

孕期健康教育在妇产科门诊护理中的临床应用分析

付朝文

库伦旗妇幼保健计划生育服务中心 内蒙古通辽 028200

摘要: **目的:** 在妇产科门诊护理中应用孕期健康教育的临床护理效果。**方法:** 以本院 2021 年 2 月至 2021 年 10 月收治的 50 例孕妇作为研究对象, 分为观察组及对照组, 每组 25 例患者。对照组患者给予常规护理, 观察组在常规护理基础上进行孕期健康教育, 以孕期知识掌握程度、负面情绪评分、并发症发生率、护理满意度作为观察指标。**结果:** 观察组各项指标均明显优于对照组 ($P < 0.05$)。**结论:** 在妇产科门诊护理中采用健康教育效果显著, 值得推广应用。

关键词: 孕期健康教育; 妇产科门诊护理; 临床应用

Clinical application of health education during pregnancy in out-patient nursing of obstetrics and gynecology

Zhaowen Fu

Kulun Qi Maternal and Child Health and Family Planning Service Center, Tongliao 028200, Inner Mongolia, China

Abstract: Objective: The clinical nursing effect of pregnancy health education in the outpatient care of obstetrics and gynecology. Methods: 50 pregnant women admitted from February 2021 to October 2021 were taken as the study subjects and divided into observation group and control group, with 25 patients in each group. Patients in the control group were given routine care, and the observation group conducted health education during pregnancy on the basis of routine care. The degree of mastering knowledge during pregnancy, negative emotion score, complication rate and nursing satisfaction were taken as observation indicators. Results: The observation group was significantly better than the control group ($P < 0.05$). Conclusion: Health education in obstetrics and gynecology is effective and applied.

Keywords: Health education during pregnancy; Outpatient nursing in obstetrics and gynecology; Clinical application

妊娠期女性体内激素水平变化显著, 容易引发生理及心理应激反应, 且部分孕妇缺乏对妊娠期的正确认知, 没有接受产前检查或进行科学合理的孕期保健, 导致怀孕期间出现妊娠期糖尿病、高血压等并发症, 对母婴健康造成不利影响; 没有调整生活习惯, 制定合理的饮食方案, 进行针对性的心理干预, 导致孕期出现恐惧、焦虑等不良心理而选择剖宫产手术, 增大分娩风险, 提高并发症发生率。常规的妇科门诊护理不能满足妊娠期女性的护理需求, 需要通过健康教育进一步提升患者认知、纠正心理障碍、减少并发症的发生。基于此, 本次研究选取了 2021 年 2 月-2021 年 10 月本院接受护理的 50 例孕妇作为研究对象, 探讨在妇产科门诊护理中实行孕期健康教育的护理效果, 以便为妇产科门诊护理提供参考。现报道如下:

一、材料与方法

1. 一般材料

本次研究选取在 2021 年 2 月至 2021 年 10 月之间本院收治的 50 例孕妇作为研究对象, 根据随机数字表法, 分为观察组 ($n=25$) 和对照组 ($n=25$), 其中观察组年龄 22-34 岁, 平均年龄 (26.93 ± 3.31) 岁; 孕龄 8-21 周, 平均 (14.53

± 3.24) 周; 产次: 首次 10 例, 1 次 12 例, 2 次及以上 3 例; 文化程度: 高中及以上学历 10 例, 高中以下 15 例。对照组年龄 21-35 岁, 平均年龄 (27.25 ± 3.54) 岁; 孕龄 9-22 周, 平均 (14.73 ± 3.12) 周; 产次: 首次 13 例, 1 次 10 例, 2 次及以上 2 例; 文化程度: 高中及以上学历 15 例, 高中以下 10 例。两组患者的年龄、孕龄、产次、文化程度无统计学意义, $P > 0.05$, 两组具有可比性。本研究所有患者知情同意且经医院伦理委员会批准同意。

2. 方法

对照组采用常规护理措施进行干预, 即孕妇接受常规产检; 集中进行知识宣教; 告知孕期注意事项; 给予饮食运动指导等。

观察组在对照组基础上实行孕期健康教育, 具体内容如下: (1) 知识教育: 在科室选择一名高年资、临床经验丰富的护士作为健康宣教责任护士, 根据孕妇孕周及文化水平的不同, 选择如黑板报、小视频、微信公众号、健康讲座、宣传手册等方式, 宣传孕期注意事项, 科普孕期保健知识, 讲解孕期检查必要性, 提升孕妇对分娩的了解程度。责任护士应主动与孕妇及家属交流, 耐心细致回答患者疑问, 针对性给予知识指导, 如向早期孕妇宣传如何缓解孕期不适, 科普

