

针对性护理改善肛肠科术后肛门疼痛和排便的效果

徐肖红

中山市人民医院 广东中山

【摘要】目的 浅析肛肠科手术患者采用针对性护理进行住院期指导，为缓解术后肛门疼痛，回复正常排便提供建议。**方法** 选取 2024 年 5 月至 2025 年 5 月本院接受治疗且签署知情同意书的肛肠科手术患者 80 例，采取随机原则将纳入本次研究患者平均分成选择针对性护理的观察组和常规护理的对照组，对比护理效果。**结果** 观察组患者肛门疼痛度评分低于对照组，同时排便次数和排便用时对比中均以观察组患者表现更好，两组对比差异显著 ($P<0.05$)；此外，观察组患者术后并发症率低于对照组，对比差异显著 ($P<0.05$)。**结论** 针对肛肠科手术患者实施针对性护理的效果显著，有助于缓解术后疼痛，预防并发症，干预效果确切。

【关键词】 针对性护理；肛肠科；术后肛门疼痛；排便时间；并发症

【收稿日期】 2025 年 7 月 19 日

【出刊日期】 2025 年 8 月 28 日

【DOI】 10.12208/j.jacn.20250384

The effect of targeted nursing on improving postoperative anal pain and defecation in proctology

Xiaohong Xu

Zhongshan People's Hospital, Zhongshan, Guangdong

【Abstract】Objective To provide targeted nursing guidance for patients undergoing anorectal surgery during hospitalization, in order to alleviate postoperative anal pain and restore normal bowel movements. **Methods** 80 patients who underwent anal and rectal surgery in our hospital from May 2024 to May 2025 and signed informed consent forms were selected. The patients included in this study were randomly divided into an observation group receiving targeted nursing and a control group receiving routine nursing, and the nursing effects were compared. **Results** The anal pain score of the observation group patients was lower than that of the control group. At the same time, the observation group patients performed better in terms of defecation frequency and defecation time, and the difference between the two groups was significant ($P<0.05$); In addition, the incidence of postoperative complications in the observation group was lower than that in the control group, and the difference was significant ($P<0.05$). **Conclusion** Targeted nursing for patients undergoing proctology surgery has significant effects, helping to alleviate postoperative pain, prevent complications, and achieve precise intervention effects.

【Keywords】 Targeted care; Colorectal department; Postoperative anal pain; Defecation time; Complication

肛肠科术后患者常常面临肛门疼痛和排便困难的问题，这不仅影响了患者的术后康复进程，还显著降低了他们的生活质量^[1]。传统的术后护理措施往往侧重于药物治疗和基本的护理操作，但在缓解肛门疼痛和改善排便方面效果有限。随着医学和护理学的不断发展，个性化和针对性的护理理念逐渐得到重视。针对性护理措施通过综合考虑患者的个体差异和具体需求，制定更为精准和有效的护理计划，能够更好地缓解术后肛门疼痛和促进排便顺畅，将其用于肛肠科手术患者的围术期指导，制定专业护理方案具有必要性。鉴于此，选取 2024 年 5 月至 2025 年 5 月收治的肛肠科手术患

者 80 例，现将护理内容报道如下。

1 资料与方法

1.1 一般资料

选取 2024 年 5 月至 2025 年 5 月收治的肛肠科手术患者 80 例，依照数字随机分组法，观察组男 22 例，女 18 例；年龄在 26-66 岁，平均年龄 (45.34 ± 10.56) 岁。对照组男 21 例，女 19 例；年龄在 27-64 岁，平均年龄 (45.19 ± 9.23) 岁。就患者年龄、性别对照统计结果为 $P>0.05$ ，可以对比。分组过程由独立研究人员完成，以确保分配过程的科学性与合理性。

1.2 干预方法

(1) 对照组为常规护理

在术后会接受常规的止痛药物治疗,如酮洛酸氨丁三醇注射液、洛芬待因片以缓解肛门疼痛。同时,医护人员会进行基本的护理操作,如伤口清洁、换药和监测生命体征。然而,这些措施往往只能暂时缓解疼痛,并未从根本上解决问题。在排便方面,常规护理主要通过饮食调节和轻泻剂来促进排便,但效果有限,患者往往仍然面临排便困难和便秘问题。

