

孕期健康教育在妇产科护理中的临床应用

吴园园

东光县中医医院 河北 沧州 061600

【摘要】目的: 本次研究探析孕期健康教育对于妇产科患者的临床护理应用效果。方法: 选择本院2022年5月1日-2023年3月1日的200例产妇作为研究对象, 依据随机、平均的区分方式分为对照组和观察组, 对照组患者实施常规干预, 观察组患者采用孕期健康教育。经过护理后, 对两组患者的剖宫产率、健康知识了解程度、自然分娩率、产后并发症发生率、母乳喂养率5项临床指标进行对比。结果: 从结果上看, 观察组患者在孕期应用健康教育干预, 可以显著提升患者的自然分娩率、降低患者的剖宫产率, 观察组患者结果显著优于对照组, 差异显著, 具有统计学意义($P < 0.05$); 观察组患者采取健康教育, 可以有效提升患者的健康知识了解程度、提高母乳喂养率, 同时还可以有效降低患者的并发症发生。观察组所有数据均显著优于对照组, 两组差异明显, 具有统计学意义($P < 0.05$)。结论: 妇产科产妇在孕期应用健康教育可以提升患者的自然分娩概率、母乳喂养率、健康知识掌握程度。同时, 有效降低患者的并发症发生以及剖宫产概率。在应用过程中, 显著提升了产妇的生活质量, 改善护理效果。因此, 在临床广泛应用健康教育干预孕期产妇护理是可行的。

【关键词】 妇产科; 孕期健康教育; 产妇护理

Clinical Application of Pregnancy Health Education in Obstetrics and Gynecology Nursing

Yuanyuan Wu

Dongguang Hospital of Traditional Chinese Medicine, Hebei Cangzhou 061600

Abstract: Objective: To explore the application effect of pregnancy health education in obstetrics and gynecology patients. Methods: 200 maternal cases enrolled in our hospital from May 1, 2022 to March 1, 2023 were selected as the research objects and divided into a control group and an observation group according to the random and average differentiation method. The patients in the control group received routine intervention, and the patients in the observation group received health education during pregnancy. After nursing, the five clinical indicators of cesarean section rate, health knowledge understanding degree, natural delivery rate, postpartum complication rate, and breastfeeding rate between the two groups were compared. Results: The application of health education intervention during pregnancy in the observation group could significantly improve the natural delivery rate and reduce the cesarean section rate. The observation group was significantly better than the control group, with statistical significance ($P < 0.05$); in the observation group, health education could effectively improve the health knowledge, improve the breastfeeding rate, and effectively reduce the complications of patients. All the data in the observation group were significantly better than those in the control group, and the two groups were statistically significant ($P < 0.05$). Conclusion: The application of health education in obstetrics and gynecology can improve the probability of natural delivery of patients, breastfeeding rate and the mastery of health knowledge. At the same time, it effectively reduces the occurrence of complications and the probability of cesarean section. In the application process, the quality of life has been significantly improved and the nursing effect of the maternal is improved. Therefore, it is feasible to widely apply health education intervention in maternal nursing during pregnancy.

Keywords: Obstetrics and gynecology; Pregnancy health education; Maternal nursing

妇产科产妇由于对分娩的未知恐惧等多种因素影响, 在分娩前容易遭受外界环境的干扰, 导致产妇出现抑郁、焦虑、紧张等不良情绪, 在心理和生理上发生改变, 这种不良事件的发生会导致产妇的分娩风险性上升, 严重威胁产妇的生产安全^[1]。分析其原因, 导致产妇出现上述情况的, 主要是因为产妇对于分娩的相关知识了解不够, 由此产生不良情绪。因此, 在临床护理分娩前产妇时, 要促进患者对相关知识的了解程度, 让产妇保持良好的情绪, 降低分娩时不良事件的发生。有研究指出^[2], 对产妇实施孕期健康教育可以有效改善产妇的心理状态、提高产妇分娩安全性。基于此, 本研究选择本院 200 例产妇参与试验, 对孕期实施健康教育的效果进行验证, 具体试验结果如下。

