

# 功能失调性子宫出血的护理措施看这里

周香里

南宁市红十字会医院 530012

〔中图分类号〕R473.71

〔文献标识码〕A

〔文章编号〕2095-7165 (2023) 08-090-02

功能失调性子宫出血主要是因为患者子宫出现异常出血症状,发病机制为调控导致的外生殖器器质性病变,从而引发神经内分泌紊乱。功能失调性子宫出血已经成为临床较为常见的妇科疾病,包括无排卵出血、排卵出血。青春期、更年期女性主要为无排卵功血,育龄期妇女为排卵功血。通过长期临床治疗经验可知,功能失调性子宫出血多是由于情绪激动、精神紧张、过度悲伤恐惧所致。正常月经周期没有规律、不规则阴道出血、月经经期延长。在治疗年轻女性功能失调性子宫出血症状时,我们常以止血措施为主,调整排卵周期。而在治疗绝经患者时,则以减少出血量为治疗准则。很多患者朋友们都不太了解功能失调性子宫出血症状,那么就看看下文吧。

## 1 功能失调性子宫出血的原因?

无排卵性功能失调性子宫出血,好发于青春期、绝经期的妇女,青春期女性的下丘脑-垂体-卵巢轴的调节功能不太成熟,所以与卵巢之间的关系不协调。绝经期女性的卵巢功能衰退,剩余卵泡对垂体促性激素的反应不高,很难发育成熟,无排卵。

生育期妇女好发排卵性月经失调,包括黄体功能不足、子宫内膜异常脱落症状。继发性闭经年龄超过 16 岁,第二性征已发育,则被称为原发性闭经。当月经来潮之后,由于病理性因素导致月经停止 6 个月,自身月经周期停经三个周期。

围绝经期就是指绝经过渡期至绝经后 1 年,包括自然绝经、人工绝经。围绝经期综合征,多是由于女性身体内的雌激素水平下降,导致自主神经功能紊乱、心理症状。

## 2 功能失调性子宫出血的类型有哪些?

第一,月经稀发:子宫异常出血周期超过 40 天,伴有月经量减少症状;第二,月经频发:子宫异常出血周期小于 20 天,伴有月经量过多症状;第三,月经过多:经期出血量增加,伴有经期延长症状,为周期性子宫出血症状。第四,月经不规则:女性月经周期没有规律性,出血量不多。第五,不规则性月经过多:女性月经周期没有规律性,出血量较多,经期延长。第六,月经过少:月经周期规律,经血量少。第七,月经中期出血:女性在两次月经之间出现少量出血症状,伴有排卵痛症状。

## 3 功能失调性子宫出血的治疗方法有哪些?

### • 青春期、生育期治疗

在治疗青春期、生育期功能失调性子宫出血患者时,则要及时止血,并且调整月经周期。医生可给予患者激素止血,以孕激素治疗为主。患者应当在医生指导下开展激素治疗,严禁私自购买药物。使用激素药物止血之后,应当及时调整

月经周期,不能过度依赖激素,以免加剧内分泌紊乱症状。在调整月经周期时,则要选择针灸、中药调理方法,改善生活水平、饮食习惯,督促患者多运动锻炼,促进身体血液循环,提升治疗效果。

### • 更年期治疗

在治疗更年期功能失调性子宫出血患者时,应当结合情绪调节、内分泌治疗、全身支持疗法,调整月经周期,实行止血治疗措施,预防子宫内膜病变。

## 4 功能失调性子宫出血的护理方法

### • 一般护理

护理人员要保证患者居住病房的舒适度、整洁度,当患者的出血量较多时,则嘱咐患者卧床休息。日常给患者补充营养,以粗纤维、高维生素、高蛋白、易消化食物为主,预防便秘症状。同时要改善患者的全身症状,适当增加蛋白质、维生素 C、铁元素。功能失调性子宫出血患者还要多吃一些胡萝卜、肝脏、葡萄干、蛋黄等富含铁质的食物,制定个人饮食计划,增加身体营养水平。同时要做好会阴护理指导,指导患者清洁外阴,使用消毒会阴垫,保持外阴部清洁且干燥,积极预防感染症状。一旦发现患者出现感染症状,则报告给医生,遵循医嘱实行抗感染治疗。

### • 心理护理

护理人员应当建立良好的护患关系,多到病房巡视和检查,耐心倾听患者诉说病情和身体感知,积极鼓励患者宣泄心理情绪,掌握患者的心理活动,尊重和关爱患者。在护理工作中,护理人员应当与患者共同讨论治疗方案、护理措施,使患者能够了解基本的护理流程与方法,积极配合临床治疗与护理。当患者的出血量较多时,则会产生悲哀、惊恐情绪,护理人员应当充分理解和同情患者,帮助患者正视自己的疾病,顺利度过治疗期。护理人员还应当与患者家属积极沟通,详细讲解功能失调性子宫出血疾病知识,让患者做好调整月经周期的准备。

### • 观察病情

护理人员要密切观察患者的阴道出血量,是否出现头晕症状。嘱咐患者保留会阴垫,查看阴道出血症状,同时测量呼吸、脉搏、血压,准确估算阴道出血量,详细记录患者的生命体征。针对失血患者,则要准确估算出血量。当患者的阴道出血量较多时,则要遵照医嘱进行止血、输血处理,全面落实治疗方案。当发现患者出现感染症状时,则要及时通知医生治疗,按照用药规范使用激素治疗,定时定量服用激素,严禁随意停止用药。当止血成功之后,才可以减少药物服用剂量,每三天减量一次,在规定时间内维持药物剂量。患者