(2) 观察组为针对性护理

针对性护理则综合考虑患者的个体差异和具体需求,制定更为精准和有效的护理计划。首先,针对肛门疼痛,观察组的患者不仅接受常规的止痛药物治疗,还会进行物理疗法和心理辅导。物理疗法是改善肛肠科术后肛门疼痛的重要手段,主要包括温热敷、局部按摩。温热敷通过使用温热毛巾或热敷袋,直接覆盖在肛门部位,持续 15-20 分钟,每天 2-3 次,以缓解肌肉紧张和促进血液循环。局部按摩则是通过医护人员或患者自行进行轻柔的按摩,沿着肛门周围的肌肉进行环形按压,每次 5-10 分钟,每天 2-3 次,有助于释放肌肉紧张,减轻疼痛。心理辅导则帮助患者缓解术后的焦虑和恐惧,提升他们的心理承受力。具体而言,通过一对一的谈话和心理评估,帮助患者识别和应对术后心理问题,如抑郁和焦虑。此外,放松训练十分有必要,包括深呼吸练习、冥想和渐进性肌肉放松,这些方法能够帮助患者放松身心,减轻疼痛感知,促进良好的康复状态。此外,医护人员会根据患者的具体情况,制定个性化的疼痛评估和管理方案,确保疼痛得到及时有效的控制。在排便方面,针对性护理措施更加全面和多样。医护人员会根据患者的饮食习惯和排便情况,制定个性化的饮食计划,增加高纤维食物的摄入,促进肠蠕动。

同时,进行腹部按摩和排便训练,帮助患者建立规律的排便习惯。腹部按摩通过顺时针方向轻柔按摩患者腹部,每次 10-15 分钟,每天 2-3 次,有助于促进肠蠕动,缓解便秘和排便不畅。按摩时,医护人员或家属可以使用温和的润滑剂,以减少皮肤摩擦和不适。排便训练则是通过定时排便,帮助患者建立规律的排便习惯。医护人员可以指导患者在每天固定时间进行排便尝试,并鼓励患者在排便时采取正确的姿势,如蹲坐姿势,以减少肛门压力和疼痛。此外,适当使用缓泻剂和灌肠疗法,能够有效缓解便秘问题。针对性护理还强调患者教育,医护人员会详细讲解术后护理注意事项和排便管理方法,帮助患者及其家属掌握相关知识,提升自我护理能力。

1.3 评价标准

(1) 对比术后情况,包括术后疼痛度(术后 1 天和术后 3 天)以及患者的排便次数和排便用时。其中,术后疼痛度采用视觉模拟评分法(VAS)进行统计,分值高则代表疼痛感强,分值范围在 0-10 分之间。

(2) 对比术后并发症,主要统计术后出血、感染和尿潴留。在排便次数上统计患者术后 2 周的排便次数。

1.4 统计方法

运用 SPSS 23.0 统计软件统计数据,随后针对计量资料($\bar{x} \pm s$)用 t 检验,对计数资料(%)用 χ^2 检验,当结果 $P < 0.05$,则有统计学差异。

2 结果

2.1 对比术后情况

观察组患者肛门疼痛度评分低于对照组,同时排便次数和排便用时对比中均以观察组患者表现更好,两组对比差异显著($P < 0.05$),见表 1。

表 1 两组患者术后情况对比($\bar{x} \pm s$)

组别	术后 1 天肛门疼痛度(分)	术后 3 天肛门疼痛度(分)	排便次数(次)	健排便用时(min)
对照组(n=30)	6.45±1.27	3.43±0.98	7.60±0.34	13.79±2.23
观察组(n=30)	5.09±0.74	2.29±0.34	10.11±0.34	6.20±1.28
t	2.432	2.134	4.823	5.465
P	<0.05	<0.05	<0.05	<0.05

2.2 对比术后并发症

观察组患者术后并发症率低于对照组,观察组术后出血 1 例、感染 1 例,对照组患者出血 3 例,感染 2 例,尿潴留 2 例,发生率分别为 6.67%和 23.33%,对比差异显著($P < 0.05$)。

