

产后护理干预对母乳喂养率及持续时间的改善作用

邹杰琼

蚌埠市第三人民医院 安徽蚌埠 233000

【摘要】目的：研究产后护理干预对母乳喂养率及持续时间的改善作用。方法：抽取2022年1月-2023年12月80例产妇，以随机抽签法分对照组（n=40）、观察组（n=40），分别给予常规和精细化护理。对比两组母乳喂养率、母乳喂养持续时间。结果：观察组纯母乳喂养较对照组更高， $P<0.05$ 。观察组首次母乳喂养时间低于对照组，母乳喂养持续时间高于对照组， $P<0.05$ 。结论：产后精细化干预的实施，可提升母乳喂养率，延长母乳喂养持续时间，具有推广价值。

【关键词】产后；护理干预；初产妇；持续时间

妊娠作为女性的特殊阶段，承受较大的生理、心理压力，而在产后也面临着疼痛、激素变化等因素的影响，加上母乳喂养导致的不适应感，直接影响母乳喂养率^[1]。但是母乳作为新生儿最佳食物，营养价值高，对于新生儿的生长发育更加有利，因此需要给予产科学科的护理指导，帮助产妇解决母乳喂养中的问题，掌握正确的喂养方法，减少机体损伤，为新生儿提供充足的营养^[2]。精细化护理以在对现有护理问题进行分析的基础上设计各项护理措施，并查阅大量文献资料保证其合理性，后将证据相关的措施通过实践论证，确定可行性后确定最终护理方案，协助产妇解决母乳喂养中存在的问题，指导产妇进行自我管理，掌握正确的护理方法，提升护理质量^[3]。本文对产后护理干预对母乳喂养率及持续时间的改善作用进行分析，研究如下：

1 资料与方法

1.1 一般资料

抽取2022年1月-2023年12月80例产妇，以随机抽签法分对照组（n=40）、观察组（n=40）。对照组：年龄18-37岁，平均（ 27.63 ± 2.76 ）岁，胎儿出生孕周38-41周，平均（ 39.76 ± 2.11 ）周；观察组年龄18-37岁，平均（ 27.58 ± 2.81 ）岁，胎儿出生孕周38-41周，平均（ 39.76 ± 2.11 ）周。数据可比， $P>0.05$ 。

纳入指标：单胎妊娠，足月分娩；乳房、乳头发育良好；无孕期合并症、并发症、喂养禁忌症；孕妇本人或者家属同意加入，签署知情同意书。

排除指标：无自主沟通能力；合并精神障碍；乳腺炎、传染性疾病；产后母婴分离；中途退出。

1.2 方法

对照组-常规护理：讲解母乳喂养方法和产后乳房护理注意事项，发放宣传手册，尽早进行母婴接触和吸吮，在吸吮的过程中对于错误姿势和方法进行纠正。

观察组-精细化护理：①母婴早期接触精细化。在产后30min即可将

裸体新生儿放于产妇胸前，并协助新生儿吸吮乳头，产后1h再次帮助新生儿吸吮，形成吸吮反射，促进早期泌乳。母婴24h同室，各项医疗、护理操作不得使母婴分离1h以上，并按照小儿需求哺乳，不使用奶瓶，特殊需要加奶婴儿，使用小杯、小勺、乳旁加奶器，避免出现乳头错觉。

②知识宣教精细化。结合产科学学历层次、理解能力制定宣教方案，对于理解不到位产妇可使用动画、视频的方式介绍喂养流程和方法，播放同时护理人员从旁指导，对重点内容反复强调，并鼓励产妇提出疑问，为其答疑解惑。在视频展示结束后，要求产妇复述知识点，及时纠正认识偏差，对于未能完全掌握的知识则反复强调，加深印象，更好的掌握喂养知识。③乳房护理精细化。对产妇产后乳头和泌乳情况进行监控，发现乳房肿胀、乳腺炎、乳房疼痛、乳腺管阻塞及时处理。产后4d对产妇乳房进行按摩，通过螺旋式按摩的方式刺激乳房边缘至乳头部位，操作期间保证准确性好力度，以产妇耐受度为评价标准，每日按摩3次，早中晚各1次，每次20min。使用热毛巾对乳房湿敷，毛巾温度控制在45-50℃之间，每次时间10min，每日1次。

④心理指导精细化。产妇在面临新生命时存在焦虑、忐忑的情绪，护理人员需加强与产妇的沟通，引导其说出排斥母乳喂养的原因，对于生理方面如不泌乳等，告知医生进行相应的治疗干预。对于心理因素，讲解母乳喂养的优势，纠正错误认知，指导产妇尝试母乳喂养，提升认同感。

1.3 观察指标

- （1）母乳喂养率分析，统计纯母乳、混合喂养、奶粉喂养发生率。
- （2）母乳喂养时间分析，指标包括首次母乳喂养时间、母乳喂养持续时间。

1.4 统计学处理

各观察指标数据经SPSS23.0统计学软件包统计分析，用n(%)表示计数资料， χ^2 检验，($\bar{x} \pm s$)表示计量资料，t检验，若对比结果差异显著且 $P<0.05$ ，则具有统计学意义。

2 结果

2.1 母乳喂养率分析

观察组纯母乳喂养较对照组更高, $P < 0.05$, 详见表 1。

表 1 母乳喂养率分析[n (%)]

组别	纯母乳喂养	混合喂养	奶粉喂养	母乳喂养率
对照组 (n=40)	15	13	12	28 (70.00)
观察组 (n=40)	20	16	4	36 (90.00)
χ^2	--	--	--	5.000
P	--	--	--	0.025

