

产后尿潴留高危因素及护理研究进展分析

杨路颖 袁薇* 王磊 郭盛丽 许程

昆明医科大学第二附属医院 云南 昆明 650000

【摘要】：产后尿潴留是产妇术后常见的并发症之一，严重影响了患者的生活质量。本文从产后尿潴留的定义和病因、临床表现、高危因素、护理研究进展以及预防和治疗护理建议等方面进行了详细的介绍。在高危因素方面，生理、病理和治疗因素都有可能产生尿潴留，而针对这些因素的干预措施和康复训练可以有效预防和治疗尿潴留。在围手术期管理方面，术前准备、术中操作和术后监护都需要护理人员的精心照料。本文旨在为临床护理人员提供一些预防和治疗尿潴留的实用护理建议，从而减轻产妇的痛苦，提高其生活质量。

【关键词】：产后尿潴留；护理；高危因素

Analysis of High Risk Factors and Nursing Research Progress of Postpartum Urinary Retention

Luying Yang, Wei Yuan, Lei Wang, Shengli Guo, Cheng Xu

The Second Affiliated Hospital of Kunming Medical University, Yunnan Kunming 650000

Abstract: Postpartum urinary retention is one of the common complications of postpartum women, which seriously affects the quality of life of patients. This article introduced in detail the definition, etiology, clinical manifestations, high-risk factors, nursing research progress, prevention and treatment of postpartum urinary retention. In terms of high-risk factors, physiological, pathological and therapeutic factors may lead to postpartum urinary retention, and intervention measures and rehabilitation training for these factors can effectively prevent and treat postpartum urinary retention. In terms of perioperative management, preoperative preparation, intraoperative procedures, and postoperative monitoring all require the careful care of nursing staff. This article aims to provide some practical nursing suggestions for clinical nurses to prevent and treat postpartum urinary retention, so as to alleviate the pain of pregnant women and improve their quality of life.

Keywords: Postpartum urinary retention; Nursing; High risk factors

随着现代医疗技术的不断发展，产后妇女的生存率和生育率得到了显著提高。然而，产后尿潴留作为一种常见的产后并发症，仍然是产后期困扰许多产妇的问题。产后尿潴留不仅会导致尿路感染、尿路结石等并发症的发生，还会对患者的身体和心理健康产生不良影响。因此，护理人员在产后患者的预防和治疗中扮演着至关重要的角色。本文将从产后尿潴留的定义、病因、高危因素、护理研究进展以及预防和治疗护理建议等方面进行综述，旨在提高护理人员对产后尿潴留的认识和掌握相应的护理技能，为产后患者提供更加全面和有效的护理服务。

1 产后尿潴留的概述

1.1 定义和病因

产后尿潴留是指产后期女性因尿液无法顺利排出而出现的症状，主要由以下原因导致：产程用力过度导致骨盆底肌肉疲劳；产后骨盆器官膨出或压迫造成尿道梗阻；长时间卧床或术后床位限制导致尿道壁张力降低；麻醉药物或镇痛剂的副作用。产后尿潴留是产妇常见的并发症之一，如果不及时处理，会引发感染、尿梗阻、泌尿系结石等疾病，严重时甚至可能危及生命。

1.2 临床表现

产后尿潴留的临床表现多样，主要表现为排尿困难、尿量减少、尿流缓慢、尿失禁等症状。患者可能感到尿意

强烈，但尿液只能滴滴答答地排出，甚至需要用手按压下腹部才能排尿。此外，产后尿潴留还可能伴随着尿频、尿急、尿痛等不适症状。在严重情况下，患者可能会出现肚子胀、恶心呕吐等症状，甚至出现高热、腹胀和呼吸急促等危险症状。产后尿潴留的症状如果得不到及时治疗，会给产妇带来很大的身体和心理压力，严重影响产妇的健康和生活质量。

