

目标性心理护理对产妇产后心理状况的改善作用探讨

舒 婕

(重庆医科大学附属第二医院江南院区 重庆 400010)

【摘要】目的：探讨目标性心理护理对产妇产后心理状况的改善作用。**方法：**时间选择于2019年5月-2020年6月在院接生100例产妇患者为本次研究对象，采用电脑随机分组，分为观察组与对照组，每组各为50例，观察组进行目标性心理护理，对照组进行常规性护理，观察两组心理状况、产后出血量。**结果：**观察组产后无抑郁42(84.00%)、无焦虑41(82.00%)优于对照组33(66.00%)、35(70.00%)， $P < 0.05$ ，观察组产后出血发生率低于对照组、出血量少于对照组， $P < 0.05$ 。**结论：**实施目标性护理后，对产妇抑郁以及焦虑的心理状态有明显改善，并能帮助产妇降低产后出血发生以及出血量，值得研究和推广。

【关键词】目标性心理护理；产后；改善

由于女性生产过程较为复杂及漫长，生产过程是否顺利有许多因素，若产妇生产时心理状况不稳定也会引起难产的现象^[1]。临床中，产后出血是很常见的症状，时刻影响产妇的健康，严重时造成产妇死亡，本次是探讨目标性心理护理对产妇产后心理状况的改善作用。内容如下：

1 资料 / 方法

1.1 基线资料

以产妇患者为本次的研究对象，分为观察组与对照组。纳入标准：①确保产妇患者；②年龄20-40岁；③无胎位不正；④骨盆测量符合要求。排除标准：①有沟通障碍；②伴有其它并发症；③精神病患者或既往有精神病史者。

对照组50例；年龄20-38岁，平均年龄(29.65±2.51)岁。观察组50例；年龄20-40岁，平均年龄(30.51±2.35)岁。两组患者的临床症状、年龄相比较，差异无统计学意义($P > 0.05$)，具有相对可比性。

1.2 方法

对照组实施常规护理：告知生产相关的小知识，让产妇了解并熟记，以免生产时产妇情绪不稳定，增强生产难度，适当运动帮助生产过程顺畅，情绪不稳定时及时疏导，保证产妇情绪稳定进入产房。

观察组实施目标性心理护理：①产前心理护理：在产妇入院后给予介绍病房环境以及护理相关措施，与产妇建立好关系，帮助产妇尽快适应崭新的环境，讲述生产知识，以及如何配合和生产过程技巧，如何提高产妇自我护理和照顾新生儿等相关内容，减轻产妇不良的心理压力，增强患者信心。②产程护理：助产护士时刻与产妇进行交流，告知胎儿各方面正常，给予加油打气，告知产妇放松心情，适当可补充运动饮料，增强产妇体力，对需要的产妇进行腰部以及腰骶部位按摩，直到快生产时结束，也可传授按摩方法，让产妇家属帮助完成。③产后护理：由于产妇哺乳过程中喂养方式不正确，导致产妇情绪焦躁不安、恐惧紧张，各种不良反应导致分泌儿茶酚胺，使产妇产宫收缩无法恢复，加重产后出血的发生，需帮助产妇以正确的哺乳方式进行喂养，减轻产妇不良心理情绪，产妇心情愉悦，更利于子宫收缩，降低产后出血情况^[2]。

1.3 观察指标

对比两组患者心理状况、产后出血。

1.4 统计学方法

此次研究中计数资料、计量资料分别用 χ^2 检验、t检验，统计学处理选择SPSS24.0软件， $P < 0.05$ 表示对比数据存在明显差异。

2 结果

2.1 对比2组两组患者的产后心理状态

观察组产后无抑郁42(84.00%)、无焦虑41(82.00%)、优于对照组33(66.00%)、35(70.00%)， $P < 0.05$ 。如表1：

表1：两组产后心理状态对比(%)

组别	抑郁		焦虑	
	有	无	有	无
观察组 n=50	8 (16.00)	42(84.00)	9 (18.00)	41 (82.00)
对照组 n=50	17(34.00)	33 (66.00)	15(30.00)	35 (70.00)

注：与对照组相比， $P < 0.05$

2.2 观察两组比较产后出血发生

观察组产后出血发生率低于对照组、出血量少于对照组， $P < 0.05$ 。如表2：

表2：两组产后出血发生情况($\bar{x} \pm s$, %)

组别	产后出血	产后2h出血量(ml)
观察组 n=50	2 (4.00)	134.35 ± 47.17
对照组 n=50	8 (16.00)	248.28 ± 50.12

注：与对照组相比， $P < 0.05$

3 讨论

生产是指胎儿离开母体，成为一个新个体的必经过程，虽然生产是女性常见的自然现象，但孕妇到母亲的角色转换，需要经过一段时间的剧痛，会给产妇带来了无法避免的刺激，产力、产道、胎儿和心理情绪都是严重影响是否能顺利生产，任一个因素发生都会使生产受到阻碍，其中最为重要的是心理状况，如生产期间产妇情绪不稳定会延长产程时间，而心理情绪良好会使产程顺畅，产妇精力足，产后出血量少，反之产妇疲劳以及焦虑过度，会产生子宫收缩缓慢，疼痛明显，产程延长，产后大量出血的发生^[3]。

如今，随着现代医学水平提高，人们逐渐开始关注产妇的心理状况，进一步了解有效的护理对于产妇的重要性，对妊娠和生产有全方面的认识，产妇和家属极为希望生产过程顺利，迫切需要医护人员的帮助和鼓励，目标性心理护理是针对产妇自身情况订制全方面的护理方案，帮助产妇恐惧不安和焦虑的心理情绪，可缩短产程时间，建立良好的护患关系，服务到位，耐心指导，更能取得产妇及家属信任和配合，不断提升护理水平。本次研究，观察组产后无抑郁42(84.00%)、无焦虑41(82.00%)、优于对照组33(66.00%)、35(70.00%)， $P < 0.05$ 观察组产后出血发生率低于对照组、出血量少于对照组， $P < 0.05$ 。说明目标性心理护理对产妇产后心理状况有明显改善，产妇情绪良好，产后出血量少。

综上所述，经过目标性心理护理后，产妇心理状况稳定，产后恢复更快，值得进一步推广应用。

参考文献：

- [1] 狄华. 人性化理念对产妇产后睡眠状态的影响[J]. 中国健康心理学杂志, 2019,27(1):86-88.
- [2] 孔晓晴. 针对性心理护理对初产妇产后不良心理的改善作用研究[J]. 中国医药指南, 2019,17(4):206.
- [3] 张春容, 梁曼. 延续性护理干预对产妇产后疲乏程度及心理状态的影响[J]. 广西医科大学学报, 2019,36(8):1388-1390