1 资料与方法

1.1 一般资料

选择本院 2022 年 5 月 1 日 -2023 年 3 月 1 日的 200 例产妇作为研究对象, 依据随机、平均的区分方式分为对照组和观察组。其中, 对照组产妇 100 人。产妇年龄 24-36 岁之间, 平均年龄为 (28.53 ± 0.06) 岁。小学及初中文化水平产妇 8 人、高中文化水平产妇 46 人、大学及以上文化程度产妇 46 人; 观察组产妇 100 人。产妇年龄 23-35 岁之间, 平均年龄为 (28.49 ± 0.04) 岁。小学及初中文化水平产妇 7 人、高中文化水平产妇 48 人、大学及以上文化程度产妇 45 人。两组产妇一般资料无明显差异, 可比较 ($P > 0.05$)。纳入标准: ①所有产妇均在本院实施分娩过程; ②产妇认知功能正常、在试验中配合度高; 排除标准: ①产妇伴随严重心脑血管或肝脏类疾病; ②产妇临床资料缺失, 未签署

试验知情同意书。

1.2 试验方法

1.2.1 对照组应用常规干预

①护理人员对产妇的基础机体指标进行密切关注，实时监测胎儿的各项指标。对产妇的宫缩时间和宫口扩张情况进行观察，对外阴进行基础护理；②护理人员对产妇进行饮食干预、锻炼干预，确保产妇孕产期间饮食规范，减少对辛辣刺激食物的摄入。加强机体锻炼，提高盆底肌肉功能，确保分娩顺利；③对产妇的不良情绪进行干预，并与产妇家属加强沟通，双方共同合作，确保产妇在孕产期间的情绪健康，防止产妇因不良情绪影响分娩过程；④产妇出院前，护理人员对患者进行一对一询问，填写本试验调查量表。

1.2.2 观察组应用孕期健康教育

①护理人员在产妇分娩前将胎儿生产过程向患者讲述，在产妇分娩前指导其进行有氧运动，帮助产妇分娩更加顺利。护理人员根据产妇的机体状况，指导产妇进行科学饮食。减少摄入辛辣刺激性食物，食用食物以易消化食物为主。确保产妇蛋白质、脂肪、维生素等含量摄入，保障产妇的膳食均衡。同时，禁止产妇大量食用高糖食物，导致产妇血糖上升，加重肾脏的负担，对胎儿畸形率产生影响。在蛋白质的摄入上，确保产妇摄入量不要过度。大量摄入蛋白质会导致产妇出现大量组织胺、硫化氢等物质，让产妇出现食欲消减、头晕恶心、腹胀等症状，影响分娩过程。同时，要对高脂肪食物减少食用，防止摄入过多导致中性胆固醇和胆酸的升高；②护理人员在产妇分娩前举行孕期健康教育宣讲会，要求产妇及产妇家属积极参加宣讲会。在宣讲会上向产妇讲述分娩注意事项、孕期运动注意事项、孕期饮食等多项健康教育知识。护理人员指导产妇进行简单的运动，例如瑜伽、健康操等运动，锻炼产妇的盆底肌肉等功能，帮助产妇在分娩过程中顺利生产。对于产妇家属，护理人员要指导家属掌握正确护理产妇的方式，在日常生活中加强与产妇的交流，让产妇保持积极的心态；③在产妇孕晚期阶段，护理人员着重观察产妇的情绪变化，转移

产妇对于分娩的注意力。同时，在与产妇交流的过程中，鼓励产妇选择自然分娩的方式，以此提高产妇及胎儿的预后工作。在产妇生产之前，通过视频展示等方式，将分娩的基础信息告知产妇，让产妇做好心理准备。同时，组织已经生产完成的产妇对生产安全性进行分享，减轻未生产产妇的心理压力；④护理人员告知产妇在生产过程中可能会出现哪些不适，并将应对措施告知产妇。同时，告知产妇如果一直保持不良情绪，会对生产过程造成的负面影响，促使产妇积极应对分娩；⑤护理人员在产妇出院前，了解产妇的健康知识了解程度，以问卷的形式让产妇填写健康教育掌握程度，完成试验量表评估。

