

产前产后护理干预对初产妇母乳分泌的影响研究

张瑞 李艳

中卫市中医医院宁夏中卫755000

【摘要】目的：探究产前产后护理干预对初产妇母乳分泌的影响。方法：选取我院于2022.05-2023.05月收治的88例初产妇作为研究对象，将其按照随机数字表法分为对照组（44例，采用常规护理）与观察组（44例，采用产前产后护理）。对两组的护理效果进行分析。**结果**：两组产妇采取有效护理措施后均取得一定效果，但观察组采用产前产后护理后，其产程时间、母乳分泌情况、母乳喂养率、自我护理能力、护理满意度发生率均优于对照组，差异均有统计学意义（ $P < 0.05$ ）。**结论**：在初产妇护理中采用产前产后护理，可有效降低产程时间，缩短其母乳分泌时间，提高母乳喂养率，提升其自我护理能力，从而提高护理满意度。

【关键词】：初产妇；母乳分泌；产前产后护理

Study on the Influence of Prenatal and Postpartum Care Intervention on Breast Milk Secretion of Primipara

Rui Zhang Yan Li

Zhongwei Traditional Chinese Medicine Hospital Ningxia Zhongwei 755000

Abstract: Objective: To explore the effect of prenatal and postnatal care interventions on breast milk secretion in nulliparous mothers. Methods: A total of 88 primary mothers admitted to our hospital from 2022.05 to 2023.05 were selected as the study subjects, and they were divided into control group (44 cases, using usual care) and observation group (44 cases, using prenatal and postnatal care) according to the random number table method. The effects of care in both groups were analysed. Results: The effective nursing measures were achieved in both groups, but the duration of labor, breast milk secretion, breastfeeding rate, self-care ability and nursing satisfaction incidence in the observation group were better than those in the control group after prenatal and postnatal care ($P < 0.05$). Conclusion: The use of prenatal and postnatal care in the nursing of primary mothers can effectively reduce the duration of labor, shorten the time of breast milk secretion, improve the breastfeeding rate, and improve their self-care ability, thereby improving nursing satisfaction.

Keywords: Nulliparous mother, Breast milk secretion; Prenatal and postnatal care

母乳是产后女性乳房产生的用作哺育新生儿的汁液，母乳内含有碳水化合物、蛋白质、脂肪、维生素、矿物质、脂肪酸和牛磺酸等营养物质，是新生儿降生初期最主要的营养物质来源。母乳含有新生儿成长所需的所有营养和抗体，特别是含有百分之五十的脂肪，除了供给新生儿身体热量之外，还满足其脑部发育所需的脂肪（脑部百分之六十的结构来自于脂肪）。除此之外，哺喂母乳的亲密接触和亲子关系可刺激新生儿脑部及心智发展，同时哺喂母乳又可促进母亲子宫收缩，保持良好身材。但初产妇的身份发生了变化，心理和身体也发生了重大变化。此外，由于对母乳喂养方法缺乏正确的理解，初产妇更容易选择人工喂养新生儿，这影响了其生长发育。因此，需对初产妇采取有效护理措施以提升母乳喂养率。本文研究了产前产后护理干预对初产妇母乳分泌的影响，现报告如下：

1对象和方法

1.1 对象

选取我院于2022.05-2023.05月收治的88例初产妇作为研究对象，将其按照随机数字表法分为对照组：44例，年龄22-38岁，平均（26.41±3.62）岁。孕周37-41周，平均（39.01±1.08）周。新生儿体重3-4kg，平均（3.22±0.28）

kg。其中自然分娩21例，剖宫产23例；观察组：44例，年龄21-37岁，平均（26.37±3.54）岁。孕周38-41周，平均（39.22±0.82）周。新生儿体重3-4kg，平均（3.18±0.22）kg。其中自然分娩18例，剖宫产26例。两组一般资料差异无统计学意义（ $P > 0.05$ ）。**纳入标准**：两组产妇均知晓本次研究内容，且已签署知情同意书；两组均为初产妇，且乳房发育正常；两组均为单胎妊娠；临床资料完整。排除标准：存在妊娠并发症；存在母乳喂养禁忌证；新生儿存在先天性疾病；功能障碍新生儿；胎儿窘迫；存在传染性疾病产妇；合并恶性肿瘤产妇；乳房功能缺陷产妇；存在精神障碍产妇；存在认知功能障碍产妇；依从性较差产妇；中途退出研究者。

1.2 方法

对照组采用常规护理：完善产前临床功能检查，对分娩过程中的风险进行全面评估，通过口腔教育详细介绍围产期预防措施，观察并准确记录产后恢复情况（如出血量、血压等）。

观察组采用产前产后护理，主要包括：

1.2.1 产前护理

(1) 健康教育

走进科室，责任护士向产妇和家人介绍母乳喂养的优

势,组织他们观看母乳喂养的幻灯片和宣传资料,并用模拟人体教授母乳喂养姿势,让产妇和家人对母乳喂养知识有了初步的了解。并向其解释,在住院期间,将得到护士的帮助,鼓励她们母乳喂养的意愿,并建立她们对母乳喂养的信心。

