

# 健康教育在产后出血护理中的应用效果评价

邢彩霞

山西省朔州市朔城区人民医院 山西 朔州 036002

**【摘要】**目的：探究产后出血产妇在临床护理阶段采取健康教育所取得实际影响效果。方法：从我院2022年5月至2023年4月期间接收的共计65例产后出血产妇按照办理入院手续的先后顺序分成两组并进行对照实验，参照组产妇实施常规护理，而试验组实施健康教育。在此基础之上，整理研究数据，将两组产妇的出血量、止血时间进行比较分析；通过问卷调查，将两组产妇对于护理人员的护理工作满意度进行比较；通过自我效能感、焦虑、抑郁评分量表，将两组产妇在护理干预前后的三个维度进行比较；通过生活质量测定量表，将两组产妇护理前后的生活质量评分进行比较。结果：相较参照组产妇各项指标而言，试验组产妇经过健康教育之后出血量得到有效控制，止血时间明显缩短，其生活质量评分和负性情绪缓解程度明显更优，并且对于护理人员护理工作不认可例数更少（ $P < 0.05$ ）。结论：针对产后出血产妇实施健康教育效果显著，可有效缓解产妇的负性情绪，在提高护理满意度的同时有效改善生活质量，缩短止血时间，减少出血量，该护理方法具备临床推广的价值。

**【关键词】**健康教育；产后出血；焦虑抑郁；生活质量

DOI:10.12417/2705-098X.23.12.066

## Evaluation of the effectiveness of health education in postpartum hemorrhage care

Caixia Xing

People's Hospital of Shuozhou City Shanxi Province Shuozhou Shanxi Shuozhou 036002

**Abstract:** Objective: To explore the effect of health education in postpartum care. Methods: From May 2022 to April 2023, our hospital were divided into two groups according to the order of admission procedures and controlled experiments, and the reference group provided routine care, while the experimental group implemented health education. On this basis, the study data were compiled to compare the bleeding volume and hemostasis time of the two groups; to compare the satisfaction of nursing staff in the nursing intervention by self-efficacy, anxiety and depression; and the quality of life of the two groups of women. Results: Compared with the indicators of the reference group, the blood loss in the test group was effectively controlled after health education, the hemostasis time was significantly shortened, the quality of life score and the degree of negative emotional relief were significantly better, and the number of cases not recognized for the nursing work of nursing staff was less ( $P < 0.05$ ). Conclusion: The implementation of health education for postpartum bleeding women has a significant effect, which can effectively alleviate the negative mood of pregnant women, improve the quality of life, shorten the time of hemostasis, and reduce the amount of bleeding. This nursing method has the value of clinical promotion.

**Keywords:** health education; postpartum hemorrhage; anxiety and depression; quality of life

当产妇分娩24小时内出血并且出血量不小于500ml的临床症状称之为产后出血，若产妇出血量较多，并且止血效果不佳，将导致产妇死亡，由于产后出血量和产妇负性情绪、缺乏认知等因素密切相关，因此对其实施高效科学护理尤为重要<sup>[1]</sup>。传统护理对于产妇缺乏正确认知而导致的情绪变化缺乏一定的预见性，对于以产妇为中心的护理思想存在一定的局限性。而健康教育干预便是对产妇进行健康宣教，从而提高产妇对于产后出血的正确认知，减少不良情绪的产生，从而避免出血不止。基于此，对我院2022年5月至2023年4月时间段内收治的65例产后出血产妇实行分组对照实验，旨在研究产后出血产妇采取健康教育所得到的实际应用效果，以期对产后出血护理提供有益参考，现报告如下。

## 1 资料与方法

### 1.1 一般资料

将我院2022年5月至2023年4月期间接收并符合纳入标准的共计65例产后出血产妇按照办理入院的先后顺序进行分组对照实验，其中参照组产妇接收时间段为2022年5月至2022年10月，并从中筛选32例产后出血产妇对其实施常规护理，试验组产妇接收时间段为2022年11月至2023年4月，并从中筛选共计33例产后出血产妇并对其实施健康教育。参照组产妇年龄分布在23岁至38岁之间，均值年龄 $(30.32 \pm 3.29)$ 岁，产妇孕周分布在38至42周之间，均值孕周在 $(40.13 \pm 1.04)$ 周，参照组产妇中初产妇11例，其余均为经产妇，其中产后出血量到达600至1400mL之间，均值出血量 $(862.35 \pm 127.48)$ mL；试验组产妇年龄分布在24岁至37岁之间，均值年龄 $(30.56 \pm 3.13)$ 岁，产妇孕周分布在38至41周之间，均值孕周在 $(40.14$

±1.12)周, 试验组产妇产中初产妇12例, 其余均为经产妇, 其中产后出血量到达600至1500mL之间, 均值出血量(864.42±128.53)mL。所有产后出血产妇的基础资料无差异, 具有可比性。

