

产后护理对初产妇产后泌乳及并发症的研究

张云红

河北省邢台市第九医院巨鹿县医院 河北 邢台 055250

摘要：目的：探讨在初产妇产后实施产后延续护理对其产后泌乳以及并发症的影响。**方法：**选取 2021 年 1 月到 2022 年 1 月期间我院收治的初产妇，共有 80 例纳入本次研究。将产妇随机编号并按 1:1 的比例分成 2 组，对照组在产后护理中施以常规护理，研究组在产后护理中施以产后延续护理，重点比较产后不良情绪评分、产后泌乳情况、产妇自我效能提升情况、喂养形式以及产后并发症发生情况。**结果：**两组产妇比较，研究组焦虑抑郁评分较低， $P < 0.05$ ；两组产妇比较，研究组初次泌乳时间较短，产后初、产后 3 天、1 周及 2 周时泌乳量均较多， $P < 0.05$ ；两组产妇比较，研究组产妇自我效能评分较高， $P < 0.05$ ；两组产妇比较，研究组母乳喂养率较高， $P < 0.05$ ；两组产妇比较，研究组产后并发症发生率较低， $P < 0.05$ 。**结论：**在初产妇产后施以产后延续护理可提升其自我效能，缩短泌乳时间，增加泌乳量并提高母乳喂养率，建议推广应用。

关键词：初产妇；产后护理；延续护理；泌乳量；母乳喂养；并发症

Study of Postpartum Nursing on Postpartum Lactation and Complications of Primiparas

Yunhong Zhang

Julu County Hospital, The Ninth Hospital of Xingtai City Hebei Xingtai 055250

Abstract: Objective: To investigate the effect of postpartum continuous nursing on postpartum lactation and complications of primiparas after delivery. Methods: A total of 80 primiparas admitted to our hospital from January 2021 to January 2022 were included in this study. The parturient women were randomly numbered and divided into 2 groups in the ratio of 1:1. The control group was given routine care during postpartum care, and the research group was given continuous care during postpartum care, focusing on the comparison of postpartum bad mood score, postpartum lactation, maternal self-efficacy improvement, feeding form and postpartum complications. Results: The anxiety and depression score of the study group was lower than that of the two groups, $P < 0.05$; Compared with the two groups of puerpera, the study group had a shorter time of first lactation, and more milk at the beginning of postpartum, 3 days postpartum, 1 week postpartum and 2 weeks postpartum, $P < 0.05$; The maternal self-efficacy score of the study group was higher, $P < 0.05$; The study group had a higher rate of breastfeeding, $P < 0.05$; The incidence of postpartum complications was lower in the study group ($P < 0.05$). Conclusion: Postpartum continuous nursing can improve self-efficacy, shorten lactation time, increase lactation volume and improve breast-feeding rate of primiparas after delivery. It is recommended to be popularized and applied.

Keywords: Primipara; Postpartum nursing; Continuous nursing; Lactation; Breastfeeding; Complications

产褥期是产妇分娩后身体各器官以及心理恢复的关键时期，而初产妇因初次分娩，在分娩时消耗较大的体力与气血，加上身份的转变，很容易产生焦虑、抑郁等不良情绪，而生理及心理的诸多因素导致其泌乳量较少，母乳喂养较为困难^[1-2]。母乳喂养是目前广为推广的喂养方式，母乳富含营养素以及免疫因子，是新生儿最为理想的天然食物，母乳喂养的新生儿生长发育较好，也有助于降低成年后罹患肥胖与慢性疾病的风险^[3-4]。为了提升产妇产后泌乳量，需在其产后提供有效的护理干预。延续性护理能够在产妇出院后依然得到优质的护理服务，本次研究以 2021 年 1 月到 2022 年 1 月期间我院收治的 80 例初产妇为例，主要探讨在初产妇产后实施产后延续护理对其产后泌乳以及并发症的影响，汇报如下。

1 资料与方法

1.1 一般资料

选取 80 例我院收治的初产妇，将产妇随机编号并按 1:1 的比例分成 2 组，对照组纳入 40 例，年龄及平均值 22-32 (26.48±1.43) 岁，产后住院时间及平均值 3-6 (4.53±0.24) 天；研究组纳入 40 例，年龄及平均值 23-33 (26.85±1.52) 岁，产后住院时间及平均值 4-7 (5.03±0.18) 天，一般资料经统计学计算 $P > 0.05$ 。纳入标准：（1）均为单胎；（2）产妇及家属在知情下参与研究，自愿配合医护人员填写调查表。排除标准：（1）认知功能障碍导致无法与医护人员正常交流；（2）合并恶性肿瘤疾病；（3）心脑血管疾病或肝肾等脏器功能衰竭者。

1.2 方法

对照组：对该组产妇施以常规护理，对产妇进行产后康复指导，包括子宫复旧、催乳、母婴同室以及哺乳等。

研究组：对该组产妇施以产后延续护理。

(1) 建立延续护理小组，组员需具备专业的理论知识与实践操作技能，掌握产后护理重点，定期对其培训，确保能够为产妇提供专业性的护理服务。将产妇的个人信息详细登记，包括姓名、联系电话、家庭住址等以便日后上门随访。定期开展小组会议就近期的护理问题进行总结并提出改进措施，提升护理人员产褥期护理技能，根据产妇的具体情况制定个体化延续护理服务。

