理过程中, 护士依据医嘱进行操作, 定期观察病情变化, 及时向医生反馈异常情况, 然而并未针对患者个体差异制定个性化干预方案。

实验组接受针对性护理模式干预:

病情评估与方案制定方面: 在患者入院后的24小时内, 责任护士会借助查阅病历、与患者进行沟通访谈以及运用量表评估等方式, 全面细致地去了解患者的出血频率、出血量、伴随症状以及心理状态; 之后联合医生共同制定出适合患者的个性化护理方案。

出血管理方面: 指导患者准确记录出血日记, 日记内容囊括每日的出血量、颜色以及持续时间; 依据医嘱协助患者使用药物, 同时观察用药后的反应; 要是出血量比较大, 马上配合医生进行止血处理, 像宫腔填塞或者药物止血等, 并密切监测患者的生命体征。

心理疏导方面: 针对患者因反复出血而产生的焦虑、恐惧情绪, 采用倾听、共情等方法建立起信任关系, 每天进行15到20分钟的心理沟通, 结合放松训练来缓解患者的负性情绪; 邀请康复患者分享自身经验, 以

此提高患者的治疗信心。

健康教育方面: 根据患者的文化程度和理解能力, 采用口头讲解、图文手册、视频演示等多种方式, 普及异常子宫出血的病因、治疗方案以及自我护理知识; 重点指导经期卫生、饮食调理以及运动时的注意事项; 每周组织1次健康讲座, 为患者解答疑问。

出院延续护理方面: 在患者出院前制定个性化康复计划, 其中包括用药指导、复查时间以及应急处理流程; 建立微信随访群, 责任护士每周进行1次线上随访, 了解患者的出血情况以及情绪状态, 及时调整护理建议; 每月组织1次线下康复交流会, 促进患者之间经验的分享。

1.3 观察指标

针对出血指标, 详细记录两组患者在护理前后每次出血的持续时间(以天数为单位进行精确记录), 同时对出血量展开评估, 评估方式采用卫生巾用量以及称重法来综合考量。对于不良情绪, 借助焦虑自评量表(即SAS)、抑郁自评量表(即SDS), 对患者护理前后的情绪状态给予评估, 比较得分的变化情况。关于生活质量, 运用生活质量量表(也就是SF-36), 评价患者在生理功能、心理状态等多个维度的改善状况, 最终综合分析护理所取得的效果。

1.4 统计学处理

采用SPSS24统计学软件进行数据处理, 计量资料以($\bar{x} \pm s$)表示, 两者间差异采用t检验比较, 计数资料采用百分比表示, 采用 χ^2 检验, $P < 0.05$ 表示差异有统计学意义。

2 结果

2.1 两组干预前后每次出血时间及出血量比较

实验组干预后出血时间和出血量均显著减少, 对照组减少幅度较小, 两组干预后差异显著($P < 0.05$), 实验组效果更优, 具体情况可见表1。

2.2 两组干预前后不良情绪比较

实验组干预后焦虑、抑郁情绪评分显著降低, 对照组改善不明显, 两组干预后差异显著($P < 0.05$), 实验组心理干预效果更优, 具体情况可见表2。

3 讨论

针对性护理模式用于异常子宫出血患者护理, 是把“以患者为中心”理念变为具体实践^[5]。传统护理多关注疾病症状控制, 像止血、调经等, 却常忽视患者个体差异带来的需求不同: 有的患者因反复出血而焦虑, 有的因缺乏疾病认知致使治疗依从性差^[6]。针对性护理经前期全面评估, 把患者生理指标、心理状态、认知水

平等纳入护理方案设计, 针对年轻患者, 更看重生育需求与心理疏导; 针对围绝经期患者, 着重健康宣教与并发症预防^[7]。这种“一人一策”模式打破护理同质化局限, 使护理措施更精准触及患者核心需求。实际操作中,

