

学校医务室开展护理健康教育对高校原发性痛经女生知识掌握率 及自护能力的影响

孙荣珍

鲁南技师学院卫生所 山东临沂

【摘要】目的 学校医务室开展护理健康教育对高校原发性痛经女生知识掌握率及自护能力的影响。**方法** 自2021年度1月至2021年12月选择86例因痛经而前来我院校医室进行就诊的病人进行调研，按照护理方案将其归纳为2个小组，每组均纳入43例病人。按照护理举措将其命名为常规组与教育组。常规组所采用的护理方案为传统常规护理、教育组所采用的护理方案为健康教育。总结与探究2种护理方案实施效果。**结果** 常规组原发性痛经知识掌握率为76.74%明显低于教育组的97.67%，两组对比结果证实存有明显差异，(P<0.05)。**结论** 在高校原发性痛经女生病人护理中国，护理健康教育实施效果优异，此方案可提高病人知识掌握程度，此方案值得临床应用与普及。

【关键词】 学校医务室；护理健康教育；高校原发性痛经；知识掌握率；自护能力

The effect of nursing health education in school clinics on the knowledge mastery rate and self-care ability of girls with primary dysmenorrhea in colleges and universities

Rongzhen Sun

Lunan Technician College Health Center Linyi, Shandong

【Abstract】 Objective To investigate the effect of nursing health education carried out in school clinics on the knowledge mastery rate and self-care ability of girls with primary dysmenorrhea in colleges and universities. **Methods** From January 2021 to December 2021, 86 patients who came to our hospital for treatment due to dysmenorrhea were selected for investigation. They were divided into 2 groups according to the nursing plan, and each group included 43 patients. They are named routine group and education group according to the nursing initiative. The nursing plan adopted by the routine group was traditional routine nursing, and the nursing plan adopted by the education group was health education. Summarize and explore the implementation effect of two nursing programs. **Results** The knowledge mastery rate of primary dysmenorrhea in the routine group was 76.74%, which was significantly lower than that in the education group, which was 97.67%. The comparison results between the two groups confirmed that there was a significant difference (P<0.05). **Conclusion** In the nursing of female patients with primary dysmenorrhea in colleges and universities in China, the implementation effect of nursing health education is excellent. This program can improve the knowledge of patients. This program is worthy of clinical application and popularization.

【Keywords】 School Clinic; Nursing Health Education; Primary Dysmenorrhea In Colleges And Universities; Knowledge Mastery Rate; Self-Care Ability

原发性痛经在临床治疗中属于常见且多发疾病，此疾病主要发生于青年女性，是指青春女性女性在月经期以前、月经期以后发生痉挛性疼痛、下腹部坠胀、下腹部疼痛，同时会伴有腰酸、腰痛等不是感，部分病人还会存在其他症状，给病人生理、心理均造成影响，同时也

会影响到病人生活质量^[1-2]。据有关资料证实，原发性痛经发生和病人在月经期前后子宫内膜前列腺素增高有直接关系，另外抑郁、焦虑、学习压力、生活环境、精神环境均会增加原发性痛经发病率，加重临床表现与症状^[3]。原发性痛经在临床治疗中以对症治疗为主，以

护理干预为辅,有效的护理干预可提高治疗效果,提升病人知识掌握率、自护能力。学校医务室为了提高护理质量,分别采用常规护理与健康教育护理2种方案,为了总结与探究2种护理方案实施效果,于2021年度1月至2021年12月选择86例因痛经而前来我院校医室进行就诊的病人进行调研,具体实施情况如下。

1 资料与方法

1.1 一般资料

自2021年度1月至2021年12月选择86例因痛经而前来我院校医室进行就诊的病人进行调研,按照护理方案将其归纳为2个小组,每组均纳入43例病人。按照护理举措将其命名为常规组与教育组。常规组:n=43例,年龄为19岁-23岁之间,中位年龄为20.15岁。教育组:n=43例,年龄在19岁至22岁之间,中位年龄为20.05岁。纳入病人之间的一般资料对照,并无明显差异($P>0.05$)。

1.2 方法

常规组所采用的护理方案为传统常规护理,即为日常告知、疾病告知等护理。

教育组所采用的护理方案为健康教育,具体如下:

