

阴道炎护理中健康教育的应用进展

黄江丽

钦州市浦北县张黄中心卫生院 广西钦州 535319

【摘要】近年来随着我国经济水平的飞速发展及人们生活压力的日渐增加,各类妇科疾病发生概率日益增加,给女性的身心健康造成严重影响。阴道炎作为妇科常见疾病目前临床多通过药物进行治疗,尽管可获得一定治疗效果,但受到患者心理层面的影响、生活习惯等因素的影响易导致疾病反复发作。健康教育的实施,可经过多途径为患者宣传阴道炎各类知识,即使对于疾病了解甚少的患者也可通过对相关知识与内容的学习掌握疾病知识与治疗方法,进一步优化对疾病的认知并提升治疗依从性;同时,加强对于患者日常饮食、卫生习惯及用药指导等均可减少对阴道的刺激,促进炎症恢复并保持良好的阴道环境,预防病菌反复侵入,对改善阴道炎症状,提高疾病治疗效果及降低疾病再次复发均发挥着重要作用。本文现就阴道炎的疾病知识进行简要介绍并详细探讨阴道炎护理中健康教育干预的应用情况,旨在为日后临床更好的优化患者对疾病的认知,了解疾病危害并进一步规范自身行为,提高对疾病治疗的依从性及自我护理、保护意识,促进疾病恢复及预后提供参考依据。

【关键词】阴道炎;护理;健康教育;应用与进展

【中图分类号】R473.71

【文献标识码】A

【文章编号】1002-3763 (2022) 10-137-02

阴道炎作为妇科常见病与多发病具有患病率较高的特点,但大多数女性阴道炎可无任何明显症状或症状轻微,主要可表现为白带异常,如白带量增多,颜色发黄或灰白,稀薄或呈豆腐渣样,可有腥臭味,外因瘙痒或烧灼感,性交时阴道不适或疼痛、下腹部疼痛或腰疼等^[1]。疾病的发生不仅将可能进一步诱发女性不孕症、异位妊娠及流产等,更可能存在 HIV 感染风险,同时还可对出生人口质量造成一定影响,对个体身心健康及社会发展均造成不利影响。积极全面的针对性治疗对提高疾病治疗效率及改善患者预后发挥着至关重要的作用。但在观察中我们发现,由于疾病种类及发病位置较为特殊,部分女性由于害怕暴露隐私不愿主动前往就医,治疗过程中也无法保持健康行为,进而对疾病的治疗及恢复均造成不利影响^[2-3]。健康教育作为护理干预中主要措施,其应用价值在于帮助患者全面认识疾病及治疗方式,从而进一步提升患者疾病治疗依从性并提高其自我保护与管理意识,规范自身生活,最终达到提高疾病治疗效率的目的。本文现就阴道炎护理中健康教育的应用进展进行综述如下。

1 健康教育途径

1.1 针对性评估及健康指导

研究人员指出,对于阴道炎患者来说,应在提供健康教育前对其进行详细评估,内容包括年龄、受教育程度、病程、饮食及卫生习惯等,根据评估内容结果制定针对性护理方案^[4]。为患者设立健康档案,注意对患者既往检查的试验检查结果及临床症状进行记录,明确患者生活习惯、是否男女同治等^[5]。患者入院后应简单为其介绍病区环境、病房作息时间等内容,之后通过与患者一对一沟通、健康知识讲座及发放宣传手册等形式进行,过程中使用通俗易懂的语言为患者详细介绍疾病发生的原因、易感因素、治疗方法及各类注意事项,同时可通过播放图片、视频等方式帮助患者更好的对疾病知识进行理解与记忆,帮助其消除既往对疾病与治疗错误、片面的认知,全面、正确的认识疾病及治疗方法,日常所需要注意的各类问题,尽可能帮助患者消除对疾病治疗的恐惧与排斥,帮助其进一步提高治疗依从性并调整身心状态,积极配合治疗^[6]。