2 产后尿潴留的高危因素

2.1 生理因素

2.1.1 孕期因素

在孕期，子宫不断增大，向前位移，逐渐压迫膀胱，导致膀胱的容量减少，产生排尿困难的感觉。随着孕期的进展，子宫压迫的力度逐渐增大，导致膀胱的排空受到更多的限制^[1]。此外，孕期激素的影响也是孕妇产生尿潴留的重要原因之一。孕期激素可以引起膀胱肌肉松弛，加重了尿潴留的发生风险。同时，孕妇由于身体各项机能都在发生变化，很难注意到排尿问题的存在。如果未能及时排尿，会导致膀胱充盈，加重尿潴留的程度。因此，在孕期，孕妇需要及时关注自身的排尿情况，避免膀胱过度充盈，同时进行盆底肌肉训练，增强盆底肌肉的收缩力，减少尿潴留的风险。

2.1.2 分娩因素

分娩过程中，产妇需要用力推产，这会导致骨盆底肌肉疲劳，尤其是会阴肌和直肠括约肌。这些肌肉的疲劳会导致尿道括约肌的失控和膀胱的挤压，增加了尿潴留的风险。此外，分娩时会出现会阴和直肠的撕裂或切开，这会导致产妇恢复期间疼痛和不适感，加重了排尿的困难。此时，及时给予产妇疼痛缓解措施，避免过度疼痛影响排尿。另外，在分娩中，如需要进行产钳或吸引器助产等操作，会增加会阴或直肠括约肌损伤的风险，护理人员需要提前做好相关准备和护理措施，减少患者损伤的风险。

2.2 病理因素

2.2.1 骨盆器官膨出

骨盆器官膨出是一种常见的妇科疾病，尤其是在经历过多次分娩、年龄增长、体力下降、盆底肌肉损伤等因素的影响下，容易导致骨盆器官膨出。病症严重的患者会出现膀胱排空障碍、排便困难、尿失禁等情况，影响生活质量。治疗骨盆器官膨出的方法包括保守治疗和手术治疗，根据患者病情、年龄、生育史、望孕情况等因素进行个体化的治疗方案制定。保守治疗包括体育锻炼、物理治疗、盆底肌肉锻炼、使用支撑器等。手术治疗包括阴道修补术、阴道前壁修补术、腹腔镜手术等。护理人员需要根据医生的治疗方案，提供必要的护理和康复训练，帮助患者恢复健康。

2.2.2 泌尿系结石

产后女性泌尿系结石的发生率较高，这可能与孕期生理变化和产后营养不良等因素有关。泌尿系结石的形成常常与尿液中的矿物质沉积和结晶有关，这些物质可以在尿管、膀胱或肾脏内形成结石。尿路感染是泌尿系结石形成的一个重要因素，感染会导致尿液中的某些成分浓度升高，从而增加结石形成的风险。

2.3 治疗因素

2.3.1 麻醉药物

麻醉药物是产生尿潴留的重要因素之一。在产妇接受剖宫产或阴道分娩的过程中，局部或全身麻醉药物都会影响尿道括约肌的功能，导致其失去收缩能力，从而引发尿潴留。局部麻醉剂通过阻止神经信号的传递来减轻疼痛，而全身麻醉药物则可以使产妇处于昏迷状态。尽管麻醉药物在缓解疼痛和减轻焦虑方面非常重要，但其对尿道括约肌的影响可能会导致产后尿潴留的发生。因此，在麻醉药物的使用过程中，医护人员需要严密监测产妇的尿液输出情况，及时采取措施以避免产生尿潴留。

2.3.2 镇痛剂

在分娩后，产妇常常需要使用各种镇痛剂来缓解分娩疼痛和术后疼痛。一些镇痛剂如芬太尼、哌替啶等可抑制中枢神经系统的兴奋性，导致膀胱肌肉失去收缩力，进而影响尿液排泄功能。此外，持续不断地使用镇痛剂也会导致机体产生耐药性，使得产妇需要更多的药物才能达到相同的镇痛效果，增加尿潴留的风险。在剖宫产中，局部麻醉和全身麻醉也是产生尿潴留的常见原因。局部麻醉药会阻滞神经冲动传导，导致尿道括约肌失去活动能力，而全身麻醉则会抑制中枢神经系统的功能，使得膀胱肌肉失去收缩力，加重了尿潴留的风险。因此，在使用麻醉药物时需要注意监测尿液排泄情况，并在必要时采取积极的干预措施。

