

分析中度宫颈糜烂该如何护理？

罗江平 （南充市高坪区人民医院，四川南充 637100）

宫颈糜烂为慢性宫颈炎的一种类型，是指原本应于宫颈管内分布的柱状上皮却往宫颈管外口延伸，形成肉眼所观察到的“糜烂”现象。通常来说，宫颈糜烂属于正常的生理现象，是种假性糜烂。但当宫颈遭遇物理、生物或化学等因素刺激后，或可引发宫颈炎，出现阴道异常出血、白带增多及下腹坠痛、腰骶部酸痛等症，并呈反复发作与感染状态，即为中度宫颈糜烂，需及时给予科学合理的治疗，以控制病情进展。而在中度宫颈糜烂的治疗过程中，护理的作用不容小觑，一方面可使患者担忧、焦虑等情绪趋于缓解；另一方面可促使患者健康意识提高，更为积极主动的配合医护行为，优化治疗效果。本文即针对中度宫颈糜烂患者如何展开有效护理予以阐述，以提供参考建议。

1 中度宫颈糜烂的临床表现

中度宫颈糜烂又可称为Ⅱ度宫颈糜烂，指的是糜烂样变化占据了整个子宫颈的1/3~2/3，罹患患者会有阴道分泌物增多、颜色发黄且黏稠有异味等表现，且炎症反复刺激外阴，使之瘙痒。糜烂面有显著充血时，在性接触时可出血或阴道不规则流血。除此之外，还有下腹及腰骶部疼痛不适感。

2 中度宫颈糜烂的相关治疗

临床在对该病进行治疗时以物理治疗为主、中药为辅。物理疗法种类较多，包括激光、微波、红外线、射频消融以及聚焦超声等，是以物理方式促使病灶组织坏死、脱落，新生复层鳞状上皮予以覆盖，达到疾病痊愈的效果。护理措施：（1）治疗前，常规行宫颈刮片细胞学检查，做宫颈癌筛查；（2）对于存在急性生殖道炎症者纳入禁忌；（3）其治疗时间选择于月经后的3~7 d内；（4）术后有阴道分泌物增多的情况，部分患者可出现阴道大量黄水流出，术后1~2周脱痂时有少许出血情况，如出血量多需及时到医院就诊，对此应向患者提前做好解释沟通；（5）物理治疗后每日清洗外阴2次，保持外阴清洁，通常创面的愈合期介于4~8周，在此期间叮嘱患者禁止盆浴、阴道冲洗及性交；（6）术后存在宫颈管狭窄、出血、不孕与感染风险，应定期复查，复查时间是两次月经干净后3~7 d，及时了解创面愈合情况，并注意有无宫颈管狭窄。

3 中度宫颈糜烂的综合护理举措

3.1 创造舒适整洁的环境

整洁、温馨、舒适的环境，可以为宫颈糜烂患者修养奠定良好的基础。护理人员应注意每日为患者房间通风换气，保持室内温、湿度宜人，床单要保持干净整洁，有污染迹象及时更换。有条件者可在病房内放置鲜花，促使患者保持愉悦的心情。出院后，患者可将这一良好生活习性贯穿于日常生活中，营造良好的居室环境，避免感染。

3.2 饮食护理

饮食在机体营养维持方面具有重要的作用。对于中度宫颈糜烂患者而言，其饮食应注意对高蛋白、高维生素、易消

化饮食的摄取。同时注意饮食的均衡性，过于油腻、辛辣及生冷饮食，应列为禁忌，并戒除烟酒。在日常生活中，患者要多吃新鲜水果、蔬菜、以及鱼、虾等优质蛋白，以满足机体所需，增强抵御疾病的能力。



3.3 心理护理

疾病所带来的不适及痛楚，势必会给患者造成一定的心理压力，尤其该病在普通人的认知中，与性生活之间所具有的相关性以及罹患宫颈癌风险性增加等因素，使患者更是有口难言、压力剧增。此种情况下，护理人员应将相应的疾病知识讲述清楚，使之明白该病的发生乃多因素作用所致，并将相关的治疗方法、效果与优势及配合注意事项等予以耐心讲述，在专业范围内告知其疾病的可控性，使患者焦虑、担忧、恐惧、不安等情绪得以最大程度地舒缓。同时，可鼓励患者家属在日常生活中给予患者更多照护，并积极配合其治疗，勿抱怨或猜忌，以免增加患者精神压力。此外，患者自身可培养多种兴趣爱好，如书画、舞蹈、旅游等，以充实精神世界，保持积极、乐观、向上的生活态度。

4 健康教育

对于患者的健康教育应全面，除对疾病原理与机制、治疗方案等予以阐述外，还应对生活注意事项进行叮嘱，比如保持会阴部的清洁卫生；内裤以纯棉为首选，且要每日更换，包括月经期间卫生巾亦要勤换；治疗期间严禁性生活、盆浴，避免交叉感染；坚持每日有氧体育锻炼，可循序而行，日渐增加强度，以促进自身抵抗力进一步增强。在用药过程中，首先应对其用药史及过敏史等予以综合全面的了解，以确保用药方案的安全性。其次，治疗中应对患者的恢复程度、心身反应、用药剂量等予以关注，及时发现患者不良情况，给予针对性干预。

5 结束语

中重度宫颈糜烂对于育龄期女性而言，为较普遍的一种疾病。在我国经济及民众生活质量大幅度提升的当下，医者应根据患者病变范围、形态等予以该病积极且合理治疗，并在治疗期间对患者施以全面、综合性护理，以促使其病情获得良好改善。同时，加大健康宣教力度，使广大女性朋友对于该病有更为清晰和明确的认知，从生活各个方面培养良好的行为习惯，促进自身机体免疫力的增强，提升自我生活质量。