1.2 心理护理

阴道炎尽管是目前常见妇科疾病,但对于女性本身来说疾病部位及性质均属于隐私类疾病,可能在一定程度上加重了患者对疾病的羞耻感,再加上阴道炎本身具有反复性较强的特点,更易使其对疾病的治疗产生恐惧、焦虑、排斥等不良心理,这些消极情绪均将对疾病治疗产生不利^[7]。护理人员应在健康教育宣传的基础上进一步加强与患者的沟通交流,以耐心、积极的态度询问患者内心感受,鼓励其说出内心真实想法与疑惑并给予其详细、

完善的解答,进一步帮助其加深对疾病的认识并强调积极治疗、调整日常生活、饮食、卫生习惯的重要性,帮助其缓解对于疾病治疗的消极心理。同时,可联合患者家属共同与其进行交流,给予其言语上的鼓励与支持,告知其只要积极配合治疗,疾病是可以完全治愈的,帮助患者充分感受到来自家庭与社会的温暖与支持,树立信心积极配合治疗^[8-9]。

1.3 日常卫生指导

研究人员指出^[10],阴道炎本身作为感染性疾病,主要是由于患者自身免疫力不足造成对病原菌的抵抗力下降进而诱发疾病发生,基于此应在健康教育护理措施中适当提供相应的卫生知识指导帮助患者治疗及恢复过程中更好的调整个人卫生习惯,降低疾病复发风险。指导患者在日常生活中如何更好的注意卫生习惯,如每天勤更换内裤,内衣裤与其他衣物分开清洗,清洗前使用开水浸泡二十分钟左右,不与他人衣物混洗及日常避免前往公共泳池或澡堂等^[11]。另外,若患者阴道炎为滴虫、淋菌、支原体、衣原体等感染则属于性传播疾病,应建议夫妻双方均及时接受治疗^[12]。日常使用床单被罩等贴身用品、医疗用品应定期进行清洗消毒及灭菌,治疗过程中禁止性行为。经期阴道部位防护能力相对较差,尤其应对这一阶段的防护工作引起重视,如勤换卫生巾,避免坐浴,注意休息,补充营养等,尽可能提高机体免疫力。再次,对于已经治疗康复的患者应告知其日常尽量不穿紧身裤或非棉质内裤,嘱其定期前往医院进行复查,了解疾病恢复及复发情况,半年或一年应进行常规体检^[13]。

1.4 饮食及作息指导

告知患者每日应保持充足的睡眠与休息时间,避免熬夜或压力过大导致机体抵抗力下降,同时注意饮食清淡,合理搭配饮食,戒烟烟酒等不良嗜好并尽量不进食辛辣、刺激类食物。相关研究指出^[14],女性多爱食用甜食,但偏甜的食物可能导致机体血糖升高,同时造成阴道分泌物中糖含量增加,有助于念珠菌的生长繁殖,因此建议偏好甜食的患者应尽可能地控制甜食的摄入量。另外,日常可根据自身实际情况适当进行运动,如慢跑、散步、瑜伽等,运动量及运动时间可逐渐增加,以身体耐受度作为衡量标准,有助于促进疾病恢复并增强疾病抵抗能力。

1.5 用药指导

目前临床对阴道炎多以药物治疗为主要方式,主要根据不同病菌的阴道炎选择不同药物。如霉菌性阴道炎多应用浓度 2%-4% 碳酸氢钠对外阴与阴道进行冲洗,一般病菌则多为 1: 5000 高锰酸钾液清洗^[15]。开具处方后应为患者详细讲解各类药物日常的使用及配比方法,帮助其掌握药物使用的时间、剂量并充分学习各类阴道冲洗器的使用方法,告知其冲洗液温度不可过热且务必注意各类药物

的比例,避免刺激、浓度过高的冲洗液对阴道黏膜造成灼伤或诱发菌群紊乱。另外,需要为患者强调的是,阴道炎多需经过数个月经周期的系统治疗,因此应告知其应坚持遵医嘱进行正规治疗,告知其不可自行购买或使用其他抗生素或药物,在未获得医生同意的情况下不得擅自增减药量或停药、增加其他治疗药物等^[16]。

