

# 母婴床旁护理对改善产后焦虑的作用

吴岳

成都市第五人民医院 四川 成都 611130

**【摘要】**目的：分析母婴床旁护理对改善产后焦虑的作用。方法：选取我院于2022.01-2023.01月接收的64例产妇作为研究对象，将其按照随机数字表法分为对照组（32例，采用常规护理）和观察组（32例，采用母婴床旁护理）。对两组产妇的护理效果进行对比分析。结果：观察组在采用母婴床旁护理后，其焦虑情况、不同时间段的焦虑评分、自我护理能力评分、并发症发生率、护理满意度均优于对照组，差异均有统计学意义（ $P < 0.05$ ）。结论：母婴床旁护理可有效减少产妇产后焦虑问题，提升其自我护理能力，降低并发症风险，从而提高护理满意度。

**【关键词】**：产后焦虑；母婴床旁护理；改善作用

## Effect of Bedside Nursing for Mothers and Infants on Improving Postpartum Anxiety

Yue Wu

Chengdu Fifth People's Hospital Sichuan Chengdu 611130

**Abstract:** Objective: To analyze the effect of bedside nursing for mothers and infants on improving postpartum anxiety. Methods: A total of 64 pregnant women admitted to our hospital from February 2022 to January 2023 were selected as the study subjects, and they were divided into a control group (32 cases, using routine nursing) and an observation group (32 cases, using bedside nursing for mothers and infants) according to a random number table method. To compare and analyze the nursing effects of the two groups of pregnant women. Results: After using bedside nursing care for mothers and infants, the anxiety status, anxiety scores at different time periods, self-care ability scores, complication rates, and nursing satisfaction in the observation group were significantly better than those in the control group ( $P < 0.05$ ). Conclusion: Maternal and infant bedside nursing can effectively reduce postpartum anxiety, improve their self care ability, reduce the risk of complications, and improve nursing satisfaction.

**Keywords:** Postnatal anxiety; Maternal and infant bedside care; Improvement effect

女性从十月怀胎到一朝分娩，这期间女性的心理是复杂多变的，这样就很容易引发产后焦虑症。产后焦虑症，是发生在产后的一种以焦虑为主要表现的精神疾患。通常在产后4周内出现症状<sup>[1]</sup>。与家人关系紧张，对周围事情缺乏兴趣，出现自暴自弃，恐怖、焦虑、沮丧和对自身及婴儿健康过度担忧，常失去生活自理及照料婴儿的能力，对人充满敌意，呼吸心跳加快，泌乳减少，厌食失眠消瘦，甚至出现自杀的念头。焦虑对产妇的泌乳和产后恢复有显著影响，并与产后并发症密切相关<sup>[2]</sup>。因此，采取有效护理措施对产后焦虑的改善具有重要意义。本文研究了母婴床旁护理对改善产后焦虑的作用，现报告如下：

### 1 对象和方法

#### 1.1 对象

选取我院于2022.01-2023.01月接收的64例产妇作为研究对象，将其按照随机数字表法分为对照组（32例，年龄22-32岁，平均年龄 $25.43 \pm 1.86$ 岁；孕周38-41周，平均孕周 $40.42 \pm 0.14$ 周；初产妇23例，经产妇9例）和观察组（32例，年龄23-33岁，平均年龄 $25.37 \pm 1.93$ 岁；孕周38-41周，平均孕周 $40.36 \pm 0.17$ 周；初产妇24例，经产妇8例）。纳入标准：两组产妇及其家属均知晓本次研究内容，并已签署知情同意书；两组产妇均为单胎妊娠；均为足月且自认分娩；临床资料完整。排除标准：不符合母婴同室条件者；存在严重产前、产时并发症者；已出现急性心理应激者；存在传染性疾病者；存在精神障碍者；存在认知功能障碍

者；中途退出研究者。两组一般资料差异无统计学意义（ $P > 0.05$ ）。

#### 1.2 方法

对照组采用常规护理，包括母婴接触指导、喂养护理、新生儿护理等。观察组采用母婴床旁护理，主要包括：

##### 1.2.1 产前护理

入院后，需要根据产妇的情绪状态进行初步评估，以引导其积极表达自己的真实想法和负面情绪。同时，向产妇普及孕期健康知识，讲解新生儿护理方法，避免自我评价低、自我怀疑等心理症状。通过解释产褥期的正常现象，使其消除疑虑，并指导其采取相应的心理重建方法，以确保产妇保持健康的精神状态。同时，需要帮助产妇转换角色，建立其目前的自豪感和成就感，让其感到快乐，以抑制不同程度的焦虑。

##### 1.2.2 新生儿护理指导

新生儿床位于产妇床的旁边，母亲可以与新生儿亲密接触，在一旁观察护理人员进行新生儿护理操作可以让她们感到更安心。病房的温度、通风、物品陈列等都需要和产妇协商，以满足她们的实际需求。同时，护理人员在洗澡、触摸皮肤等护理操作时，可以按照相关的护理程序，对产妇进行详细的讲解和说明，并为其介绍基本的新生儿护理技术。在这个过程中，产妇可以具体了解新生儿的实际情况，了解新生儿的护理方法。护理人员还应该让产妇参与新生儿护理。在护理人员的指导和示范下，产妇能够