纳入标准: 所有研究对象均符合产后出血诊断标准; 未并发羊水栓塞、感染等; 精神、认知正常者; 单胎妊娠; 产妇及其家属知情且自愿参与。排除标准: 精神、认知障碍者; 中途退出者; 合并多器官衰竭者; 存在凝血功能障碍者; 临床资料不全者。

### 1.2 方法

参照组实施传统护理干预, 即对产后出血量较少的产妇可通过强化子宫收缩减少出血量, 对于出血量较多产妇需进行无菌止血护理, 并在护理过程中对产妇进行讲解产后出血专业知识。试验组产妇接受健康教育干预, 具体如下:

①组建产后出血健康小组: 为提高产妇出血的治疗效果, 由我科室临床经验丰富的护士长、相关护理人员组建健康小组, 旨在针对产妇产后出血、文化程度、工作背景以及自身身体情况等基础信息进行全方位评估, 从而针对性制定适合产妇的护理措施<sup>[2]</sup>。

②预防性健康宣教: 在产妇产前便对其进行预防性健康宣传, 其宣传内容可通过健康讲座、一对一面谈、宣传手册等形式对孕产妇展开保健知识宣教, 其宣教内容着重强调产后出血原因、预防措施等, 促使产妇在生产前便提高对于产后出血的正确认知。

③情感支持: 产妇在产后出血后, 面对未知的恐惧会加重产妇的负面情绪, 产妇出现强烈的情绪波动将导致其机体血液升高, 从而子宫收缩减弱, 将加重产后出血, 为避免病情加重, 护理人员在产妇出现出血的情况时, 便通过握手、语言等肢体和语言方式安抚产妇紧张情绪, 并给予其情感支撑, 从而顺利指导产妇放松身心, 减少情绪波动<sup>[3]</sup>。

④抗感染健康教育: 为预防产妇产后出血后出现感染, 护理人员需指导产妇做好清洁工作, 即每天1至2次用温水擦拭阴部, 并定期更换纯棉内裤, 并明确告知产妇抗感染工作对于产妇产后出血的重要性, 旨在产妇及其家属引起重视, 对于产妇产褥期间, 护理人员需格外提醒产妇禁止盆浴和性生活。对于产妇用药过程, 护理人员需密切关注其有无不良反应, 并提前告知产妇可能出现的副作用, 避免产妇出现紧张情绪。

⑤体位健康教育: 为纠正产妇产后子宫后倾斜状态, 护理人员需要指导产妇保持适宜的卧姿进行卧床休息, 为预防产妇长时间固定姿势形成压疮, 护理人员及其产妇家属需定时协助产妇更换体位, 等待产妇各项生命指标恢复稳定后, 护理人员便可指导产妇按照正确的方法进行下床活动, 以促进身体的恢复<sup>[4]</sup>。

⑥饮食健康教育: 根据产妇的出血量、自身身体素质以及

营养需求针对性制定饮食护理方案, 并向其详细告知均衡营养对于产妇的重要性, 并指导产妇适当摄入高热量、易消化食物, 对于瘦肉、动物内脏等食物同样鼓励产妇摄入, 避免摄入生冷、辛辣、刺激性食物, 少食多餐, 养成良好的作息习惯。

### 1.3 观察指标

①整理研究数据, 将两组产妇不同时间段的出血量、止血时间进行比较分析; ②通过问卷调查, 将两组产妇对于护理人员的护理工作满意度进行比较; ③通过自我效能感、焦虑、抑郁评分量表, 将两组产妇在护理干预前后的三个维度进行比较; ④通过生活质量测定量表, 将两组产妇护理前后的生活质量评分进行比较。

### 1.4 统计学方法

本次研究采用SPSS24.0统计学软件对数据进行录入和分析, 当数据差异 $P < 0.05$ , 则代表差异具有统计学意义。

## 2 结果

### 2.1 对比两组产妇不同时间出血量、止血时间

数据发现, 试验组产妇经过健康宣教护理后平均2小时、24小时出血量得到有效控制, 并且相较参照组而言, 其止血时间更短, 差异显著( $P < 0.05$ )。详情数据见表1:

表1 对比两组产妇不同时间出血量、止血时间

组别	例数 (n)	2h 出血量 (mL)	24h 出血量 (mL)	止血时间 (h)
试验组	33	117.23±11.35	250.17±20.34	34.25±2.13
参照组	32	216.35±33.46	406.47±27.57	59.83±5.93
P		<0.05	<0.05	<0.05

### 2.2 对比两组产妇护理满意度

试验组产后出血产妇对于健康教育工作不认可例数只有1例, 占比在3.03%, 而对健康教育工作满意和显著满意产妇例数达到32例, 占比在96.97%, 而参照组中产妇对于常规护理工作不认可例数达到6例, 占比在18.75%, 差异显著( $P < 0.05$ )。详情数据见表2:

表2 对比两组产妇护理满意度[n (%)]

组别	例数	不满意	基本满意	显著满意	总满意
试验组	33	1 (3.03)	14 (42.42)	18 (54.55)	32 (96.97)
参照组	32	6 (18.75)	11 (34.38)	15 (46.87)	26 (81.25)
P		<0.05	<0.05	<0.05	<0.05

### 2.3 对比两组产妇自我效能感、焦虑、抑郁评分

试验组产妇在自我效能感、焦虑等三个维度的评分在护理干预之前与参照组各项指标呈现基本持平状态，护理周期结束后，试验组改善幅度明显优于参照组，差异显著（ $P < 0.05$ ）。详情数据见表3：

表3 对比两组产妇自我效能感、焦虑、抑郁评分（n，分）

组别	例数	自我效能感		SAS 评分		SDS 评分	
		干预前	干预后	干预前	干预后	干预前	干预后
试验组	33	21.16±3.47	33.67±4.29	59.12±6.34	38.32±2.06	57.17±8.32	43.39±4.14
		21.27±4.06	28.43±4.01	59.43±6.28	43.63±3.67	57.81±8.56	49.57±5.42
P		>0.05	<0.05	>0.05	<0.05	>0.05	<0.05

### 2.4 对比两组产妇生活质量

试验组产妇在生理、精神等四个维度的评分在护理干预之前相较参照组产妇而言，其差异不明显，经过一段时间后的护理，试验组各项指标改善幅度明显更优，差异显著（ $P < 0.05$ ）。详情见表4：

表4 对比两组产妇生活质量（n，分）

组别	例数	生理职能		精神状况		活力健康		情感职能	
		干预前	干预后	干预前	干预后	干预前	干预后	干预前	干预后
试验组	3	64.43±	84.34±	65.54±	83.32±	63.56±	83.24±	63.51±	84.32±
		64.43±	84.34±	65.54±	83.32±	63.56±	83.24±	63.51±	84.32±

### 参考文献：

[1] 赵瑞玲,黄丽萍,王守娜.心理护理联合健康教育在产后出血护理中的应用效果[J].心理月刊,2022,17(09):85-87.  
 [2] 蔡焱,王丹.强化健康教育在产后出血护理中的应用效果及对产妇护理满意度的影响[J].临床医学研究与实践,2022,7(05):167-169.  
 [3] 许清梅,郑振娇,麦春婷.健康教育应用于产后出血护理中的临床应用效果[J].黑龙江医药,2021,34(03):723-724.  
 [4] 刘冬梅.健康教育运用于产后出血护理中的效果观察[J].实用妇科内分泌电子杂志,2020,7(24):113+117.  
 [5] 岳金鹏.健康心理教育在产后出血中的护理效果[J].心理月刊,2020,15(16):116.

组	3	8.52	8.61	8.47	5.81	9.48	6.13	5.43	5.21
参照组	32	64.51±8.63	71.13±8.32	65.37±8.51	73.56±5.68	63.17±9.43	72.07±8.36	63.42±5.31	74.10±4.21
		>0.05	<0.05	>0.05	<0.05	>0.05	<0.05	>0.05	<0.05
P		5	5	5	5	5	5	5	5

### 3 讨论

产后出血的原因和产妇产后子宫收缩无力、精神过度紧张、子宫破裂等因素密切相关，当产妇产后出血不止，其害怕、恐惧等负面情绪加重，再加之对于产后出血缺乏一定正确的认知，从而导致出血量加重，严重影响产妇的生活质量，因此对其实施健康教育措施十分必要<sup>[5]</sup>。健康教育是通过多种形式为产妇介绍产后出血疾病，从而不断提升产妇自我保健意识，促使产妇有目的的控制自己的情绪，从而缩短出血时间，减少出血量，促进产妇康复的方法。

本文研究发现，试验组产妇经过健康宣教护理后平均2小时、24小时出血量得到有效控制，并且相较参照组而言，其止血时间更短，试验组产后出血产妇对于健康教育工作不认可例数只有1例，而参照组中产妇对于常规护理工作不认可例数达到6例，试验组产妇在自我效能感、负面情绪、生活质量等多个维度的评分在护理干预之前与参照组各项指标呈现基本持平状态，护理周期结束后，试验组各项指标改善幅度明显优于参照组（ $P < 0.05$ ）。由此可见，产后出血产妇实施健康教育效果显著。

综上所述，产后出血产妇在临床护理阶段采取健康教育的护理效果相较常规护理而言，其效果更胜一筹，通过采用此方法可显著提升产妇生活质量，负面情绪得到缓解的同时提高护理满意度，有效缩短止血时间，减少出血量，该护理方法具备大力推广的价值。