2 小结

健康教育是指有计划的系统教育与护理过程,帮助患者自觉应用有利于健康的行为,以维持改善并提高个体的健康程度。健康教育以切断传染途径、杀灭阴道各类致病菌、恢复阴道 Ph 值,保持阴道自净作用为目标,通过针对性评估、心理干预、卫生指导等各项措施帮助其全面、正确的了解疾病发生的原因及治疗方案,帮助其消除既往对于疾病错误、片面的认知,调整对于疾病治疗排斥、恐惧、消极的心理,不断提升其对疾病治疗的信心与依从性,最终达到促进疾病恢复,降低复发及改善生活质量的目的。阴道炎作为妇科常见病,临床多通过药物方式进行治疗,尽管科获得一定的治疗效果但具有反复发作的特点。这是由于疾病的发生与患者的个体免疫机制与卫生习惯均存在密切关联,同时,社会压力的加剧及生活节奏、饮食习惯的改变也在一定程度上提高了疾病的发生风险。为健康教育提供详细、完善的健康教育应根据患者实际情况制定针对性健康教育方案并灵活应用多种健康教育手段不断提高患者对疾病的认识,纠正不良心理,同时进一步规范自己的遵医行为,积极、主动的配合医护人员完成整个治疗过程,同时在日常生活中坚持健康、规律的饮食、作息及卫生习惯,最终达到提高自身健康水平,降低疾病复发的治疗目的。

参考文献

- [1] 尤彩云. 执行健康教育路径,提升阴道炎护理效果[J]. 东方养生, 2022(08):58-59.
- [2] 许红美. 人性化护理对慢性霉菌性阴道炎的护理效果[J]. 中国医药指南, 2022, 20(20):171-174.

(上接第 136 页)

序方法、秩和比法、自举法-Malmquist 法、模糊综合评价法、密切值法、德尔菲法均是常用于卫生管理的综合评价方式,上述方式各具优缺点,评价结果较为准确、客观与合理,均可作为卫生管理方案的构建提供的一定的理论依据。在日后临床可进行更多前瞻性或回顾性大样本中心数据研究,进一步分析卫生管理的综合评价方法。

参考文献

- [1] 李相荣, 张秀敏, 于洗河, 等. 新医改以来我国社区卫生服务中心医疗服务质量综合评价[J]. 医学与社会, 2022, 35(1):31-35.
- [2] 顾思雨, 梁园园, 章凯燕, 等. TOPSIS 法和秩和比法模糊联合在基本公共卫生服务质量综合评价中的应用研究[J]. 中国全科医学, 2022, 25(4):432-437.
- [3] SEITI, HAMIDREZA, HAFEZALKOTOB, ASHKAN, MARTINEZ, LUIS. R-Sets, Comprehensive Fuzzy Sets Risk Modeling for Risk-Based Information Fusion and Decision-Making[J]. IEEE Transactions on Fuzzy Systems: A Publication of the IEEE Neural Networks Council, 2021, 29(2):385-399.
- [4] 尤莉莉, 陈新月, 杨凌鹤, 等. 以效果为导向的国家基本公共卫生服务综合评价指标体系构建[J]. 中国公共卫生, 2022, 38(5):589-596.
- [5] 关旭静, 唐雪峰, 金必辉, 等. 基于 TOPSIS 法的四川省市级城市基层公共卫生服务中社区居民感受度的横断面调查[J]. 中国循证医学杂志, 2020, 20(5):525-530.
- [6] 谢瑞军, 王可欣, 陈思宇, 等. 基于 AHP-TOPSIS 模型的安徽城市公共卫生应急管理能力的研究[J]. 山西大同大学学报(自然科学版), 2021, 37(4):43-50, 55.
- [7] 苏敏艳, 王紫红, 郑慧凌, 等. 基于熵权-TOPSIS 法的江苏省