正确进行护理操作,与新生儿密切接触。

### 1.2.3 母乳喂养指导

在母乳喂养领域,护理人员应强调母乳喂养的优势,普及母乳喂养的相关知识,让产妇意识到母乳喂养对新生儿生长发育的积极影响。提供母乳喂养姿势和拥抱婴儿姿势的指导,帮助孕妇正确掌握母乳喂养相关技能。此外,护理人员应提供合理的饮食建议,鼓励孕妇多吃有利于母乳喂养的食物。同时,应该注意乳房护理。孕妇可以在护理人员的指导下了解与乳房健康相关的措施。

### 1.2.4 心理护理

分娩后,母亲和婴儿通常在同一个房间。母亲和新生儿被安置在同一个地方,这样产妇就可以随时监测新生儿。同时,做好室内控制,合理控制室内温度和湿度,避免感冒等疾病。通过护理发起微信交流,建立微信朋友圈,详细记录新生儿的成长状态,并引导产妇在面临不同类型问题时在微信群中寻求帮助。护理人员和相关医生可以在线回答,及时纠正产妇在日常生活中的错误行为,并提供心理咨询,引导她们与其他产妇沟通,以缓解她们负面情绪的发展。

### 1.2.5 康复指导

根据产妇产后恢复情况及时开展培训活动,可协助产妇在术后 8 小时进行轻度卧床活动。每项活动的间隔为 2 小时。辅助活动时,应及时调整产妇的卧位和翻转姿势,注意腹部切口,避免切口塌陷,防止压疮。术后 36 小时协助患者尽快下床,每次活动时间控制在 10-20min。通过活动,可进一步促进母体胃肠蠕动功能的恢复。并在其出院前给

予饮食建议、运动指导,以及新生儿护理指导。

### 1.3 观察指标

对两组产后焦虑情况进行对比,包括担心自己照料不好新生儿、担心自己无法正常泌乳、喂养时担心新生儿不耐受、担心弄伤新生儿皮肤、担心抱错新生儿、担心新生儿出现感染;采用焦虑自评量表(SAS)对两组不同时间段的焦虑评分进行对比,包括产后 12h、产后 24h、出院前,分界值为 50 分,其中 50—59 分为轻度焦虑,60—69 分为中度焦虑,70 分以上为重度焦虑;采用自我护理能力评估量表(ESCA)对两组自我护理能力进行评估,包括自我护理、自护责任感、健康认知水平、自我概念 4 个部分,总分 172 分,分数越高,自我护理质量越好;对两组并发症发生率进行对比,包括切口感染、产褥感染、盆腔炎、尿潴留;对两组护理满意度进行对比,包括非常满意、满意、一般满意、不满意,满意度 = (非常满意 + 满意 + 一般满意) / 总例数 × 100%。

### 1.4 统计学分析

使用 SPSS20.0 软件对数据进行统计学分析,使用“ $\bar{x} \pm s$ ”表示计量资料,组间比较结果采用 t 检验;使用“n, %”表示计数资料,组间比较结果采用  $\chi^2$  检验。 $P < 0.05$  表示数据差异有统计学意义。

## 2 结果

### 2.1 两组焦虑情况对比

观察组焦虑情况明显低于对照组,差异均有统计学意义( $P < 0.05$ )。如表 1:

表 1 两组焦虑情况对比 (n, %)

项目	观察组 (n=32)	对照组 (n=32)	$\chi^2$	P
担心自己照料不好新生儿	19 (59.38)	28 (87.50)	6.488	0.011
担心自己无法正常泌乳	1 (3.13)	6 (18.75)	4.010	0.045
喂养时担心新生儿不耐受	3 (9.38)	12 (37.50)	7.053	0.008
担心弄伤新生儿皮肤	6 (18.75)	19 (59.38)	11.093	0.001
担心抱错新生儿	0 (0.00)	6 (18.75)	6.621	0.010
担心新生儿出现感染	4 (12.50)	11 (34.38)	4.267	0.039

### 2.2 两组不同时间段的焦虑评分对比

观察组产后 12h 评分为 (49.63±2.68) 分、产后 24h 评分为 (40.06±3.16) 分、出院前评分为 (31.76±3.23) 分;对照组产后 12h 评分为 (54.83±2.54) 分、产后 24h 评分为 (45.26±2.85) 分、出院前评分为 (39.34±2.89) 分。观察组不同时间段的焦虑评分明显低于对照组,差异均有统计学意义 ( $t=7.967, P=0.001; t=6.913, P=0.001; t=9.893, P=0.001$ )。