用药知识,禁止服用喹诺酮类、氨基苷类药物,避免造成胎儿畸形或残疾;孕晚期重点讲解分娩方式,如自然分娩、无痛分娩、剖宫产的优缺点,并指导孕妇进行缓解阵痛的训练等^[1]。(2)饮食教育:孕妇多存在口味偏好,加上孕吐缺乏食欲,会导致营养摄入不平衡、血糖血压控制差、体质量剧增等,护理人员需向孕妇及家属普及健康饮食重要性,再根据孕妇血糖、血压水平制定个体化饮食方案,以绿色、科学、健康为核心,调整饮食结构,增加优质蛋白、水果、蔬菜的摄入量,多补充叶酸、维生素、纤维素等,避免发生便秘。

(3)运动教育:根据孕妇当前情况制订个体化的运动方案,可以选择如孕期瑜伽、分娩体操、散步、广播体操、轻量的家务等运动方式,提升孕妇身体素质,改善机体代谢,促进胎儿发育,为后续分娩提供良好基础^[2]。(4)心理教育:孕妇情绪波动普遍较大,容易出现焦虑、抑郁等不良情绪,护理人员应及时与孕妇沟通,根据不良情绪产生的原因进行针对性的心理干预,通过心理暗示、放松等疗法消除孕妇负面心理,并与家属充分沟通,增强对孕妇的关注程度,协助孕妇保持积极、乐观的情绪,避免不良情绪影响母婴健康。

3.观察指标

(1)对比两组孕妇孕期知识掌握程度,采用我院自拟知识问卷进行考察,满分100分,90分及以上为优秀,80分-90分为良好,<80分为差。总优良率=(优秀+良好)/例数×100%。

(2)对比两组孕妇负面情绪评分。负面情绪评分选用抑郁自评量表(SDS)进行评估,得分越低越健康^[3]。

(3)对比两组孕妇并发症发生率。

(4)采用我院自制的护理满意度量表进行比较,满分为100分,90分及以上为非常满意,60分-90分为满意,<60分为不满意。总满意率=(非常满意+满意)/例数×100%。

4.统计学方法

本次研究中针对孕期知识掌握程度、负面情绪评分、并发症发生率、护理满意度进行数据对比分析,采用SPSS22.0进行统计学计算,计数资料用n或百分比表示,用卡方检验;计量资料用使用t检验($\bar{x} \pm s$), $P < 0.05$,具有统计学意义。

二、结果

1.观察两组患者孕期知识掌握程度对比情况

观察组孕期知识掌握优良率96.00%明显高于对照组孕期知识掌握优良率68.00%, $P < 0.05$,差异有统计学意义。具体数据统计信息见表1。

表1 观察两组患者孕期知识掌握程度对比情况(n, %)

组别	例数(n)	优秀	良好	差	优良率
观察组	25	21	3	1	96.00%
对照组	25	15	2	8	68.00%
χ^2					6.640
P					0.010

2.观察两组患者护理前后负面情绪评分对比情况

护理前,两组孕妇负面情绪对比, $P > 0.05$,差异无统计学意义;护理后,观察组负面情绪评分明显低于对照组, $P < 0.05$,差异有统计学意义。具体数据统计信息见表2。

表2 观察两组患者护理前后负面情绪评分对比情况($\bar{x} \pm s$, %)

组别	例数(n)	护理前	护理后
观察组	25	67.84±10.13	41.22±9.76
对照组	25	68.54±10.23	56.83±14.22
t		0.243	4.525
P		0.809	<0.001

3.观察两组患者并发症发生率对比情况

观察组并发症发生率4.00%明显低于对照组并发症发生率28.00%, $P < 0.05$,差异有统计学意义。具体数据统计信息见表3。

表3 观察两组患者并发症发生率对比情况(n, %)

组别	例数(n)	妊娠糖尿病	产后出血	产后感染	宫内窘迫	新生儿窒息	发生率
观察组	25	0	1	0	0	0	4.00%
对照组	25	1	2	1	2	1	28.00%
χ^2							5.357
P							0.021

4.观察两组患者护理满意度对比情况+

观察组护理满意度96.00%明显高于对照组护理满意度64.00%, $P < 0.05$,差异有统计学意义。具体数据统计信息见表4。

表4 观察两组患者护理满意度对比情况(n, %)

组别	例数(n)	非常满意	满意	不满意	满意率
观察组	25	20	4	1	96.00%
对照组	25	15	1	9	64.00%
χ^2					8.000
P					0.005