2.2 母乳喂养时间分析

观察组首次母乳喂养时间低于对照组, 母乳喂养持续时间高于对照组, $P < 0.05$, 详见表 2。

表 2 母乳喂养时间分析 ($\bar{x} \pm s$)

组别	首次母乳喂养时间 (d)	母乳喂养持续时间 (月)
对照组 (n=40)	3.21 ± 0.65	5.43 ± 1.45
观察组 (n=40)	1.22 ± 0.34	13.65 ± 2.33
t	17.157	18.944
P	0.000	0.000

3 讨论

母乳属于新生儿的优质食物, 营养丰富, 易消化吸收, 蛋白质、脂肪、糖比例适宜, 其中蛋白质以乙糖为主, 促使肠道乳酸杆菌的生长, 钙磷比例适宜, 更加容易消化吸收, 对新生儿的生长发育有利^[4]。但是在对产妇进行实际调查发现, 目前存在母乳喂养率不高的问题, 与母乳喂养知识了解不足、乳房在哺乳过程中护理不当导致皲裂、哺乳疼痛等存在联系, 因此需要通过多种方法为产妇解决问题, 科学指导母乳喂养。精细化护理从问题出发制定护理措施, 对护理流程进行优化, 更加重视细节, 使各项护理措施的精细化程度得到提升, 以保证护理质量^[5]。

数据分析显示, 观察组纯母乳喂养较对照组更高, $P < 0.05$ 。观察组首次母乳喂养时间低于对照组, 母乳喂养持续时间高于对照组, $P < 0.05$ 。分析原因: 精细化护理从引发问题的细节入手制定各项护理措施, 与常规护理相比在护理流程上更加规范, 充分满足产妇的护理需求, 优化护理程度, 整体的应用价值高; 精细化管理注意对早期接触的干预, 分娩后尽早进行母婴接触可加强产妇与新生儿的交流^[6], 通过目光、肌肤触感和亲吻等方法, 刺激产妇泌乳, 并进行早期吮吸, 对乳房进行直接刺激, 也可刺激早期乳汁分泌, 尽早实现母乳喂养。强化对母乳喂养知识的普及, 通过视频、动画等方法使产妇对母乳喂养存在直观的感受, 并在播放视频、动画的过程中给予现场指导^[7], 一对一教学, 使产妇对于正确的母乳喂养知识掌握更加全面准确, 防止不正确喂养方法对乳房造成的伤害, 提升其对母乳喂养的接受度。同时加入精细化的知识掌握抽查, 让

产妇复述操作流程和注意事项^[8], 确保产妇掌握正确的操作步骤和方法; 加强对乳房的护理, 产后乳房胀痛导致产妇各种不适反应, 造成哺乳困难, 并且婴儿在吮吸时因乳房胀硬不宜含住乳头, 因此对乳房进行按摩与热敷, 使部分阻塞乳腺管保持畅通, 使母体乳汁分泌提前, 增加母乳喂养信心。同时热敷和按摩还可减低胀痛, 增加乳房皮肤的抵抗力和韧性^[9], 也可显著提升母乳喂养率。在护理中加入精细化心理指导, 对于不愿进行母乳喂养产妇, 不可强行科普, 而是引导产妇说出其中的原因, 生理方面的因素给予科学的护理指导, 包括药物使用等, 及时恢复至正常可哺乳状态, 提升产妇哺乳信心。而对于心理因素, 则通过询问其对自身孕期疾病情况、母乳喂养的了解程度, 普及母乳喂养的优势和操作流程, 提升自我效能。

综上所述, 产后精细化干预的实施, 可提升母乳喂养率, 延长母乳喂养持续时间, 并提升产妇自我护理能力, 具有推广价值。

参考文献:

- [1] 王小莲, 张万慧. 产房早期护理干预联合健康宣教对产后母乳喂养成功率及乳汁分泌状况的影响[J]. 中外女性健康研究, 2023(5): 18-19.
- [2] 刘小燕, 徐灵华, 周玲. 赋能教育护理干预对初产妇母乳喂养知识掌握率、母乳喂养成功率的影响[J]. 齐鲁护理杂志, 2023, 29(15): 163-165.
- [3] 彭毅萍, 刘慧苹. 以促进角色适应为目标的优质护理服务对高龄足月初产妇纯母乳喂养率、心理弹性及主观幸福感的干预效果[J]. 河南医学研究, 2023, 32(23): 4398-4401.
- [4] 宋美花. 责任亲情交互护理干预策略对高龄初产妇剖宫产术后BSES评分及母乳喂养率的影响[J]. 航空航天医学杂志, 2021, 32(9): 1119-1121.
- [5] 李娜, 许琼. 抚触护理联合行为干预在新生儿黄疸中的护理效果及对母乳喂养成功率的影响研究[J]. 山西医药杂志, 2021, 50(20): 2972-2975.
- [6] 江丽珠, 江丽平. 以微信平台为基础的延续性护理干预对产妇母乳喂养行为及睡眠质量的影响[J]. 世界睡眠医学杂志, 2023, 10(1): 69-71, 75.
- [7] 曾雅建, 张丽梅, 连机妹. 产房护理中细节化护理干预对产妇心理状态、睡眠质量及母乳喂养的影响[J]. 世界睡眠医学杂志, 2023, 10(3): 516-519.
- [8] 陈舜妹, 吕巧玲, 蒋春梅, 等. 强化风险护理联合行为干预对新生儿黄疸蓝光照射安全性及母乳喂养情况的影响[J]. 中外医学研究, 2023, 21(8): 94-97.
- [9] 任红, 宣静, 姚雅鸿. 环境干预结合伴侣参与式护理对初产妇母乳喂养自我效能和角色转换的影响[J]. 国际护理学杂志, 2024, 43(4): 671-676.