(1)健康教育:首选根据病人实际情况,按时、按需的对其实施健康教育,使病人能够全方面的了解原发性痛经疾病,另外还应对病人实施卫生知识普及,告知病人在来潮时候,盆腔会存在充血情况,同时会伴有小腹疼痛感,部分病人还会出现情绪烦躁情况,如果病人精神紧张,会加重临床症状与表现。(2)心理干预:在月经前、月经中、月经后,病人会伴有焦虑、暴躁等情绪反应,为此护理人员要告知病人在月经期间可倾听轻音乐、阅读图书。(3)饮食干预:月经期间,要增加营养物质的摄入,可多使用富含维生素C的食物,例如新鲜的水果等,同时可食用红枣、鸡蛋、瘦肉等食物,并多饮水,促使大便通常。(4)对症护理干预:病人在痛经时,可叮嘱病人采用热敷等方式改善疼痛感,同时应叮嘱病人用温水洗脸、洗手以及刷牙。(5)运动干预:日常护理中,可告知病人在经期结束后进行瑜伽、散步、慢走等体育锻炼。

1.3 指标观察

(1)护理满意评分结果:采用评分方式进行评价,总得分值为百分,得分越高证明病人对于本次护理满意程度越佳。(2)原发性痛经知识掌握率:采用完全掌握、基本掌握、未掌握,以评分方式进行,其中完全掌握为得分80分以上,基本掌握为得分60分以上,未掌握为得分59分以下,计算掌握率。(3)自护能力:采

用评分方式进行,总得分值越高证明病人自我护理能力越强,此评分问卷为自设问卷。

1.4 统计学

统计学处理将本文采取的数据均纳入SPSS25.0软件中进行处理,对于技术资料以(n,%)表示, χ^2 检验,计量资料(均数±标准差)表示,t检验, $P<0.05$ 差异具有统计学意义。

2 结果

2.1 常规组、教育组护理满意评分结果对照

常规组:发放与回收43份有效调研问卷,经统计结果证实,病人满意此次护理,经统计得分为80.21±2.15分,教育组:发放与回收43份有效调研问卷,经统计结果证实,病人满意此次护理,经统计得分为90.61±1.21分,护理结果对照前者较低后者高,两组对比结果证实存有明显差异, ($P<0.05$)。

2.2 常规组、教育组原发性痛经知识掌握率

常规组:n=43例,其中完全掌握者:n=22例、基本掌握者:n=11例、未掌握者:n=10例,构成比为33/43(76.74%);教育组:n=43例,其中完全掌握者:n=35例、基本掌握者:n=7例、未掌握者:n=1例,构成比为42/43(97.67%),常规组原发性痛经知识掌握率为76.74%明显低于教育组的97.67%,两组对比结果证实存有明显差异, ($P<0.05$)。

2.3 常规组、教育组自护能力对照

常规组:发放与回收43份有效调研问卷,经统计结果证实,病人能够自我护理,经统计得分为80.19±1.05分,教育组:发放与回收43份有效调研问卷,经统计结果证实,病人完全可以自我护理,经统计得分为90.22±1.16分,护理结果对照前者较低后者高,两组对比结果证实存有明显差异, ($P<0.05$)。

3 讨论

原发性痛经在临床治疗中属于常见、多发疾病,此疾病具备发病率高的特点。原发性痛经发生后,主要表现为下腹部疼痛、腰部酸痛等^[4]。原发性痛经在临床治疗中,以对症治疗为主,以护理干预为辅,有效的护理干预,可提高治疗效果,改善临床症状^[5-6]。通常情况下,临床常用护理方案为传统常规护理,这种护理方案在实施期间虽然有效,但实施效果不甚理想。我校医务室基于现下实际情况,分析了我国国情、教育情况,得分我国大学生性教育比较保守,大多数女性对于生理期间的卫生健康了解程度较低,缺少生理健康指导,进而导致大学生对于月经知晓程度不高,认知程度不足,故而我校医务室在日常护理中选用了健康教育方案。健康

教育属于新型护理方案,这种护理方案在实施期间,可弥补传统常规护理过程中的不足,同时可保留其优势。通过对病人实施健康教育,可提高病人对于疾病的知晓程度,认知程度,进而提高依从性。通过心理干预,可改善病人月经期间的不良反应,进而改善暴躁等情绪反应。通过饮食护理,可降低病人在经期饮食不合理性,例如喜食冷食等情况,另外增加蛋白质摄入量,能够满足机体合成血红蛋白的需求。通过运动干预,有助于促进机体血液循环,促进月经期间病人经血的顺利排出,进而提高护理质量。

