

# 基于循证支持的快速康复外科护理在宫腔镜子宫内膜息肉切除术患者中的应用效果

周红，陈敏\*

江苏省徐州市中医院妇科 江苏徐州

**【摘要】目的** 分析宫腔镜子宫内膜息肉切除术用基于循证支持的快速康复外科护理的价值。方法 随机均分2024年1月-2025年1月本院接诊宫腔镜子宫内膜息肉切除术病人（n=226）。试验组采取基于循证支持的快速康复外科护理，对照组行常规护理。对比VAS评分等指标。结果 关于VAS评分：试验组术后24h ( $3.95 \pm 0.87$ ) 分、术后48h ( $2.71 \pm 0.64$ ) 分，对照组依次 ( $4.67 \pm 0.93$ ) 分、 ( $3.55 \pm 0.75$ ) 分， $P < 0.05$ 。住院、首次排便与首次下床活动时间及护理质量：试验组优于对照组 ( $P < 0.05$ )。并发症：试验组 1.77%，对照组 11.5%， $P < 0.05$ 。**结论** 宫腔镜子宫内膜息肉切除术病人用基于循证支持的快速康复外科护理，术后疼痛感减轻、康复情况、护理质量提升及并发症预防效果都十分显著。

**【关键词】** 子宫内膜息肉；循证支持；切除术；快速康复外科护理

**【收稿日期】** 2025年12月17日

**【出刊日期】** 2026年1月13日

**【DOI】** 10.12208/j.cn.20260019

## To explore the application effect of evidence-based enhanced recovery after surgery nursing in patients undergoing hysteroscopic endometrial polypectomy

Hong Zhou, Min Chen\*

Department of Gynecology, Xuzhou Hospital of Traditional Chinese Medicine, Xuzhou, Jiangsu

**【Abstract】Objective** To analyze the value of evidence-based enhanced recovery after surgery nursing in hysteroscopic endometrial polypectomy. **Methods** Patients undergoing hysteroscopic endometrial polypectomy in our hospital from January 2024 to January 2025 were randomly divided into two groups (n=226). The experimental group received evidence-based fast track surgery nursing, while the control group received routine nursing. The VAS score and other indicators were compared. **Results** The VAS scores at 24h and 48h after operation were ( $3.95 \pm 0.87$ ) points and ( $2.71 \pm 0.64$ ) points in the experimental group, and ( $4.67 \pm 0.93$ ) points and ( $3.55 \pm 0.75$ ) points in the control group, respectively ( $P < 0.05$ ). The time of hospitalization, first defecation and first ambulation and nursing quality in the experimental group were better than those in the control group ( $P < 0.05$ ). The incidence of complications was 1.77% in the experimental group and 11.5% in the control group ( $P < 0.05$ ). **Conclusion** The evidence-based fast track surgery nursing for patients with hysteroscopic endometrial polypectomy is very effective in reducing postoperative pain, improving rehabilitation, improving nursing quality and preventing complications.

**【Keywords】** Endometrial polyps; Evidence-based support; Resection; Fast track surgery nursing

医院妇科中，子宫内膜息肉十分常见，主要是由子宫内膜腺体过度增长所致，可引起阴道出血与月经异常等症状<sup>[1]</sup>。而宫腔镜子宫内膜息肉切除术则是病人在治疗期间比较常用的一种干预方式，能在较短的时间之内对息肉进行切除，但手术毕竟也是一种创伤性的操作，病人在术后也需要经过一段时间才能康复<sup>[2,3]</sup>。

为此，医院还应重视宫腔镜子宫内膜息肉切除术病人的护理工作。基于循证支持的快速康复外科护理不仅需要将循证支持和护理经验进行结合，还需要有目的性与计划性地干预病人，以缩短病人康复时间，减轻病人痛苦，提高并发症预防效果。本文选取宫腔镜子宫内膜息肉切除术病人 226 人，旨在剖析宫腔镜子宫内膜

\*通讯作者：陈敏

息肉切除术用基于循证支持的快速康复外科护理的价值。

## 1 资料与方法

### 1.1 一般资料

经超声等检查确诊、具备手术指征且择期接受宫腔镜子宫内膜息肉切除治疗的病人，共计 226 人，病例选取的起始时间是 2024 年 1 月，截止时间是 2025 年 1 月。在对纳入的病例进行分组时均用随机双盲法，各组人数都是 113 人。试验组年龄下限 23、上限 59，平均  $(36.75 \pm 4.13)$  岁；体重下限 37kg、上限 75kg，平均  $(54.28 \pm 5.03)$  kg。对照组年龄下限 22、上限 58，平均  $(36.14 \pm 4.76)$  岁；体重下限 38kg、上限 76kg，平均  $(54.73 \pm 5.74)$  kg。入组病例均排除免疫系统疾病、认知障碍、血液系统疾病、癌症、过敏体质与传染病的病例<sup>[4]</sup>。上述各组一般资料呈现出来的差异并不显著， $P > 0.05$ ，具有可比性。

