

子宫收缩乏力性产后出血 该如何治疗?

子宫收缩乏力性产后出血是一种严重的产后并发症，它是指子宫在分娩后无法充分收缩，导致大量出血，如果及时处理，可能对产妇的生命造成威胁。那么，子宫收缩乏力性产后出血该如何治疗呢?

药物治疗

药物治疗是治疗子宫收缩乏力性产后出血的重要手段之一，医生会根据产妇的具体情况以及病情的严重程度来决定使用哪种药物。

临床上常用的药物是催产素类药物，如催产素和人工合成催产素类似物。这些药物能够刺激子宫平滑肌的收缩，促进血管的收缩，从而减少出血量。催产素类药物可以通过静脉注射、肌肉注射或滴注的方式给予。使用过程中，医生会对产妇的病情和生命体征进行监测，并调整药物的剂量和速度，以确保治疗的安全性和有效性。

另一种常用的药物是前列腺素类药物，如米索前列醇。前列腺素类药物具有促进子宫收缩和恢复的作用，能够帮助控制产后出血。这些药物一般通过直接放置在产妇子宫颈内或口服的方式使用。使用前前列腺素类药物时，医生会仔细评估产妇的子宫状态和子宫颈开口情况，以确定最适合的给药途径和剂量。

手动治疗

手动治疗是在严重的子宫收缩乏力性产后出血的情况下采取的一



种治疗措施，它是通过医生的手动操作来刺激子宫收缩，帮助子宫恢复正常的功能和收缩力。手动治疗的目的是清除子宫内的积血和血块，同时刺激子宫收缩，以减少出血量并防止进一步出血。

手动治疗需要由经验丰富的医生进行操作，治疗前通常会对产妇进行全身麻醉或局部麻醉，以确保产妇的舒适度，保证治疗顺利进行。医生会通过腹部按压、子宫内按摩或手指放入子宫腔内等手法来刺激子宫收缩，并清除积血和凝血物。手动治疗过程中，医生会注意观察产妇的病情和生命体征，

确保治疗的安全性和有效性。

手术治疗

在药物和手动治疗无效的情况下，可能需要进行手术治疗。手术治疗的方式包括子宫切除术和动脉栓塞术。子宫切除术是指完全或部分切除子宫，以控制出血；动脉栓塞术是通过介入手术，阻塞引起出血的血管，达到控制出血的目的。

其他治疗

输血、输液补充液体和营养支持等辅助措施可以帮助控制子宫收缩乏力性产后出血。同时，为了预防和减少产后出血的发生，孕妇在妊娠期间应加强产前检查、定期产检和妊娠期的保健。

湖南省祁阳市白水镇中心卫生院 李文英

重视宫颈癌患者 心理护理

宫颈癌是女性最常见的恶性肿瘤之一，对患者的身体和心理都带来了巨大的冲击，除了接受医学治疗和身体护理外，心理护理在宫颈癌患者的康复过程中同样至关重要。积极的心理护理有助于患者减轻焦虑、恐惧和压力，提高生活质量，并促进身体的康复。本文将介绍一些心理护理的方法，帮助宫颈癌患者走出阴影，重拾积极的生活态度。

建立支持系统

宫颈癌诊断可能会让患者感到沮丧和无助，建立一个稳固的支持系统可以帮助她们渡过难关。这个支持系统可以包括家人、朋友、亲密的伴侣，以及专业心理咨询师或支持小组，患者与他们分享自己的感受和困惑，倾诉内心的焦虑和恐惧，获得情感上的支持和理解。在这个过程中，患者会感受到关爱与支持，减轻心理负担，更好地进行治疗和康复。

接受心理咨询

心理咨询在宫颈癌患者的心理护理中起着重要作用，专业心理咨询师可以提供情感支持、心理教育和心理疏导等服务，他们可以帮助患者理解和应对情绪变化，提供应对压力和焦虑的技巧，以及帮助患者建立积极的生活态度。心理咨询可以是个人咨询或家庭咨询，需要根据患者的需求和偏好选择适合的方式。