- [3] 王丽娟. 探讨心理护理和健康护理对真菌性阴道炎患者的护理效果[J]. 智慧健康, 2022, 8(11):173-175.DOI:10.19335/j.cnki.2096-1219.2022.11.053.
- [4] 艾慧洁. 阴道炎护理中实施健康教育的价值[J]. 中国社区医师, 2022, 38(09):114-116.
- [5] 王玉兰. 健康教育应用在门诊妇科护理中对阴道炎患者依从性影响分析[J]. 医学食疗与健康, 2022, 20(08):173-176.
- [6] 赵文英. 健康教育在妇科阴道炎护理中的应用效果[J]. 中国医药指南, 2021, 19(32):147-148.
- [7] 丁国珍. 阴道炎患者护理中应用健康教育干预模式的效果分析[J]. 医学食疗与健康, 2021, 19(16):112+115.
- [8] 潘丽芳. 门诊妇科阴道炎护理健康教育干预观察研究[J]. 中国农村卫生, 2021, 13(12):23-24.
- [9] 刘夏. 妇科门诊阴道炎健康教育干预的护理体会[J]. 中国医药指南, 2020, 18(36):204-205.
- [10] 杨海英. 健康教育护理干预在妇科阴道炎患者护理中的作用效果观察[J]. 实用妇科内分泌电子杂志, 2020, 7(36):91-92.
- [11] 周海花. 门诊健康教育管理对阴道炎患者疾病认知水平及用药依从性的影响[J]. 现代诊断与治疗, 2020, 31(24):4016-4017.
- [12] 李小莹. 健康教育护理干预在妇科阴道炎患者护理中的应用效果[J]. 中国医药指南, 2020, 18(33):215-216.
- [13] 高文婷. 门诊妇科阴道炎护理中健康教育的应用研究进展[J]. 现代养生, 2016(22):189.
- [14] 蒲相玲. 门诊妇科阴道炎护理健康教育干预观察[J]. 中国实用医药, 2016, 11(11):259-260.
- [15] 周凤莲. 健康教育路径在妇科阴道炎疾病临床护理中的应用进展[J]. 药物与人, 2014, 27(04):17.
- [16] 刘彩霞. 阴道感染健康教育的新进展[J]. 中华现代护理杂志, 2008(17):1929-1930.

卫生资源配置地区差异研究[J]. 卫生软科学, 2020, 34(9):62-65.

- [8] 李玉奇, 张柠, 吴利纳. 基于秩和比法的基层卫生院托管效果综合评价研究[J]. 中国社会医学杂志, 2021, 38(5):558-561.
- [9] 吴文娟, 兰丽娜. 基于非整秩次秩和比法综合评价北京市社区卫生服务现状[J]. 中国卫生经济, 2020, 39(7):72-74.
- [10] 杨辉. 基于 TOPSIS 和 Bootstrap-Malmquist 组合方法的北京市某区医疗卫生服务整合效果与效率动态评价[J]. 医学与社会, 2020, 33(6):61-65.
- [11] 郝佳, 刘军, 田美蓉, 等. 基于 Bootstrap-Malmquist 指数模型的我国基层医疗卫生机构投入产出效率评价[J]. 医学与社会, 2021, 34(11):59-63.
- [12] 江恬雨, 陶红兵, 路伟, 等. 山西省三级综合公立医院运行效率评价研究——基于 Bootstrap-Malmquist 模型[J]. 中国医院管理, 2019, 39(2):34-36.
- [13] 张远妮, 黄广成, 朱宏, 等. 应用模糊综合评价法构建深化医药卫生体制改革考核指标体系[J]. 卫生软科学, 2021, 35(5):15-19.
- [14] 朱凤梅. 基于模糊综合评价方法的医疗卫生体制改革评价研究[J]. 中国卫生统计, 2016, 33(2):267-270.
- [15] 黄晓倩, 王松, 林凤, 等. 模糊综合评价法在突发公共卫生事件血液库存预警分级评估中的应用[J]. 中国输血杂志, 2022, 35(4):466-470.
- [16] 魏禹, 刘瑞华. 四川省卫生资源配置现状综合评价——基于秩和比和密切值法[J]. 现代预防医学, 2022, 49(5):860-864.
- [17] 梁旭, 牟昀辉, 那丽, 等. 基于德尔菲法的卫生健康高质量发展指标评价体系构建研究[J]. 中国卫生经济, 2022, 41(4):70-73.
- [18] 王晓丽, 孙雪松, 张寅, 等. 基于德尔菲法的区域卫生信息管理平台指标体系构建[J]. 北京生物医学工程, 2017, 36(4):390-393, 399.