(2) 产妇情绪疏导

一些产妇对分娩和母乳喂养有疑虑甚至焦虑。护理人员应根据他们的个性、偏好和知识水平进行心理咨询,帮助他们尽快培养“母性”意识,保持身心放松,减少恐惧和焦虑等情绪。

(3) 合理安排休息及加强营养

产妇应选择对分娩有益、营养价值高、热量高、维生素C高、能提供乳汁的食物,如鸡肉、肉类、新鲜蔬菜、水果等。少吃多吃,避免过度饥饿或暴饮暴食。同时,要做好日常护理,保证产妇保持良好规律的休息和睡眠,让身体得到充分休息,引导其适当运动,提高体质。有些母亲由于工作原因不能按需要进行母乳喂养,而使用乳制品代替母乳。医务人员应使用门诊和产科学校,并在入院后尽快告知产妇及其家人乳制品代用品的危害,使其坚持正确的母乳喂养知识和信念。

(4) 乳房护理指导

护士指导产妇进行乳房按摩:按摩乳头,一只手托住乳房下部,另一只手轻轻按压乳晕,使其柔软。用拇指、食指、中指三指,轻轻向外拉,垂直于胸部,夹住乳头。按压时,尽量收紧手指,并将位置变换为360度;按摩乳房底部,将乳房向中间推,尽量使两个乳头尽可能靠近,拇指置于腋下,其余手指从乳房下方水平支撑,向内收紧肘部,伸直胸部,双手环绕乳房,用乳房摩擦每只手的手指。

1.2.2 产后护理

(1) 指导母婴早期接触

产后接触和吮吸应尽快进行,建立良好的母婴关系,使产妇在心理上和行为上接受母乳喂养。产后0.5h内早期母乳喂养可以增强宝宝的吮吸能力,因为产后哺乳反射最强,是增强吮吸的好机会。早期的吮吸刺激乳头,反射到大脑皮层,促进催乳素的分泌,通过血液循环到达乳房,建立泌乳反射,促进乳汁的分泌。早期吮吸可以加强母亲和孩子之间的关系,促进母乳喂养。在母乳喂养前不要吃其他食物或用奶瓶喂养新生儿。

(2) 指导产妇正确哺乳姿势

告知产妇挤奶方法。用热毛巾在双乳上敷3-5min,每次温度约为35-40℃,热敷时露出乳头和乳晕。按摩乳房,从底部开始,一直按摩到乳晕,每次5min;如有乳头凹陷,

可用手指拉出乳头或使用乳头负压牵引器矫正乳头凹陷,促进泌乳反射。通知产妇采取正确舒适的喂养姿势,在其背部和手臂上放一个柔软的枕头,放松其肌肉。每次母乳喂养前,产妇首先挤出乳汁,使乳房更柔软;母乳喂养后,轻轻按压新生儿的下巴,慢慢释放乳头,防止乳房受损。建议产妇及其家人食用补充剂和母乳喂养食品,以确保母乳量。如果母乳不足以满足新生儿的需要,应及时查明原因并予以解决。

(3) 指导家属做好产妇情感支撑

做好患者家属的健康宣教,促其能够更好的给予产妇情感支撑及生活照料,与产妇共同适应家庭中的新角色。

1.3 观察指标

对两组产程时间进行对比,包括第一产程、第二产程、第三产程、总产程;对两组母乳分泌情况进行对比,包括母乳分泌时间、24h泌乳量、48h泌乳量、72h泌乳量;对两组母乳喂养率进行对比,包括母乳喂养、人工喂养、混合喂养;采用我院自制自我护理能力评价表对两组进行评估,包括正常生活能力、家庭融入、社会融入、情绪状态,每项均为100分,分数越高,自我护理能力越高;采用我院自制调查表对两组护理满意度进行评估,包括疾病宣教、心理疏导、行为干预、饮食指导,每项均为25分,分数越高,护理满意度越高。

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 χ^2 检验。 $P < 0.05$ 表示数据差异有统计学意义。

2 结果

2.1 两组产程时间对比

观察组第一产程为(315.44±65.34)min、第二产程为(29.46±8.23)min、第三产程为(6.55±2.13)min、总产程为(368.42±68.29)min;对照组第一产程为(355.23±65.24)min、第二产程为(35.54±8.24)min、第三产程为(8.14±2.54)min、总产程为(406.72±72.53)min。观察组产程时间明显低于对照组,差异均有统计学意义($t=2.859$, $P=0.005$; $t=3.463$, $P=0.001$; $t=3.182$, $P=0.002$; $t=2.550$, $P=0.013$)。

2.2 两组母乳分泌情况对比

观察组母乳分泌情况明显优于对照组,差异均有统计学意义($P < 0.05$)。如表1:

表1 两组母乳分泌情况对比($\bar{X} \pm s$)

组别	例数	母乳分泌时间(d)	24h泌乳量(ml)	48h泌乳量(ml)	72h泌乳量(ml)
观察组	44	20.25±6.54	45.54±10.25	112.31±13.25	154.54±14.50
对照组	44	24.67±8.54	35.21±10.13	105.54±13.24	143.31±14.24
t		2.726	4.755	2.397	3.665
P		0.008	0.001	0.019	0.001