治疗过程中,如果出现阴道异常出血症状,则必须通知患者卧床休息,并给予针对性治疗效果。

#### • 治疗护理

第一,针对青春期、无排卵性出血症状,护理人员应当遵照医嘱给予患者雌孕激素实行序贯止血治疗,密切观察患者的治疗效果。同时要按照医嘱使用性激素,保证性激素用量合理,保持药物在血液中的稳定状态,严禁漏服、停药。在止血之后才可以减少药物剂量,减少剂量不能超过原剂量的三分之一。按照停药后的撤退性出血时间,合理设定维持量服用时间,同时还要考虑患者的上一次行经时间。在治疗过程中,如果患者出现阴道异常流血症状,则必须及时到医院诊断治疗。第二,绝经期无排卵出血症状,要及时给予患者性激素止血治疗。当患者的出血量较多时,则要实行诊断性刮宫处理,做好刮宫手术的准备工作,将刮出来的组织进行病理学检查。

#### • 健康指导

患者实行诊断性刮宫手术治疗后,当阴道流血量较多,并且出现腹痛、发热等症状时,则要及时到医院复诊。同时要嘱咐患者保持外阴清洁,治疗过程中不要盆浴,也不要进

行性生活,以免出现逆性感染症状。

## 5 特殊时期的预防注意事项

### • 青春期

部分青春期女性会出现功能失调性子宫出血症状,多数女性在 13 岁后身体发育正常,此时就会迎来月经初潮。月经刚来时的周期不规律,此种情况为正常现象,主要是因为身体内的激素水平不稳定。

青春期女性的月经周期紊乱症状比较明显时,比如月经出血量增多,可能会引发不良后果。青春期功能性子宫出血,往往和女性身体内的激素水平波动相关,也可能是由于卵巢功能、下丘脑发育异常。当出现上述情况时,必须采用合理方式调节,以免加重功能失调性子宫出血。

### • 更年期

更年期女性也要注意功能失调性子宫出血,这个时期的女性身体开始衰老,会出现黄体功能不全症状。当卵巢功能降低之后,则会降低身体内的雌激素水平,减少黄体酮分泌量,进入到闭经期。然而部分更年期女性的肾上腺分泌雌性激素,此时就会出现子宫内膜脱落症状,要及时接受治疗进行改善。

(上接第 88 页)

药物过敏的人应禁用磺胺类抗生素。此外,有些抗菌药物可能不适用于某些特定的人群,如孕妇、哺乳期妇女、儿童等。因此,在选用抗菌药物时,需要考虑患者的过敏史和特殊人群状态。②注意事项:不同的抗菌药物有不同的注意事项。例如,使用头孢类抗生素期间不能饮酒,否则可能出现双硫仑样反应。此外,有些抗菌药物可能导致光敏反应,使用后应避免日光暴晒。还有一些药物可能需要与食物或其他药物间隔一定时间使用,以避免相互作用。因此,需要在医生的指导下,了解所用抗菌药物的注意事项。

• 要综合考虑患者的病情、细菌耐药情况以及其它相关因素

①了解细菌耐药性:细菌耐药性是指某些细菌对某些抗菌药物产生抵抗能力,使得这些药物无法有效治疗感染。因此,

医生需要了解当地或全身性的细菌耐药情况,以选择合适的抗菌药物。②针对病情选药:不同的感染和病情需要使用不同的抗菌药物。一般来说,轻度的感染可以使用较温和的抗生素,而严重的感染可能需要更强效的药物。医生需要根据患者的病情、感染类型以及细菌耐药性来选择合适的抗菌药物。③适当使用抗生素:避免滥用抗生素是防止细菌耐药性的重要措施。适当使用抗生素意味着在必要时使用,并且使用正确的剂量和疗程。不必要的抗生素使用或者不正确的使用都可能导致细菌耐药性的产生。④轮换使用抗生素:长期使用同一种抗生素可能导致细菌对该药物产生耐药性。因此,医生可能需要轮换使用不同的抗生素,以避免细菌耐药性的产生。⑤监测细菌耐药性:医生需要定期监测细菌耐药性的情况,以便及时调整抗菌药物的使用策略。这可以通过药敏试验等手段来确定最有效的抗菌药物。

(上接第 89 页)

## 四、如何防止直肠息肉发展为直肠癌?

### • 饮食保持清淡

直肠息肉属于胃肠道疾病,胃肠道在出现疾病以后,胃肠功能也会随之降低,因此难以承受较大的功能负担。特别是直肠息肉患者在经过手术治疗以后,在饮食方面一定不要食用一些油腻性食物,饮食要保持清淡、易消化,同时要富含蛋白质,满足营养需求,比如具有滋补功效的汤;同时,饮食也要注意保持低胆固醇、低脂肪,不仅能减轻患者胃肠道负担,同时对患者术后恢复也有促进作用。

### • 营养全面,不挑食

直肠息肉患者饮食在保持营养丰富的同时,也要做到饮食结构全面,比如让患者多吃纤维素含量丰富的水果、蔬菜及豆类。当然,如果是手术患者,在术后过渡期内,纤维素高的水果、食物等可先暂停,等术后恢复完全后可继续食用;

此外,患者应尽量避免食用肉类。

### • 忌辛辣刺激食物

辛辣、刺激性食物是直肠息肉患者的大忌,此类食物对直肠会产生较大的刺激作用,会引起不适感,所以直肠息肉患者要避免食用。

### • 戒烟戒酒

不管是直肠息肉患者,还是健康人群,烟酒对机体都会产生一定危害,而对直肠息肉患者的危害则更大,所以直肠息肉患者一定要戒烟戒酒。

### • 适当运动

日常生活中,直肠息肉患者可根据自己的身体状态,每天适当进行运动锻炼,可选择慢跑、散步等有氧运动方式。同时,调整好自己的心态,保持积极、乐观的生活态度。

以上就是关于直肠息肉的一些科普知识,希望能够为广大患者提供帮助。