### 1.2 方法

对照组常规护理：落实检查指导与用药指导等工作；强化术前准备力度；持续监测病人体征；向病人普及子宫内膜息肉的知识。

试验组增加使用基于循证支持的快速康复外科护理，措施如下：（1）首先，按要求组建一个专科护理小组，其组员有责任护士、科主任与主治医生，并让护士长担任组长。其次，需要统一组织组员进行培训，让组员学习基于循证支持的快速康复外科护理的基本概念与内容，同时让他们掌握寻找循证支持的方法。最后，开展小组会议，并在各大平台上对子宫内膜息肉、宫腔镜手术与护理等关键词进行检索，找到相关度比较高且质量较好的文献，然后再仔细阅读这些文献，从中找到循证支持，并结合临床经验，制定完善的护理计划。（2）术前，开展多元化宣教工作，包括口头教育、播放宣教视频与开展讲座等，目的是加深病人对子宫内膜息肉的认知度，让病人能知晓宫腔镜手术的流程及原理。要求病人术前 6-8h 禁食，术前 2-4h 禁饮。安抚病人情绪，帮助病人解决心理问题。可指导病人采取按摩与冥想等途径调节情绪，同时也可通过点头、拥抱与握手等方式安抚病人。（3）术中，持续监测病人心电图、血压与体温等指标，并向病人提供保温毯等物品，加温液体至 37℃，以免病人出现寒战等问题。（4）术后，记录病人疼痛情况，指导病人采取转移注意或按摩等方式减痛，若疼痛强烈，需予以止痛治疗。让病人保持舒适体位，并仔细观察病人切口情况，按时更换敷贴。强化体位管理力度，积极预防压疮及血栓等并发

症。术后 4h，让病人吃富含营养的流食，此后，需逐渐恢复至普食，但要告诉病人切勿吃油腻与辛辣的食物。病人体征平稳且无异常之后，即可指导其活动肢体，若情况允许，可协助病人下床活动。调整并优化病房环境，除了要强化消毒力度之外，还需要保持良好的光照，且空气也要流通。

### 1.3 评价指标<sup>[5]</sup>

1.3.1 术后疼痛的评价所用工具是 VAS 量表，该量表的分值范围是 0-10。评分和疼痛表现出来的关系是正相关。

1.3.2 记录康复情况，涉及住院、首次排便与首次下床活动时间。

1.3.3 统计并发症，涉及压疮与阴道出血等。

1.3.4 本次对护理质量的评估涉及操作水平、基础护理与服务态度，总分 100。

### 1.4 统计学分析

本文中的数据，在处理之时都用 SPSS24.0。对于统计学分析中  $\chi^2$  与 t 各自的作用，前者主要是检验计数资料，后者主要是检验计量资料，且上述两种资料的展现方式依次是 (%)、( $\bar{x} \pm s$ )。若分析结果提示，差异符合统计学标准，即可写作  $P < 0.05$ 。

## 2 结果

### 2.1 术后疼痛分析

对比评估获取的 VAS 数据：术后 24h 和 48h，试验组依次是  $(3.95 \pm 0.87)$  分、 $(2.71 \pm 0.64)$  分，对照组依次是  $(4.67 \pm 0.93)$  分、 $(3.55 \pm 0.75)$  分，差异显著 ( $t_1=3.6251$ ,  $t_2=3.4105$ ,  $P < 0.05$ )。

### 2.2 康复情况分析

对比住院、首次排便和首次下床活动时间：试验组分别只有  $(5.63 \pm 1.04)$  d、 $(2.05 \pm 0.76)$  d、 $(24.39 \pm 4.61)$  h，对照组长达  $(6.81 \pm 1.09)$  d、 $(2.83 \pm 0.92)$  d、 $(31.28 \pm 5.04)$  h，差异显著 ( $t_1=3.8047$ ,  $t_2=3.5199$ ,  $t_3=4.0298$ ,  $P < 0.05$ )。