1.3 评价标准

本次试验评价标准：①对比两组患者的自然分娩率、剖宫产率、健康知识了解程度、母乳喂养率、并发症发生率；②并发症发生率包括子宫感染、产后出血、产后抑郁症3项内容；健康知识了解程度包括分娩知识、常见并发症知识、并发症预防知识、健康技能（急救技能、保健技能等）。

1.4 统计方法

本次试验中，所有试验数据均采用统计学分析软件SPSS22.0进行分析。对于计数资料采取百分比表示，采用 X^2 表示检验结果，采用 $(\bar{x} \pm s)$ 表示计量资料，t表示检验结果，具有统计学意义（ $P < 0.05$ ）。

2 结果

对照组与观察组临床各项指标对比

本次试验中，通过观察组与对照组的结果对比，观察组患者在孕期应用健康教育干预，可以显著提升患者的自然分娩率、降低患者的剖宫产率，观察组患者结果显著优于对照组，差异显著，具有统计学意义（ $P < 0.05$ ）；观察组患者采取健康教育，可以有效提升患者的健康知识了解程度、提高母乳喂养率，同时还可以有效降低患者的并发症发生。观察组所有数据均显著优于对照组，两组差异明显，具有统计学意义（ $P < 0.05$ ），具体的数据如表1。

表1 对照组与观察组5项临床指标对比（n%）

组别 (n)	自然分娩率	剖宫产率	健康知识了解程度	母乳喂养率	并发症发生率
观察组(100)	73 (0.73)	27 (0.27)	95 (0.95)	90 (0.90)	8 (0.08)
对照组(100)	52 (0.52)	48 (0.48)	61 (0.61)	67 (0.67)	34 (0.34)
X^2	5.672	4.731	6.129	7.082	5.475
P	< 0.05	< 0.05	< 0.05	< 0.05	< 0.05

3 讨论

对于女性而言，孕产期是人生非常重要的一个阶段，特别是对于初次生产的产妇而言，由于缺少妊娠经验，心理负担往往过大，加上对于孕产期的健康知识了解程度不够，容易出现焦虑、抑郁等情绪，影响分娩的安全性^[3-4]。因此，对孕期产妇实施有效的护理措施可以帮助产妇稳定度过妊娠期，保障产妇生产安全性。产妇的健康状态，确保了胎儿的健康，产妇的孕产期情况是保证胎儿成长发育的关键。有研究表明，孕产期产妇实施健康教育可以改善产妇的不良情绪，提升产妇的睡眠质量，保障孕产期的健康状态^[5-6]。

本研究实施的健康教育，主要是在产妇孕产期加强对产

妇的心理干预、饮食干预、康复锻炼干预等。在产妇孕产期间，对产妇的心理状况进行干预，加强与产妇的沟通，深入了解产妇的精神状况，当产妇出现不良情绪时，护理人员及时对产妇进行心理疏导，采取转移产妇注意力的方式，例如让产妇听喜爱的音乐、看视频、看书等方式转移产妇注意力，防止产妇因产前长期处于一种情绪状态，产生焦虑、抑郁等情绪^[7-8]。同时，护理人员通过对产妇家属的健康教育，加强与产妇家属的沟通，让家属能够掌握照顾产妇的正确方式，保障产妇的分娩顺利。