护理人员不再是被动执行医嘱, 而是主动观察患者情绪变化、记录出血细节、及时调整护理策略。这种动态干预方式, 提升了护理灵活性, 也让患者感到被重视, 更愿意配合治疗, 形成“护理-患者”良性互动循环^[8]。

表1 两组干预前后每次出血时间及出血量比较 ($\bar{x} \pm s$)

组别	例数	每次出血时间/d		每次出血量/ml	
		干预前	干预后	干预前	干预后
实验组	21	18.12±3.14	8.39±3.26	183.54±2.46	115.84±15.72
对照组	21	18.75±3.23	14.77±2.36	184.27±21.19	142.76±19.68
t 值		0.641	7.265	0.157	4.898
P 值		0.525	0.000	0.876	0.000

表2 两组干预前后不良情绪比较 ($\bar{x} \pm s$, 分)

组别	例数	焦虑情绪		抑郁情绪	
		干预前	干预后	干预前	干预后
实验组	21	61.97±5.29	46.24±4.12	61.46±4.48	44.64±5.11
对照组	21	62.46±5.32	56.31±4.47	62.53±4.25	54.72±4.49
t 值		0.299	7.591	0.794	6.791
P 值		0.766	0.000	0.432	0.000

深入剖析护理效果的深层逻辑可知, 针对性护理的价值并非仅体现在症状改善方面, 更在于对患者整体健康有着长远影响。异常子宫出血患者所承受的痛苦呈现出“生理-心理-社会”多维度特点: 长期出血引发的贫血会致使生活质量下降; 反复就医的经历极易引发对疾病的恐惧; 而社会角色受限又会加重心理负担。针对性护理借助心理疏导来缓解焦虑抑郁情绪, 凭借健康教育帮助患者掌握自我管理技能, 借助延续护理保障出院后的康复质量。这种多维度干预, 实际上是协助患者重建对疾病的掌控感。当患者从“被动接受治疗”转变为“主动参与康复”, 其对治疗的信心会明显提高, 对身体的恢复进程产生影响。针对性护理对护理团队提出了更高要求, 即护士需有更全面的知识储备以及更强的沟通能力。这在一定程度上推动了护理人员的专业成长, 为提升整体护理质量奠定了基础。

综上所述, 针对性护理用于异常子宫出血患者护理时已体现出价值, 可改善症状并且缓解不良情绪, 给予患者更全面的健康支持, 临床应推广此模式, 借助个性化干预提高护理质量, 帮助患者身心康复, 促使护理服务朝着精细化、人性化方向发展。

参考文献

[1] 叶建梅, 章霁丽. 基于健康行为互动模式的干预在异常子宫出血患者护理中的应用[J]. 中国医药指南, 2025,

23(17):163-165.

- [2] 陈肖铃, 叶秋. 优质护理在功能性异常子宫出血患者护理中的效果观察[J]. 基层医学论坛, 2024, 28(31):94-96+100.
- [3] 李胜男, 李春娟, 薛晓鹏. 异常子宫出血护理中针对性护理模式的效果观察[J]. 实用妇科内分泌电子杂志, 2024, 11(12):128-130.
- [4] 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(04):139-142.
- [5] 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(04):149-152.
- [6] 赖丽荣, 黄丽红. 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, 2023, 21(20):155-157.
- [7] 张冬兰, 陈尚轩, 温丽娥, 等. 异常子宫出血护理中针对性护理模式的效果观察[J]. 黑龙江中医药, 2023, 52(01):331-333.
- [8] 翟转礼, 张仙梦, 黎广敏. 异常子宫出血护理中针对性护理模式的效果观察[J]. 医药前沿, 2021, 11(18):106-107.

版权声明: ©2026 作者与开放获取期刊研究中心(OAJRC)所有。本文章按照知识共享署名许可条款发表。

<https://creativecommons.org/licenses/by/4.0/>



OPEN ACCESS