3 讨论

在现代护理学的发展中,常规护理措施在肛肠科术后护理中已逐渐显露出其局限性,难以全面满足患者的需求。常规护理主要依赖于药物治疗和基本的护理操作,这些措施虽然能够在一定程度上缓解肛门疼痛和促进排便,但往往缺乏个体化和精准性,导致效果有限^[2]。特别是对于不同患者的个体差异和具体需求,

常规护理难以提供针对性的解决方案,容易导致疼痛持续和排便困难。

相比之下,针对性护理措施通过综合考虑患者的具体情况,制定个性化的护理计划,能够更好地满足患者的需求。例如,在肛门疼痛管理方面,针对性护理不仅依赖药物治疗,还结合物理疗法和心理辅导,提供全方位的疼痛缓解方案。物理疗法如温热敷和局部按摩,能够有效缓解肛门肌肉的紧张和疼痛,而心理辅导则帮助患者缓解术后的焦虑和恐惧,提升他们的心理承受力^[3]。在排便管理方面,针对性护理通过个性化的饮食计划、腹部按摩和排便训练,促进肠蠕动,帮助患者建立规律的排便习惯^[4]。此外,适当使用缓泻剂和灌肠疗法,能够有效缓解便秘问题。针对性护理还强调患者教育,医护人员通过详细讲解术后护理注意事项和排便管理方法,帮助患者及其家属掌握相关知识,提升自我护理能力^[5]。这不仅有助于患者在术后康复过程中更好地自我管理,还能减轻医护人员的工作负担,提高护理效率。

结合本次研究,观察组患者的肛门疼痛度评分显著低于对照组,同时排便次数和排便用时对比中,观察组患者表现更好,两组对比差异显著($P<0.05$)。此外,观察组患者术后并发症率也明显低于对照组,对比差异显著($P<0.05$)。这些结果表明,针对性护理在改善术后肛门疼痛和排便问题方面具有显著效果。具体分析如下:首先,心理护理通过情感支持、心理咨询和放松训练,有效缓解了患者的术后焦虑和恐惧,提升了他们的心理承受力,从而减轻了疼痛感知。其次,腹部按摩和排便训练通过促进肠蠕动和建立规律的排便习惯,显著改善了患者的排便困难问题,减少了肛门疼痛和排便用时^[6]。此外,合理的饮食调节和充足的水分摄入进一步促进了顺畅排便,减少了术后并发症的发生率^[7]。

综上所述,针对性护理措施在现代护理学的发展

中,能够提供给患者更多专业支持,有助于改善肛肠科术后肛门疼痛和排便问题。通过个性化和精准的护理计划,针对性护理能够更好地满足患者的需求,促进其康复进程^[8]。因此,在肛肠科术后护理中引入针对性护理措施,具有重要的临床意义和实践价值。

参考文献

- [1] 苏锦绣.计划行为理论的康复护理在肛肠外科患者术后的效果观察[J].中国医药指南,2025,23(14):164-166.
- [2] 刘玉颖.基于计划行为理论的康复护理对肛肠外科患者术后创面康复及疼痛的影响[J].中国医药指南,2025,23(01):177-179.
- [3] 白荣.肛肠科患者术后恢复期的护理与注意事项[J].人人健康,2025,(01):126-128.
- [4] 傅燕玲,邓宏媛,邓秀梅,等.预见性护理对肛肠科手术患者康复效果的影响分析[J].中国医药指南,2024,22(33):150-153.
- [5] 陈露蓉.针对性护理对改善肛肠科术后患者肛门疼痛和排便的效果[J].中国冶金工业医学杂志,2024,41(05):603-604.
- [6] 刘亚荣.关联性整体护理模式对肛肠科患者术后肛门疼痛与排便的影响[J].智慧健康,2024,10(04):193-196+200.
- [7] 仲铃琳.研究针对性护理改善肛肠科术后肛门疼痛和排便的效果[J].智慧健康,2024,10(01):241-244.
- [8] 张永琴,汪红英.心理护理干预对于肛肠科手术患者的病情与心理的影响研究[J].人人健康,2020,(13):225.

版权声明: ©2025 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