

盆腔炎的护理小贴士

曹凤春

自贡市中医医院卧龙湖医院妇科 643000

【中图分类号】R473

【文献标识码】A

【文章编号】1002-3763 (2022) 12-099-01

盆腔炎是较为常见的妇科疾病,对女性的身体健康危害较高。该病症主要指的是女性内生殖器,如子宫、输卵管、卵巢以及盆腔腹膜等部位发生炎症的总称。盆腔炎多发生于剖宫产后、流产后或是妇科手术后,主要是由于创面受到细菌侵袭而感染致病,发病可以局限于单一部位,也可能是几个部位或是整个盆腔脏器,依据发病过程以及临床表现能够将其分为急性与慢性。急性盆腔炎治疗不彻底会导致其演变为慢性,逐渐形成慢性卵巢炎、输卵管积水等。慢性盆腔炎的发病时间较久,病情比较顽固,迁延难愈。

一、盆腔炎症状

急性盆腔炎与慢性盆腔炎的患者全身症状并不十分明显,通常会有低烧、疲乏感较重等,如若病程较长的患者还会有精神不振、失眠等情况,慢性炎症的形成会导致瘢痕粘连甚至是盆腔充血,往往会导致下浮有坠胀感、疼痛感以及腰骶部酸痛感。该情况通常会在过度劳累、房事后以及月经期前后更加显著。患者往往会由于下腹不适或是腰骶酸痛导致全身健康受到影响,且伴有白带增多、尿频、月经量有显著提升等情况,月经周期通常也较为紊乱。且由于内生殖器的炎症,导致输卵管阻塞或是通而不畅,会导致不孕情况或是异位妊娠情况的发生。患者经临床检查,多有子宫后倾、活动受限或是粘连固定等情况,对宫体或是宫颈进行推移,患者有疼痛感。症状较轻的患者尽在双侧附件处能够触及增厚的条索状输卵管,症状较重的患者则能够在子宫一侧或是两侧扪及大小不等、形状不规则、不固定的包块。阴道、宫颈均有充血情况且有大量脓性分泌物。

二、盆腔炎治疗

对于盆腔炎患者,首先应选择抗生素治疗,在使用抗生素的同时可以遵医嘱加用肾上腺皮质激素,确保病人的症状逐渐减轻甚至消失,个别患者局部或是全身出现过敏反应时应及时停用抗生素药物,还可以选择前列腺素抑制药物进行治疗。在用药治疗的过程中可以配合适当的物理疗法,有效促进盆腔组织局部血液循环,改善患者局部组织的新陈代谢,更好地确保炎症不断吸收并消退。如若采用药物或是综合治疗的效果并不十分显著,则可以考虑通过手术治疗,患者存在输卵管积水或是输卵管囊肿的患者可以进行手术治疗,手术的目的是将疾病彻底治愈,避免出现复发的风险,对于年轻的女性应尽可能保留卵巢功能,以确保生育能力。因而手术的范围通常包括:①患者年龄较大(≥ 45 岁),能够对全子宫双附件切除的患者;②年龄较小,但是双侧炎性包块有反复发作的趋势,也应对患者采取双子宫全附件切除;③如若患者的炎症主要处于输卵管部位,卵巢仅有周围炎,则在手术过程中可以保留卵巢;④患者自身有剩余愿望以及仅患

有附件周围炎,可以依据患者的实际情况,酌情进行输卵管卵巢周围粘连分解。值得注意的是,盆腔炎的病程较长,需要患者树立良好的信心,积极配合治疗,避免进行剧烈运动并注意外阴卫生。

三、盆腔炎的护理措施

1. 盆腔炎在急性盆腔炎时期应积极治疗,不应由于症状得以缓解就松懈,仍需要配合适当的护理进行长期治疗,确保治疗的有效性,如若未对其加以重视,则会导致急性盆腔炎发展成慢性盆腔炎,对患者的影响更为严重。

2. 对多个感染途径进行注意并预防,平时生活中应确保会阴部位保持清洁与干燥,保持每日用清水清洗外阴的习惯,不能够用手进入阴道掏洗,避免感染情况加剧,也不能够使用热水、肥皂等进行清洁工作。盆腔炎白带增多的阶段,白带质地较为粘稠且量较大,因此应保持勤换内裤的习惯,不穿紧身的内裤。

3. 患者通常在月经期、妇科手术后等时期阴道有流血情况,在此过程中应禁止游泳、盆浴或是桑拿等活动。在此过程中患者的机体免疫力较差,病菌容易趁虚而入,导致感染情况的发生,因此应及时更换卫生巾,保持会阴部干净卫生,避免感染。

4. 对白带的量、质地、颜色以及气味等进行观察,白带量较少,味道微酸时说明病情较轻,如若出现白带增多、且颜色发黄、质地较为稠且有臭味时说明病情已经发展较为严重,量少且味道逐渐趋于正常说明病情逐渐恢复。诊断为急性盆腔炎的患者应遵医嘱积极进行治疗,应卧床休息或是取半卧位,确保能够更顺利将分泌物排除,且患者应避免过度劳累的工作以及房事,避免病情的加重。在服药的过程中应严格遵医嘱,不应存在滥用抗生素的情况,长期服用会导致阴道内菌群发生紊乱,白带呈现白色豆腐渣样,有霉菌性与阴道炎的风险。

5. 盆腔炎患者还应全面注意饮食护理,患者在发热期间应加强营养摄入,多食用清淡且容易消化的食物,服用梨汁、苹果汁或是西瓜汁等,常温情况下服用,不可进行冰镇。此外有发热情况的患者在退热时会大量出汗,应在此时注意保暖,保持身体干燥,并及时更换衣物等,提升安全性。对于白带发黄、量增多且质地较稠的患者,应避免食用煎烤油腻的食物,同时避免辛辣等刺激性较强的食物,对于腹痛的患者应服用生姜、红糖水等。

6. 对于盆腔炎患者,除了身体上的不适感,更多还存在心理上的思想顾虑,对于病情的治愈信心不高。因此在护理过程中也应对患者心理进行护理,帮助患者接触思想顾虑,增强治疗的信心,提升营养并注意劳逸结合。