

# 宫颈癌的预防及护理

邓莉华 敬敏<sup>△</sup>

四川省遂宁市中心医院妇科,四川遂宁 629000

**[内容提要]** 宫颈癌是目前唯一一个病因明确的妇科恶性肿瘤,它与高危型人乳头瘤病毒的持续感染有关。近年来宫颈癌的发病有着年轻化的趋势,但是得益于医学的不断进步,随着宫颈细胞学筛查的普遍使用,宫颈癌和癌前病变能够得以早发现和早治疗,使宫颈癌的发病率和死亡率都有一定的下降。宫颈癌的护理和预防也很重要,那么,宫颈癌的预防方法有哪些呢?我们平时应该如何对宫颈癌患者进行护理呢?

在临床治疗的过程中,对宫颈癌患者的日常护理非常重要,在身体以及心理上对其进行护理,对于宫颈癌病情的治疗控制有非常大的帮助,那么,宫颈癌的预防方法有哪些呢?如何对宫颈癌患者进行护理呢?本文简单为大家介绍一下。

## 一、什么是宫颈癌?

宫颈癌是我国15~44岁女性中的第二大高发癌症,每年都会有13万的新发病例。而我国的宫颈癌病例大约占世界的28%以上,一个很直观的数据就是全世界平均每分钟就会检查出1个新病例,大约每2分钟就会有1名女性死于宫颈癌。宫颈癌对女性的身体健康会造成很大的影响,必须要重视起来。目前,绝大多数的宫颈癌是由人乳头状瘤病毒(HPV)感染所引起。除了病毒感染,性行为以及分娩次数也有可能是宫颈癌的致病诱因,多个性伴侣、初次性生活小于16岁、初产年龄小以及多孕多产等都和宫颈癌的发生有着一定的关系。除了自身的性行为之外,营养不良和卫生条件的不重视也会影响该病的发生,值得一提的是,吸烟是HPV感染的协同因素,也能够增加患病的风险。HPV感染导致宫颈癌的发病过程中,协同因素除了吸烟之外,沙眼衣原体、单纯疱疹病毒Ⅱ型、滴虫等病原体的感染也有着一定的协同作用。

## 二、宫颈癌的危害及预防

### (一) 宫颈癌的危害

宫颈癌可以引起输尿管梗阻、肾盂积水以及尿毒症,晚期的宫颈癌还会引起贫血、恶病质等全身衰竭的症状。在具体的危害上,主要有以下4个方面。首先,宫颈癌会对子宫造成致命的危害,在治疗宫颈癌时,会因各种原因不得不切掉子宫来控制病情,这对于女性来说无疑是巨大的损伤;还有就是宫颈癌在发病前就会出现宫颈炎等疾病,而宫颈炎则是导致不孕的一个重要原因,因为宫颈炎发生时,会在宫颈中分泌一些物质,这些物质能够吞噬

与卵子结合的精子,即便是受精卵着床后,也容易因为宫颈炎导致流产。所以,宫颈癌有引发不孕的危害。其次,宫颈癌还会导致身体多部位发生病变,患者在患病后会出现阴道出血、白带异味等情况,严重的还会导致下腹部出现肿块,甚至出现胸闷及直肠出血等,这些都对患者的身体造成了很大的危害。最后,如果在宫颈癌期间进行性生活,则有可能引发出血,且还会产生疼痛,对于夫妻之间的生活和感情是极为不利的。

### (二) 宫颈癌的预防

在早期的时候,宫颈癌患者一般不会有非常明显的症状,常会发生月经不规则以及绝经后阴道又出血的情况,这时进行妇科检查,会发现子宫颈表面光滑或呈现糜烂状,触之易出血。宫颈癌的早期治疗有多种方式,选择合适的治疗方式能够极大地改善病情,所以,要在日常生活中积极地做好预防。

#### 1. 日常生活

(1) 做好卫生工作,不仅要在日常生活中注重卫生,对于性生活的卫生也要尤为注意;(2) 多吃蔬菜和水果,改变不良的生活方式,禁止吸烟、酗酒;(3) 穿透气或者比较宽松的纯棉内裤等。