综上所述,在高校原发性痛经女生病人护理中,护理健康教育实施效果优异,此方案可提高病人知识掌握程度,此方案值得临床应用与普及。

参考文献

- [1] 陈李银. 对高校原发性痛经女生实施护理健康教育干预的临床护理价值探讨[J]. 医药前沿,2017,7(17):250. DOI:10.3969/j.issn.2095-1752.2017.17.207.
- [2] 何翔,王瑞明. 医务室开展护理健康教育对高校原发性痛经女生的改善分析[J]. 世界最新医学信息文摘(连续型电子期刊),2019,19(73):360,362. DOI:10.19613/j.cnki.1671-3141.2019.73.241.
- [3] 邓慧. 学校医务室开展护理健康教育对高校原发性痛经女生的作用研究[J]. 世界最新医学信息文摘,2021,21(72): 517-518. DOI:10.3969/j.issn.1671-3141.2021.72.253.
- [4] 李芳,汪坤秀,陈光英. 粤西高校女大学生原发性痛经相关因素的调查分析[J]. 临床护理杂志,2009,8(1):12-13. DOI:10.3969/j.issn.1671-8933.2009.01.005.
- [5] 刘衣非. 青春期女性原发性痛经的健康教育干预分析[J]. 中国保健营养,2019,29(12):328. DOI:10.3969/j.issn.1004-7484.2019.12.310.
- [6] 何翔,王瑞明. 医务室开展护理健康教育对高校原发性痛经女生的改善分析[J]. 世界最新医学信息文摘(连续型电子期刊),2019,19(73):360,362. DOI:10.19613/j.cnki.1671-3141.2019.73.241.
- [7] 张艳清. 护理健康教育对女大学生原发性痛经的影响[J]. 职业与健康,2014(15):3.
- [8] 马妮娜. 护理健康教育对女大学生原发性痛经的临床加之观察[J]. 实用临床护理学电子杂志,2016(5):2.
- [9] 付建民,廖桂香. 护理路径在女生原发性痛经健康教育中的应用研究[J]. 卫生职业教育,2011,29(20):3.
- [10] 杨玉兰. 健康教育对原发性痛经护理患者的影响分析[J]. 现代养生,2017(12):1.
- [11] 杨永琴. 护理健康教育在女大学生原发性痛经中的应用效果[J]. 中外女性健康研究,2021.
- [12] 方琴. 健康教育对原发性痛经护理患者的影响分析[J]. 人人健康,2020, No.521(12):34-34.
- [13] 杨晓芳. 健康教育应用于原发性痛经护理患者中的效果探究[J]. 饮食保健,2018.
- [14] 荆改丽,张德甫. 护理健康教育对女大学生原发性痛经的影响分析[J]. 饮食保健,2018,5(012):260-261.
- [15] 侯文静,丛茜,王世芳,等. 健康教育对针刺治疗原发性痛经止痛效果的影响研究[C]// 山东针灸学会第七届学术年会. 0.
- [16] 黎建华. 健康教育模式对原发性痛经患者认知率的影响分析[J]. 基层医学论坛,2018,22(27):2.
- [17] 刘衣非. 青春期女性原发性痛经的健康教育干预分析[J]. 中国保健营养,2019.
- [18] 尤文骄. 承德医学院女大学生原发性痛经的原因调查[C]// 第四届上海国际护理大会. 0.
- [19] 高夏梦. 针刺三阴交,地机,合谷对原发性痛经患者即刻镇痛效应的观察[D]. 湖北中医药大学,2017.
- [20] 佚名. 健康教育护理对学校原发性痛经女生的效果[J]. 饮食保健 2021年36期,267-268页,2021.
- [21] 杨清丽. 原发性痛经的原因分析及防治措施[J]. 大家健康旬刊,2013.
- [22] 徐华,逢桂英. 女大学生痛经相关因素分析及护理[J]. 健康大视野:医学版,2013,21(6):2.
- [23] 张艳杰. 健康教育对原发性痛经护理患者的影响分析[J]. 大家健康旬刊,2016,10(8):215-216.

收稿日期: 2022年4月1日

出刊日期: 2022年6月30日

引用本文: 孙荣珍, 学校医务室开展护理健康教育对高校原发性痛经女生知识掌握率及自护能力的影响[J]. 国际护理学研究, 2022, 4(2): 162-164
DOI: 10.12208/j.ijnr. 20220079

检索信息: RCCSE 权威核心学术期刊数据库、中国知网(CNKI Scholar)、万方数据(WANFANG DATA)、Google Scholar 等数据库收录期刊

版权声明: ©2022 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。<http://creativecommons.org/licenses/by/4.0/>



OPEN ACCESS