(2) 产后健康宣教与心理疏导，密切监测产妇血压、体温等生命体征指标，观察产妇产后的心理状态、饮食情况以及睡眠质量，检查产妇的乳房是否有皲裂、红肿等症状，关注产妇子宫复旧的情况、会阴或腹部切口愈合的状态、阴道恶露量等。为产妇讲解产褥期的健康知识，加强产妇产后自我保健意识并积极预防并发症，让其认识到母乳喂养的重要性并指导其正确的母乳喂养方式。在与产妇聊天过程中观察产妇的情绪，适当对其进行心理疏导并与其家属沟通多陪伴产妇并给予心理支持，若产妇存在严重的并发症则需要来院就医。

(3) 哺乳期护理：指导产妇乳房按摩的方式并为产妇做示范，在哺乳期需要提前对乳房进行按摩，先用温热的毛巾施以热敷，3分钟左右即可，用食指、中指和无名指沿着乳房底部螺旋式按摩到乳晕部分。在实施按摩的过程中要掌握好力度，不可力度过大避免引起乳房疼痛。产妇在哺乳结束后再次对乳房进行按摩，按摩的顺序沿着乳房的边缘向乳晕部分施以按压，每次按摩10次左右即可。按摩力度让产妇掌握好，按压次数也要适度，边示范边向产妇针对按摩的目的、方法以及注意事项等进行详细讲解，提高产妇的重视度，学会自行按摩。同时，教会产妇运用耳穴压豆的方式进行按摩，常规消毒耳穴后使用王不留行籽进行按压，将王不留行籽贴在耳穴处适当增加压力，以产妇感到有轻微的酸胀、发麻感为宜，每天按摩3-5次，每次按摩1~2分钟，耳廓发热即可。

(4) 饮食护理：产后需要对产妇加强营养支持，以优质蛋白与富含维生素的食物为主，可在合理范围内多食用动物性食物与海产品等富含维生素A的食物，建议每餐都有蔬菜，多吃新鲜的水果，适量吃坚果、豆制品以及奶制品，推荐每周吃280-525g鱼类、畜禽肉类、蛋类等。禁食咖啡与浓茶，禁烟酒，坚持哺乳，保证充足的睡眠，树立科学、健康的营养观，保持规律的生活作息以及健康的饮食结构。

1.3 观察指标

(1) 对比不良情绪评分，SAS使用焦虑自评量表，得分高表示焦虑症状严重，焦虑症状：50-59分记为轻度，60-69分记为中度，≥70分记为重度。SDS使用抑郁自评量表，得分高表示抑郁症状严重，抑郁症状：53-62分记为轻度，63-72分记为中度，≥73分记为重度。

(2) 对比产妇产后泌乳情况。

(3) 对比产妇自我效能，使用分娩自我效能量表(CBSEI-C32)，包括OE-16结果期望、EE-16自我效能期望两个维度32个条目，每个条目1-10分，得分越高的产妇说明其自我效能越好。

(4) 对比喂养形式。

(5) 对比并发症发生率。

1.4 统计学分析

使用SPSS 23.0软件对研究中出现的数据进行分析与处理，描述计量资料，符合正态分布，t值进行数据检验；(%)描述计数资料， χ^2 值进行数据检验。当结果计算得出 $P<0.05$ 说明有统计学意义。

2 结果

2.1 对比不良情绪(SAS/SDS)评分

护理前，对照组SAS评分(47.23±4.92)分，SDS评分(42.32±4.23)分；研究组SAS评分(47.17±5.11)分，SDS评分(42.25±4.34)分，两组比较差异不明显， $T=0.0535$ 、 0.0731 ， $P>0.05$ 。

护理后，对照组SAS评分(35.72±4.02)分，SDS评分(36.93±5.33)分；研究组SAS评分(27.66±3.43)分，SDS评分(27.82±5.12)分，两组比较，研究组分数较低， $T=9.6464$ 、 7.7958 ， $P<0.05$ 。

2.2 对比泌乳情况

对照组产后初次泌乳时间(30.15±2.42)h，产后初泌乳量(45.35±2.63)ml，产后3天泌乳量(39.45±3.15)ml，产后1周泌乳量(65.48±3.45)ml，产后2周泌乳量(81.44±3.85)ml；

研究组产后初次泌乳时间(18.28±2.56)h，产后初泌乳量(53.14±2.73)ml，产后3天泌乳量(62.74±3.43)ml，产后1周泌乳量(86.85±3.44)ml，产后2周泌乳量(102.42±4.23)ml，两组产后泌乳情况比较，研究组初次泌乳时间较短，产后初、产后3天、1周及2周时泌乳量均较多， $T=21.3106$ 、 12.9970 、 31.6297 、 27.7415 、 23.1985 ， $P<0.05$ 。