积极面对情绪波动

宫颈癌患者常常面临情绪的波动，如焦虑、恐惧、愤怒、悲伤等，这些情绪正常而合理，但也需要采取措施积极应对。患者可以通过身体活动、放松技巧（如深呼吸、冥想）、艺术疗法（如绘画、写作）等方式来缓解压力。此外，保持积极的社交生活和参与有意义的活动也有助于提升情绪状态和心理健康。

培养积极的生活态度

在康复过程中，宫颈癌患者培养乐观积极的生活态度可以增强其心理韧性和抵抗力，帮助她们更好地应对治疗过程中的困难和挑战。可以鼓励患者寻找生活中的乐趣，培养自己的兴趣爱好，建立新的目标和希望，以激发内在的力量和动力。

关注身心健康

宫颈癌患者在康复过程中要关注自己的身心健康。良好的饮食习惯、充足的睡眠和适度的体力活动对于恢复身体和维持心理健康都非常重要。患者应该尽量避免不良的生活习惯，如熬夜、过度劳累和不健康的饮食。此外，还需定期进行体检和随访，与医生保持良好的沟通，及时解决身体和心理上的问题。

解放军联勤保障部队第九二一医院
内科 谢妹群

孕产妇下肢深静脉血栓的预防与护理

孕产妇下肢深静脉血栓是一种常见的并发症，可能给孕妇和胎儿的健康带来严重风险。那么，孕产妇下肢深静脉血栓是怎么形成的?该如何预防呢?

什么是孕产妇下肢深静脉血栓?

孕产妇下肢深静脉血栓是指女性在怀孕期间或分娩后，下肢深静脉中形成的血栓。深静脉位于肌肉组织深处，血栓形成后会导致血管阻塞，造成不良后果。

孕产妇下肢深静脉血栓的诱因有哪些?

1. 妊娠 孕妇在怀孕期间会经历一系列生理变化，包括体内激素水平的变化以及子宫增大对静脉压力带来的影响，这些变化可能导致血液回流下降，进而导致血栓形成。

2. 静息状态 长时间的静坐或卧床休息会增加下肢静脉血栓形成的风险。

3. 剖宫产手术 剖宫产手术

是一种常见的分娩方式，也是引起下肢深静脉血栓的一个重要诱因。手术过程中，为了保证安全性，孕妇通常需要处于固定的姿势，这可能导致血栓形成。

4. 妊娠合并其他高风险疾病 孕妇如果患有其他疾病，如高血压、糖尿病、心血管疾病等，都可能增加下肢深静脉血栓的风险。

5. 超重或肥胖 过度体重会对血液循环产生额外的负担，增加下肢深静脉血栓的风险。

6. 吸烟 吸烟会损害血管内皮，增加血栓形成的风险。

7. 年龄 年龄是一个不可避免的风险因素。随着年龄增长，静脉弹性减退，血流速度变慢，使得下肢深静脉血栓形成的风险增加。

孕产妇下肢深静脉血栓如何护理?

1. 休息和抬高腿部 为了

减轻下肢的压力，孕产妇需要经常休息并抬高双腿。这有助于改善血液循环，减少血栓形成的风险。

2. 使用弹力袜 医生可能建议孕妇穿戴弹力袜。这种袜子可以帮助增加下肢血液循环，并减少血栓形成的风险。

3. 饮食健康 饮食对于孕产妇下肢深静脉血栓的预防和护理也非常重要。建议摄入富含纤维的食物、新鲜水果和蔬菜，同时，少食高盐、高脂肪和高糖食物有助于控制体重并促进血液循环。

4. 定期活动 长时间的静坐或站立会增加血栓形成的风险，因此孕产妇应该定期活动，如散步或做简单的运动。这可以促进循环并减少血栓的形成。

5. 按时服药 如果医生建议孕妇服用抗凝血药物或者其他药物来预防血栓，那么一定要按时服用，并按照医生的建议进行用药。

汨罗市第二人民医院护理部 朱萍