2.3.3 导尿

产后尿潴留的高危因素有很多，需要产妇和医护人员共同注意预防和治疗。在产前，应该对产妇进行详细的病史询问和身体检查，了解其个体差异和潜在的风险因素，采取针对性的措施进行干预。在产中，应该注意监测产妇的尿量和尿频，避免过度饮水和输液，控制导尿的时机和方法，减少导尿对膀胱和尿道的创伤。在产后，应该及时进行产后康复和恢复锻炼，加强骨盆底肌肉的锻炼，促进尿潴留的恢复。

3 护理研究进展

3.1 护理措施

3.1.1 早期干预

在产后的早期，护理人员应该帮助产妇及时排尿，避免尿潴留发生。建议产妇在分娩后 1 小时内尝试排尿，如有困难，应及时告知护理人员。此外，在产后的早期，可以采取按摩会阴和直肠括约肌的方法，促进肌肉恢复和改善膀胱功能。同时，产妇应该避免长时间保持一个姿势，如久坐或久躺，这样容易加重膀胱的压迫和尿潴留的风险。

3.1.2 盆底肌肉锻炼

盆底肌肉锻炼是通过收缩和放松会阴部肌肉，以增强盆底肌肉力量和控制能力，从而预防和治疗尿潴留。盆底肌肉锻炼不仅可以提高尿道括约肌的张力和闭合能力，还可以增强膀胱肌肉的收缩能力，有助于改善膀胱排空功能。盆底肌肉锻炼可以在产前、产中和产后进行^[2]。在产后，护理人员可以帮助产妇逐步恢复盆底肌肉的张力和控制能力，减少尿潴留的风险。建议产妇每天进行数次盆底肌肉锻炼，并持续锻炼至少 6 个月。

3.1.3 中药治疗

一些中药具有调节尿路功能的作用，可以用于预防和治疗产后尿潴留。如桂枝茯苓丸、六味地黄丸等。需要说明的是，使用中药治疗产后尿潴留需要在医生的指导下进行，避免出现不良反应或副作用。产妇应在医生的建议下选择适合自己的中药，并按照医嘱用药，避免自行使用中药或超量使用。

3.2 效果评估

3.2.1 排尿情况

护理人员应该密切关注产妇的排尿情况，特别是产后 24 小时内，记录每次排尿的时间、尿量和尿液性状，判断是否存在尿潴留的情况。如果产妇有尿潴留的症状，如尿意明显但排尿困难、尿流弱、尿量少等，应及时采取措施，如进行导尿等。及时解决尿潴留问题可以避免对产妇造成不良影响，如泌尿系感染、尿路结石等。

3.2.2 并发症发生率

及时的评估和处理并发症可以有效地防止病情进一步恶化。尤其是尿路感染，如果不及治疗，会导致严重的感染症状和疼痛，对产妇的身体和心理健康都会造成极大的影响。膀胱扩张和肾盂积水也会增加尿路感染的风险，产生其他更为严重的后果。因此，护理人员在处理产后尿潴留的同时，也需要密切关注并发症的发生和处理。

3.3 存在的问题和不足

3.3.1 护理人员的专业水平不足

产后尿潴留是常见的产后并发症之一，护理人员应该

具备相关的专业知识和技能,及时识别和处理尿潴留问题,避免并发症的发生。如果护理人员的专业水平不足,可能会影响到产后尿潴留的处理效果,甚至可能导致并发症的发生。为了提高护理人员的专业水平,可以开展相关的培训和教育活动,让护理人员了解产后尿潴留的病因、症状、诊断和处理方法,以及相关的预防措施。同时,医院管理部门可以加强对护理人员的考核和评价,鼓励其不断学习和提高专业技能,提高整体的医疗质量和护理水平。