#### 2. 妇科检查

对于有性生活史的女性而言,在条件允许的情况下,应该在25岁以后进行HPV和TCT妇科检查,可以对宫颈癌起到很好的预防作用;还要积极地开展健康教育,通过多种宫颈癌的宣传方式,有效提高相关人群对宫颈癌的认知水平,提倡积极健康的性行为,提高群众的自我防范意识。

## 三、宫颈癌的护理措施

做好日常的科学护理,对宫颈癌患者病情的改善有着极大的帮助,主要方法如下。

### (一) 心理护理

首先,要做好患者的心理护理,进行积极科学的健康教育指导。患者在术后往往会产生恐惧心理,并且会焦虑不安。因此,无论是护理人员还是

<sup>△</sup>通讯作者

家属都必须主动地接近患者,进行心理护理,关心体贴患者,这是宫颈癌术后护理中的重要一环。其次,进行健康科学的教育,消除患者及其家属心中的焦虑,使患者更积极地接受治疗。同时,在这一过程中,医护人员要做好及时的心理疏通,缓解患者的心理压力,多向患者介绍治愈病例,增强患者的抗癌信心。总之,为患者树立一个正向健康的心态能为治疗的顺利进行打下基础。

### (二) 饮食护理

另外,要对患者做好饮食营养上的护理。在宫颈癌的治疗过程中,直肠是最容易受到损伤的器官,患者可出现不同程度的腹痛、腹泻以及腹胀等,因此,在饮食方面,要多进食含高蛋白和高维生素的食物,还要控制好饮食中纤维的摄入。要尽量避免食用容易产气的食物,比如糖、碳酸类以及豆类等。最后还要忌口,禁食辛辣刺激的食物,减轻消化系统的压力。另外,还要及时地戒烟戒酒,少吃冷冻的食物。最后,在饮食营养的护理中,如果检测到患者有脱水和电解质失衡的情况,应该及时对患者进行补水,以有效应对患者的脱水和电解质失衡的情况,可通过水果、肉汤或静脉补液补钾等方式补充。

### (三) 术后卫生、运动护理

此外,要注意宫颈癌患者的术后卫生护理,每日擦拭外阴和尿道口2次,以此保证外阴的清洁,还要适当地使用抗生素进行预防感染,每周更换尿管2次,保留导尿管7~10天。如果患者术后有持续并且异常剧烈的疼痛,根据患者的具体情况并且依照医嘱,可以适当地用止痛药物进行止痛,同时,

适当的心理安慰也必不可少。另外,还要密切观察患者的生命体征,对其生命体征以及血氧饱和度进行严格记录,同时每天都要进行体温、血压等的测量。最后,要鼓励患者活动四肢,多进行腿部运动,以有效地促进血液循环。

综上所述,宫颈癌作为常见的妇科恶性肿瘤,其所带来的危害是巨大的,因此要做好积极的预防,在发病后的治疗中,对患者的日常护理也非常重要,其中做好饮食和心理护理,并且做好术后卫生、运动护理,可对病情改善起到很大的帮助。

### [参考文献]

- [1] 马滢霞. 加速康复外科护理在宫颈癌患者围手术期的应用效果[J]. 河南医学研究, 2017, 26(17): 3264.
- [2] 叶秀萍, 黄珍珍, 洪小芳. 宫颈癌中重度贫血患者围手术期的护理及预防对策[J]. 护士进修杂志, 2018, 33(20): 66-68.
- [3] 张丽. 探究人文关怀和心理护理在宫颈癌护理中产生的作用[J]. 实用临床护理学电子杂志, 2017, 2(29): 140, 142.
- [4] 张娴, 李琼琼, 王艳华. 护理干预提高宫颈癌患者放疗后生活质量的效果[J]. 中国继续医学教育, 2018, 10(31): 199-201.
- [5] 杨大萍. 多样性心理护理对宫颈癌患者围手术期的影响[J]. 黑龙江医药科学, 2017, 40(3): 147-148.
- [6] 朱振凤, 武霞. 康复新液防治宫颈癌放疗所致皮肤黏膜损伤的效果及护理[J]. 中西医结合护理(中英文), 2018, 4(7): 145-148.