2.3 对比产妇自我效能评分

护理前，对照组OE-16评分(105.22±13.35)分，EE-16评分(127.85±15.33)分，总分(236.42±10.56)分；研究

组OE-16评分(104.85±13.28)分,EE-16评分(126.47±15.29)分,总分(235.75±10.44)分,两组比较无显著差异,T=0.1243、0.4031、0.2854,P>0.05。

护理后,对照组OE-16评分(110.52±12.63)分,EE-16评分(130.53±11.35)分,总分(247.53±15.85)分;研究组OE-16评分(131.25±12.74)分,EE-16评分(148.75±12.53)分,总分(277.45±16.23)分,两组比较,研究组各项分数较高,T=7.3084、6.8160、8.3415,P<0.05。

2.4 对比喂养形式

对照组:母乳喂养17例(42.50%),混合喂养15例(37.50%),人工喂养8(20.00%),母乳喂养率80.00%;

研究组:母乳喂养25例(62.50%),混合喂养13例(32.50%),人工喂养2(5.00%),母乳喂养率95.00%,两组相比,研究组母乳喂养率更高,X²=4.1143,P<0.05。

2.5 对比并发症发生率

对照组:乳腺炎4例(10.00%),乳房胀痛5例(12.50%),并发症发生率22.50%;

研究组:乳腺炎1例(2.50%),乳房胀痛1例(2.50%),并发症发生率5.00%,两组相比,研究组并发症发生率较低,X²=5.1647,P<0.05。

3 讨论

产褥期产妇机体各系统与器官逐渐恢复正常运行,通过增加胃酸来恢复消化系统的功能,通过排尿以及排汗等来减少血容量等。产褥期产妇的情绪会有较大的波动,很容易受

到外界刺激而产生焦虑、抑郁、恐慌等负面情绪,不利于机体的恢复,严重者甚至会产生产后抑郁等不良心理症状,因此,有必要对产妇加强延续性护理工作^[5-6]。产后延续护理是产妇产后重要的保健工作项目,通过对产妇出院后实施延续性护理提高产妇的自我保健意识,通过健康教育、心理疏导加强产妇母乳喂养的意识与能力,在延续护理期间护理人员能够及时发现产妇的健康状况、心理状态以及存在的问题,能够及时地与产妇沟通并给出改进的措施,通过饮食护理增加产妇的营养水平,可促进母乳质量的提升,同时指导产妇进行乳房的按摩也有助于缩短产妇产后泌乳时间并增加泌乳量^[7-8]。延续护理能够更细致、更全面的给予患者院外护理服务,可与医护人员建立长期联系,有任何问题都可随时咨询,有助于提高患者的治疗依从性,不仅帮助产妇恢复健康,通过进一步提高了产妇产褥期的保健质量^[9-10]。在本次研究中对研究组产妇施以产后延续护理,与常规护理的对照组相比,研究组焦虑抑郁评分较低;研究组初次泌乳时间较短,产后初、产后3天、1周及2周时泌乳量均较多;研究组产妇自我效能评分较高;研究组母乳喂养率较高;研究组产后并发症发生率较低,P<0.05。

综上所述,在初产妇产后施以延续护理可有效增加其泌乳量,提高母乳喂养率,减少产后并发症发生率,提升产妇自我效能,可将延续护理广泛应用于产妇产后的护理工作中。

参考文献:

- [1] 陈婷婷.4C延续性护理管理模式对产妇产后哺乳技能与喂养方式的影响研究[J].母婴世界,2019(21):183.
- [2] 佟亚娟,杨继红,王影.4C延续性护理管理模式对产妇产后哺乳技能与喂养方式的影响[J].当代医学,2019,25(2):173-175.
- [3] 曾招艳,卢美秀,翟艳红,等.产后乳房穴位按摩对初产妇产后泌乳及并发症的研究进展[J].实用临床护理学电子杂志,2020,5(6):126,180.
- [4] 王丽静.产后延续护理对初产妇产后泌乳及产后并发症的作用评价[J].中国医药指南,2021,19(20):197-198,201.
- [5] 任丽萍.对产妇进行产后康复护理对其乳汁分泌及产后生活质量的影响[J].中外女性健康研究,2020(16):90-91.
- [6] 谭茵.产后乳房穴位按摩对初产妇产后泌乳及并发症研究进展临床与实践[J].中外医学研究,2021,19(18):194-196.
- [7] 黄木兰,晏娟春.产后乳房护理对初产妇产后泌乳及并发症的影响[J].基层医学论坛,2020,24(24):3535-3536.
- [8] 黄琼梅,徐月银,刘才华.早期母婴皮肤接触联合延续性护理对产妇产后纯母乳喂养的影响[J].临床医药文献电子杂志,2020,7(A3):102-103.
- [9] 夏艳春.延续性护理结合中医特色护理对自然分娩产妇产后恢复的影响[J].河南中医,2019,39(5):808-810.
- [10] 林美玲.延续性护理促进产妇恢复、改善心理状态和母乳喂养行为的临床效果研究[J].中外医疗,2021,40(3):124-126,138.