### 2.3 并发症分析

表 1 内并发症数据：试验组 1.77%，对照组 11.5%， $P < 0.05$ 。

### 2.4 护理质量分析

对护理质量评估数据作出比较，可知：试验组是  $(98.04 \pm 0.92)$  分，对照组是  $(92.18 \pm 1.49)$  分，组间呈现出来的差异较为显著 ( $t=5.0928$ ,  $P < 0.05$ )。

## 3 讨论

目前，子宫内膜息肉作为女性比较常见的一种妇科病，其发病和代谢性疾病、雌激素水平过高、高血压、

激素治疗与妇科炎症等因素相关,且病人发病后也通常会出现异常子宫出血等症状,需积极干预<sup>[6,7]</sup>。宫腔镜手术乃微创技术,不仅疗效显著,还具备耗时短与创伤小等特点,能促进子宫内膜息肉病人症状的缓解<sup>[8]</sup>,但病人在围术期中依旧需要得到护士精心的照护,如此,方可减轻其手术应激,提高康复效果。基于循证支

持的快速康复外科护理需要将病人放在中心,并通过寻找循证支持与组建护理小组等途径,为病人制定健全的护理计划,然后再有目的性与针对性地干预病人,以提升病人围术期护理的效果,同时也能促进病人术后身体机能的康复,及并发症的预防<sup>[9]</sup>。

表1 并发症显示表[n, (%) ]

组别	例数	压疮	感染	阴道出血	发生率
试验组	113	0 (0.0)	1 (0.88)	1 (0.88)	1.77
对照组	113	2 (1.77)	6 (5.31)	5 (4.42)	11.5
$\chi^2$					6.8204
P					0.0339

本研究,对比术后VAS数据:试验组均显著低于对照组( $P<0.05$ ) ;对比住院、首次排便及首次下床活动时间:试验组均显著短于对照组( $P<0.05$ ) ;对比并发症及护理质量的相关数据:试验组均显著优于对照组( $P<0.05$ )。基于循证支持的快速康复外科护理能充分展现人文关怀,且此法也需要将循证支持融入到护理经验当中,以确保各项护理措施的可靠性与针对性,从而有助于提升并发症防治的效果,同时也能缩短病人的住院时间,利于病人预后的改善。从术前到术后这一整个过程当中,都向病人提供标注化与专业性的指导,可消除病人不良心理,提升病人治疗配合度,从而有助于提升病人疗效,减轻病人痛苦<sup>[10]</sup>。

综上,宫腔镜子宫内膜息肉切除术病人用基于循证支持的快速康复外科护理,术后疼痛缓解、并发症预防及康复速度与护理质量的提升都更加显著,值得推广。

## 参考文献

- [1] 沈敏. 快速康复护理对宫腔镜子宫内膜息肉切除术患者术后恢复的影响观察[J]. 基层医学论坛(新加坡学术出版社),2024,6(7):17-18.
- [2] 徐华玲. 量化评估联合加速康复护理干预在子宫内膜息肉宫腔镜手术患者中的应用效果[J]. 医疗装备,2024,37(18):142-144,148.
- [3] 汪阳. 快速康复护理对宫腔镜子宫内膜息肉切除术患者术后恢复效果分析[J]. 基层医学论坛,2025,29(1):121-125.

- [4] 涂倩倩,张丽萍. 快速康复护理对宫腔镜子宫内膜息肉切除术患者术后恢复的影响观察[J]. 现代诊断与治疗,2023,34(15):2347-2349,2357.
- [5] 骆约花. 精细化护理对宫腔镜子宫内膜息肉切除术患者生活质量的影响[J]. 当代医药论丛,2025,23(1):157-160.
- [6] 汪阳. 快速康复护理对宫腔镜子宫内膜息肉切除术患者术后恢复效果分析[J]. 基层医学论坛,2025,29(1):121-125.
- [7] 郭英,刘正兰,郭文静. 基于目标管理优化的护理路径在宫腔镜子宫内膜息肉切除术后患者康复中的应用研究[J]. 临床医学工程,2023,30(9):1291-1292.
- [8] 郑慧玲,吴小春. 围手术期优质护理对宫腔镜子宫内膜切除术患者术后康复质量的影响[J]. 基层医学论坛,2024,28(16):117-120.
- [9] 李超. 基于循证支持的快速康复外科护理在宫腔镜子宫内膜息肉切除术患者中的应用效果[J]. 妇儿健康导刊,2025,4(1):174-178.
- [10] 胡昌娥,赵永丽. 基于量化评估策略的手术室护理在宫腔镜子宫内膜息肉切除术患者中的应用效果及对负性情绪的影响[J]. 临床医学研究与实践,2023,8(28):159-162.

**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