三、结论

女性怀孕后身体处于敏感状态,体内激素水平变化显著,导致一系列身心应激反应,出现孕期恶心、呕吐等不适感,且孕妇及家属对孕期缺乏充分的认知,容易在孕期采取不恰当的饮食或运动增加分娩风险,加上孕妇对于分娩的恐惧,容易产生焦虑、烦躁甚至抑郁等负面情绪,严重影响母婴健康^[4]。妊娠期常规护理只能在孕妇入院后提供服务,无法及时准确地对孕妇及家属进行产期科普,导致孕妇产期并发症发生率升高,影响妊娠结果,甚至发生流产。而孕期健康教育时专门为孕产妇开展的特定教育,针对整个孕期进行全面、规范、系统的健康管理,帮助孕妇消除负面情绪,制定合理恰当的饮食运动方案,提升孕期知识了解程度,定期进行产前检查,了解胎儿变化,检测胎儿胎动情况,判断发育情况,多和胎儿互动,保持积极、乐观、期待的心态,从而正确、科学地对待孕期,迎接新生命的到来^[5]。

本研究选取在 2021 年 2 月至 2021 年 10 月之间本院收治的 50 例孕妇作为研究对象,分为观察组 (n=25) 和对照组 (n=25),对照组给予常规护理,观察组在常规护理基础上给予孕期健康教育,研究结果如下:观察组孕期知识掌握优良率 96.00% 明显高于对照组 68.00% ($P<0.05$),表明实行孕期健康教育能够有效提高孕妇对妊娠期的认知程度,掌握正确的孕期健康知识,接受系统科学的孕期保健指导,积极配合孕期检查,实现早预防、早发现、早治疗,保护自身及胎儿的健康;两组孕妇护理前负面情绪对比, $P>0.05$,差异无统计学意义,护理后,观察组负面情绪评分 (41.22 ± 9.76) 明显低于对照组 (56.83 ± 14.22), $P<0.05$,表明孕期健康教育能改善患者心理情况,减少对于分娩的不良心理,帮助孕妇产学会自我调节和适当发泄情绪,保持良好的身心状态,促进和谐家庭关系,避免不良情绪对母婴健康造成影响;观察组并发症发生率 4.00% 明显低于对照组 28.00% ($P<0.05$),表明孕期健康教育能有效降低并发症发生率,有效保障母婴安全,促进产后身体恢复,提高孕妇分娩后生活质量,提升孕妇及家属治疗依从性,加强医患之间的信任关系;观察组

护理满意度 96.00% 明显高于对照组 64.00% ($P<0.05$),表明孕期健康教育能提升护理服务质量,显著提高孕妇及家属护理满意度。孕期健康教育通过专人负责孕期健康知识教育,提升孕妇及家属对孕期和分娩过程的认知程度,积极进行产前检查,接受科学正确的孕期指导,保障母婴健康,避免发生安全问题;通过针对性给予心理干预,调整孕妇的心理状态,减少焦虑、抑郁等负面情绪,保持健康、乐观的心情,促进孕妇自然分娩,改善妊娠结局;通过制定个体化的饮食方案,帮助孕妇控制血压、血糖,避免出现妊娠期高血压、糖尿病等并发症,指导孕妇采取营养均衡的饮食,增强体质,避免超重出现巨大儿造成分娩困难;通过全面规范的运动指导,帮助孕妇依据个人情况选择适当的锻炼方法,提升孕妇身体素质,改善身体状况,促进胎儿发育健康,为后续分娩提供良好的身体基础^[6]。

综上所述,在妇产科门诊护理中采用孕期健康教育能显著提高孕妇对妊娠期的了解程度,改善不良情绪,减少负面心理,促进孕妇顺利分娩,减少并发症的发生,提高护理满意度,建立和谐良好的医患关系。

参考文献:

- [1]龙爱华,焦瑞平,曾建英.妇产科门诊护理中应用孕期健康教育的价值分析[J].中国继续医学教育,2021,13(35):190-193.
- [2]姜雪.孕期健康教育在妇产科门诊护理中的临床效果分析[J].中国医药指南,2021,19(25):158-159.
- [3]柳娜.孕期健康教育在妇产科门诊护理中的临床应用效果[J].心理月刊,2020,15(09):75.[4]张晓丽.孕期健康教育在妇产科门诊护理中的应用效果[J].中国当代医药,2019,26(32):230-232.
- [5]岳玲.孕期健康教育在妇产科门诊护理中的临床应用观察[J].智慧健康,2019,5(24):47-48.
- [6]肖瑶.孕期健康教育在妇产科门诊护理中的临床应用研究[J].心理月刊,2019,14(12):123.