在孕产妇护理期间，如果有伴随基础疾病的产妇，在用药中要严格监督产妇遵循医嘱用药，对于活血和药性比

较大的药物, 评估后根据具体情况可以暂时停止用药, 或者加强用药安全监督, 保障产妇生产顺利。同时, 在产妇孕期, 开展饮食护理干预, 保障患者膳食均衡, 防止摄入高脂肪食物过度提高产妇催乳激素的合成^[9], 增加产妇乳腺癌的发生, 影响产妇健康。在试验中, 还叮嘱产妇减少对牛奶的大量饮用, 以免产妇钙质食物过度摄入, 诱发胎儿发生高血钙症等不良事件, 以及胎儿在出生之后造成身体缺陷, 影响正常发育。同时, 在健康教育过程中, 指导产妇进行锻炼, 增强盆底肌肉功能, 提高分娩安全性^[10-11]。在健康教育实施中, 本研究开展了健康教育宣讲会, 通过视频讲解、健康手册等宣讲方式, 让产妇可以深入了解自然分娩和剖宫产的区别, 明确自然分娩对于胎儿的好处, 提高自然分娩率。此外, 健康教育宣讲会上, 对产妇进行母乳喂养的知识宣教, 确保产妇可以进行母乳喂养, 促进胎儿的正常发育。

本次孕期健康教育在妇产科产妇临床护理应用效果的试验对健康教育应用的效果进行了证实。尤其是健康教育应用以后, 产妇剖宫产率、自然分娩率、健康知识掌握程度、母乳喂养率、并发症发生率均显著改善。同时, 产妇在应用孕期健康教育之后, 生活质量明显提高, 在健康教育的应用过程中, 产妇情绪稳定, 对分娩带来积极影响。健康教育让患者对分娩有了完整的认知, 在分娩后, 产妇也可以以积极的情绪应对机体恢复阶段, 有效降低了产妇产后抑郁等不良事件的发生。在临床中, 孕期健康教育的应用受到了产妇和家属的一致好评, 提升了本院妇产科产妇孕期护理总体工作的质量评价。

从试验结果上看, 观察组患者在孕期应用健康教育干预, 可以显著提升患者的自然分娩率、降低患者的剖宫产率, 观察组患者结果显著优于对照组, 差异显著, 具有统计学意义 ($P < 0.05$); 观察组患者采取健康教育, 可以有效提升患者的健康知识了解程度、提高母乳喂养率, 同时还可以有效降低患者的并发症发生。观察组所有数据均显著

优于对照组, 两组差异明显, 具有统计学意义 ($P < 0.05$)。

综上所述, 妇产科产妇应用孕期应用健康教育对于自然分娩概率、母乳喂养率、健康知识掌握程度 3 项指标有积极影响。同时, 对于改善患者并发症发生有重要意义。孕期健康教育的应用, 显著提升了产妇的生活质量, 改善了产妇分娩阶段的不良情绪。因此, 建议临床大力推广孕期健康教育模式应用于妇产科产妇临床护理。

参考文献:

- [1] 吴楠, 田雪筠. 孕期健康教育在妇产科护理中的临床分析 [J]. 实用妇科内分泌电子杂志, 2022,9(28):101-103.
- [2] 汤兴丽. 孕期健康教育在妇产科护理中的临床意义及价值分析 [J]. 中国社区医师, 2022,38(18):118-119+122.
- [3] 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.
- [4] 赵焕青. 孕期健康教育在妇产科护理中的临床应用效果观察 [J]. 中国农村卫生, 2021,13(12):14-15.
- [5] 陈莹, 杨城, 罗英, 高毅, 席雯. 孕期健康教育在妇产科护理中的临床应用价值 [J]. 医学食疗与健康, 2020,18(19):189+191.
- [6] 侯伟. 妇产科护理工作中孕期健康教育的临床应用及效果观察 [J]. 医学食疗与健康, 2020,18(18):154+156.
- [7] 唐丹. 孕期健康教育在妇产科护理中的临床观察 [J]. 人人健康, 2020(14):334-335.
- [8] 韦元元, 雷晓吟. 孕期健康教育在妇产科护理中的效果评价 [J]. 临床医药文献电子杂志, 2020,7(54):94-95.
- [9] 李蕊, 张燕. 孕期健康教育在妇产科护理中的应用探讨 [J]. 中西医结合心血管病电子杂志, 2020,8(16):90.
- [10] 龙梅. 孕期健康教育在妇产科护理中的应用分析 [J]. 心理月刊, 2020,15(13):107.
- [11] 何爽. 孕期健康教育在妇产科护理中的临床观察研究 [J]. 中国农村卫生, 2020,12(08):34.