2.3 两组母乳喂养率对比

观察组母乳喂养为32(72.73%)、人工喂养为4(9.09%)、

混合喂养为8(18.18%);对照组母乳喂养为22(50.00%)、人工喂养为11(25.00%)、混合喂养为11(25.00%)。

观察组母乳喂养率明显高于对照组, 差异具有统计学意义 ($\chi^2=4.793, P=0.029$)。

2.4 两组自我护理能力对比

观察组正常生活能力为 (70.33 ± 7.63) 分、家庭融入为 (77.07 ± 3.54) 分、社会融入为 (78.92 ± 2.73) 分、情绪状态为 (77.85 ± 6.46) 分; 对照组正常生活能力为 (53.73 ± 7.46) 分、家庭融入为 (62.49 ± 3.46) 分、社会融入为 (69.66 ± 2.27) 分、情绪状态为 (65.38 ± 6.44) 分。观察组自我护理能力明显高于对照组, 差异均有统计学意义 ($t=10.319, P=0.001$; $t=19.538, P=0.001$; $t=17.300, P=0.001$; $t=9.096, P=0.001$)。

2.5 两组护理满意度对比

观察组疾病宣教为 (20.21 ± 3.54) 分、心理疏导为 (22.12 ± 1.39) 分、行为干预为 (21.21 ± 2.54) 分、饮食指导为 (23.02 ± 0.43) 分; 对照组疾病宣教为 (18.31 ± 2.25) 分、心理疏导为 (21.35 ± 1.23) 分、行为干预为 (20.24 ± 1.20) 分、饮食指导为 (22.25 ± 1.83) 分。观察组护理满意度明显高于对照组, 差异均有统计学意义 ($t=3.005, P=0.004$; $t=2.752, P=0.007$; $t=2.290, P=0.024$; $t=2.717, P=0.008$)。

3 讨论

研究证实, 母乳富含乳铁蛋白、牛磺酸和溶菌酶等多种物质。乳铁蛋白可以促进新生儿更好的铁吸收, 而牛磺酸在促进新生儿大脑发育方面具有显著优势。DHA 能有效改善新生儿的视力, 使母乳成为新生儿最好的食物²。然而调查发现, 绝大多数初产妇都受到产后哺乳期晚、哺乳期不足等各种因素的影响。所以产后母乳喂养率不高, 不仅影响母亲的身体健康, 也直接影响新生儿的健康成长。因此, 需对初产妇采取有效护理措施。

在本研究中, 通过对初产妇采取产前产后护理, 观察组产程时间、母乳分泌情况、母乳喂养率、自我护理能力、护理满意度发生率均优于对照组, 差异均有统计学意义 (P

<0.05)。说明其可有效降低产程时间, 缩短其母乳分泌时间, 提高母乳喂养率, 提升其自我护理能力, 从而提高护理满意度。这是因为开展产前产后护理, 通过产前护理、饮食指导、健康教育、心理辅导等方式, 帮助孕妇调整自身状况, 减少自身因素对胎儿的影响。此外, 我们还需要对医院的感染区和非感染区进行划分, 避免交叉感染^B。

在分娩过程中, 由于担心胎儿能否顺利分娩, 孕妇可能会经历焦虑和紧张等负面情绪, 导致子宫收缩和心率加快。这不仅会引起剧烈的疼痛, 还会造成胎儿子宫疼痛的风险。因此, 护理人员需要为孕妇提供足够的支持, 让她们了解自己的进展, 缓解她们过度紧张的情绪。为了从根本上消除新生儿感染的可能性, 我们还需要严格按照无菌要求对病房和医院的每个区域进行消毒。用于侵入性手术的所有管道应尽可能短, 一次性物品应在使用后按要求处理和销毁。它可以有效地切断病毒和细菌在新生儿体内的传播^[5]

综上所述, 在初产妇护理中采用产前产后护理, 可有效降低产程时间, 缩短其母乳分泌时间, 提高母乳喂养率, 提升其自我护理能力, 从而提高护理满意度。

参考文献:

- [1] 刘燕. 探讨产前产后护理对初产妇母乳分泌及喂养的临床影响[J]. 中国社区医师, 2020, 36(25): 178-179
- [2] 陈翠兰, 董毅, 陈翠红. 产前产后护理对初产妇母乳分泌及喂养的影响探究[J]. 中外医学研究, 2021, 19(11): 105-107
- [3] 吴珊. 产前产后护理对初产妇母乳分泌及喂养的临床影响[J]. 湖北科技学院学报(医学版), 2021, 35(03): 256-258
- [4] 黄志洁. 产前产后护理对初产妇母乳分泌时间与母乳喂养率的影响[J]. 实用妇科内分泌电子杂志, 2022, 9(07): 126-128
- [5] 刘春利, 李晓红. 产前产后护理在初产妇母乳分泌中的应用影响分析[J]. 贵州医药, 2023, 47(01): 146-147