3.3.2 护理措施的不统一

这种情况下,一些医院和护理机构应该建立统一的指导方针,制定标准化的护理方案,以确保所有护理人员在护理产后尿潴留时都遵循相同的操作规程和标准。此外,定期进行培训和教育,提高护理人员的专业水平和操作技能,也是非常重要的。

4 预防和治疗产后尿潴留的护理建议

4.1 针对高危因素的干预措施

4.1.1 生理因素

产后尿潴留的生理因素包括分娩过程中会产生压迫、牵拉等,导致膀胱壁松弛、尿道括约肌损伤等情况。针对这些情况,护理人员可以提醒产妇及时排尿,避免膀胱过度充盈,同时推荐盆底肌肉锻炼,增强盆底肌肉的收缩力。

4.1.2 病理因素

产后尿潴留的病理因素包括膀胱、尿道、直肠、骨盆等疾病的影响。针对这些情况,护理人员需要做好相关的病史询问和体格检查,发现患者的病理因素后,应及时给予针对性治疗,并提供必要的康复训练。

4.1.3 治疗因素

产后尿潴留的治疗因素包括使用含有麻醉药物的局麻和麻醉,以及使用导管等。这些治疗手段都会对产后尿潴留的发生和治疗产生一定的影响。护理人员需要对这些情况有所了解,采取必要的干预措施。

4.2 康复训练

4.2.1 盆底肌肉锻炼

盆底肌肉锻炼是产后尿潴留预防和治疗的重要措施,它可以增强盆底肌肉的收缩力,改善膀胱的支持力,提高尿道括约肌的张力。护理人员可以向产妇介绍盆底肌肉锻炼的方法,并指导其正确使用盆底肌肉。

4.2.2 神经肌肉电刺激

神经肌肉电刺激是通过电刺激作用,促进盆底肌肉的收缩和放松,改善尿流的治疗方法。护理人员可以向患者介绍神经肌肉电刺激的方法,并进行适当的训练和指导。

4.3 围手术期管理

4.3.1 术前准备

在手术前,护理人员需要详细了解患者的病史和手术情况,做好相关的准备工作。在尿道导管插入术中,应注意防止感染的发生,保证手术操作的卫生和无菌。

4.3.2 术后护理

在手术后,护理人员需要密切观察患者的病情变化,及时进行排尿和更换尿布等护理工作。针对尿潴留的患者,应及时进行膀胱康复训练和其他相关治疗,帮助患者恢复正常排尿功能。

总体而言,预防和治疗产后尿潴留需要综合考虑多种因素,包括生理、病理和治疗等因素,并采取相应的护理措施^[3]。护理人员应密切观察患者的病情变化,及时进行护理干预,帮助患者恢复正常的生理功能。

5 结束语

产后尿潴留是产妇术后常见的并发症,给产妇的身体和心理健康带来了不良影响。本文从定义和病因、高危因素、护理研究进展和预防治疗护理建议四个方面分析了产后尿潴留的相关问题。通过本文的介绍,我们可以看出,产后尿潴留的预防和治疗需要护理人员 and 产妇共同努力。护理人员应该根据高危因素采取必要的干预措施,并提供康复训练和围手术期管理。产妇应该积极参与盆底肌肉锻炼,养成良好的排尿习惯。综上所述,产后尿潴留是可以预防和治疗的,护理人员应该提高对该问题的认识和掌握有效的护理措施,为产妇提供更好的护理服务。

参考文献:

- [1] 马彬彬,木菁菁,叶亦巍,杜真真.盆底表面肌电下康复干预对初产妇产后康复质量的影响[J].中国妇幼保健,2021,36(23):5392-5396.
- [2] 徐虹.早期康复干预对初产妇产后盆底功能与结构的影响研究[J].中国妇幼保健,2020,35(09):1654-1656.
- [3] 田冬华.顺产后尿潴留发生的风险因素对照分析与探讨[J].国际感染病学(电子版),2020,9(02):13-14.