### 2.3 两组自我护理能力评分对比

观察组自我护理评分为 (22.70±2.96) 分、自护责任感评分为 (39.53±2.99) 分、健康认知水平评分为 (40.24±2.03) 分、自我概念评分为 (49.95±3.94) 分、总分评分为 (152.56±12.24) 分;对照组自我护理评分为 (17.67±1.95) 分、自护责任感评分为 (34.94±2.96) 分、健康认知水平评分为 (31.67±3.07) 分、自我概念评分为 (39.10±3.97) 分、总分评分为 (122.81±12.23) 分。观察组自我护理能力评分明显高于对照组,差异均有统计学意义 ( $t=8.027, P=0.001; t=6.171, P=0.001; t=13.172, P=0.001; t=10.973, P=0.001; t=9.726, P=0.001$ )。

### 2.4 两组并发症发生率对比

观察组切口感染 2 例、产褥感染 1 例、盆腔炎 0 例、尿潴留 0 例,发生率为 3 (9.38%);对照组切口感染 4 例、产褥感染 3 例、盆腔炎 2 例、尿潴留 1 例,发生率为 10 (31.25%)。观察组并发症发生率明显低于对照组,差异具有统计学意义 ( $\chi^2=4.730, P=0.030$ )。

### 2.5 两组护理满意度对比

观察组非常满意 10 例、满意 16 例、一般满意 5 例、不满意 1 例,满意度为 31 (96.88%);对照组非常满意 9 例、满意 13 例、一般满意 4 例、不满意 6 例,满意度为 26 (81.25%)。观察组护理满意度明显高于对照组,差异具有统计学意义 ( $\chi^2=4.10, P=0.045$ )。

## 3 讨论

导致女性患上产后焦虑症的原因有很多种,如患有妊娠高血压综合征、妊娠合并心脏病等产前并发症的产妇,由于自身健康存在问题,同时也怕殃及胎儿、大家庭中对新生儿性别的过分期盼(丈夫是独子的想要男孩传宗接代、都是男孩的想要女孩)、有人担心孩子出生后,自己的职业

受到影响或家庭经济压力加大、或有精神疾病的家族史，或者在孕期或分娩期恰好遭遇工作或生活的打击，还有缺乏家庭、社会、尤其是丈夫的关心和帮助，都是发生产后焦虑症的诱因<sup>[3-4]</sup>。产后焦虑不仅对产妇自身恢复造成影响，还可能影响新生儿健康。因此，需对产后焦虑产妇采取有效护理措施。

在本研究中，通过对产后焦虑产妇采取母婴床旁护理，观察组焦虑情况、不同时间段的焦虑评分、自我护理能力评分、并发症发生率、护理满意度均优于对照组，差异均有统计学意义（ $P < 0.05$ ）。说明其可有效减少产妇产后焦虑问题，提升其自我护理能力，降低并发症风险，从而提高护理满意度。这是因为母婴床旁护理是指在母婴同室病房内为围产期的孕产妇，婴儿及家庭提供个性化的临床支持和服务<sup>[5]</sup>。由于分娩后产妇及家庭将承担婴儿护理的各项任务，为了减少初为父母的不安和焦虑，更勇敢地承担养育后代的责任，实施母婴床旁护理，可降低因“母-婴”分离，“婴-婴”同室护理引发的交叉感染，降低产科出错率，从而减轻医生、护士的精神压力，更好地提供人性化产科护理服务创造有力条件<sup>[6-8]</sup>。主要内容包括新生儿沐浴、新生儿注射、新生儿抚触，并将其注意事项告知产妇及家属，使其离院后也能充分利用所掌握的知识，为母婴提供高质量、持续、安全、有效地服务<sup>[9-10]</sup>。

综上所述，母婴床旁护理可有效减少产妇产后焦虑问题，提升其自我护理能力，降低并发症风险，从而提高护理满意度。

#### 参考文献:

- [1] 曹永梅,任晓娟.人性化护理对产妇产后焦虑与抑郁评分的影响[J].山西医药杂志,2019,48(22):2841-2843.
- [2] 张庆云.个性化护理干预对剖宫产产妇产后焦虑、抑郁情绪及产后恢复的影响[J].现代医药卫生,2020,36(01):133-135.
- [3] 高文会.正念减压心理护理干预对分娩异常产妇产后焦虑抑郁的影响[J].中国医药指南,2020,18(08):203-204.
- [4] 董瑞君.优质护理干预对自然分娩初产妇焦虑、产后疼痛的影响[J].中国冶金工业医学杂志,2020,37(02):175-176.
- [5] 张海颜,麦美红,李敏婷.在初产妇产后护理中应用母婴床旁护理对于提高母乳喂养成功率及降低并发症发生率的作用观察[J].医学食疗与健康,2022,20(02):163-165+172.
- [6] 刘小宁.母婴床旁护理在产科护理中的应用效果[J].黑龙江医学,2022,46(21):2676-2678.
- [7] 黄金香.母婴床旁护理模式在产科护理中的价值分析[J].中国医药指南,2023,21(04):60-63.
- [8] 董艳超.母婴床旁护理对顺产产妇产后焦虑抑郁的康复效果分析[J].实用临床护理学电子杂志,2019,4(04):42+46.
- [9] 苗正平.母婴床旁护理对产科初产妇产后焦虑的影响研究[J].人人健康,2019(10):200.
- [10] 陈林娟.母婴床旁护理对初产妇产后焦虑水平的影响[J].中外医疗,2019,38(19):123-125.