

产后康复护理对乳汁分泌量乳房肿胀疼痛程度的影响分析

夏志华

(浙江省永康市妇幼保健院 321300)

摘要:目的:探讨将产后康复护理应用于产妇护理中,对乳汁分泌量与乳房肿胀疼痛的干预效果。方法:试验者是2021.06至2022.06在医院分娩的产妇共78例,采取随机信封法分作相同例数2组,护理方式为常规护理及康复护理,对比组间施护效果。结果:观察组乳汁分泌量明显高于对照组,观察组乳房肿胀疼痛感低于对照组, $P < 0.05$ 。结论:以产后康复护理对产妇施护,可促进其产后乳汁分泌的同时,还能起到缓解其乳房疼痛感的作用,临床借鉴意义较高。

关键词:乳房胀痛;乳汁分泌量;产后康复护理;干预效果

对于婴儿而言,母乳属于理想天然食品,富含丰富营养成分,并且含大量免疫抗体,利于促进婴儿智力与体格发育,可减少婴儿受疾病与病毒侵袭,同时还能够增强其机体免疫能力[1]。但由于在分娩后,产妇乳房大多处在过度充盈或者乳腺管不通状态,易导致婴儿出现吸吮困难,且乳沟凹陷也会造成产妇发生乳房疼痛、肿胀等症状,不利于产妇恢复的同时,还会影响到母乳喂养率,故而积极提供有效护理干预则显得至关重要[2]。本试验目的是分析以产后康复护理对产妇施护的意义,现作出如下分析:

1. 资料与方法

1.1 病例资料

对象是78例分娩产妇,分组方式是随机信封法,对照组:年龄分界值及均龄22岁至34岁(28.71 ± 4.58 岁),孕周及均值37周至40周(39.12 ± 0.94 周);观察组:年龄最高35岁,年龄最低21岁,均龄 28.94 ± 4.62 岁,孕周最高41周,孕周最低37周,均值 39.25 ± 1.01 周。对组间对象相关资料实施分析后显示, $P > 0.05$,表明此次试验可进行对比,且符合临床医学伦理学相关要求。

1.2 方法

对照组提供常规产后护理,结合产妇症状与主诉要求,做好病房环境护理、育儿知识宣教等指导,强化产妇与新生儿各项生命体征监测工作,一旦发生异常需立刻上报医师予以对症干预;观察组提供产后康复护理,措施为:(1)多于产妇进行沟通,对其倾诉需耐心倾听,结合产妇机体状态,予以专业医疗指导及心理干预,及时消除产妇的不良情绪;(2)结合产妇恢复情况,为其制定出合理、科学膳食方案,指导其所使用富含高纤维素、高热量及高蛋白类食物,与银耳、鱼肉等,可同时食用催乳类食物,以此来确保新生儿营养供应;对于存在失眠情况者,可指导其多食用富含钙质、色氨酸类食物,以此来提升产妇睡眠质量;(3)在产妇哺乳之前,以温度为 40°C 至 45°C 的热毛巾对其乳房进行热敷,持续时间为10min左右;对产妇乳房进行按摩,结合其感受对按摩力度进行合理调整;在完成哺乳后,可借助康复治疗仪予以低频脉冲刺激,每日2次,每次时间为30min,2次/日;(4)在婴儿出生0.5h内,应指导产妇以母乳方式喂养,但对于剖宫产产妇而言,其分娩后机体较为疲惫,可知道产妇以侧卧位或者卧位进行喂养,待机体康复之后,可采取坐位喂养;在喂养期间,以一手将婴儿托住,将其胸腹部与自己身体贴紧,下颌紧贴于乳房,促使婴儿口含住乳头乳晕进行吸吮,同时产妇可一边以手指朝内轻压,便于促进乳汁尽快排空。

1.3 指标观察及判定标准

(1)乳汁分泌量,对比指标:a.多,每次哺乳满足婴儿需求,并且还有乳汁剩余;b.一般,每日哺乳量基本能够满足婴儿需求;c.少,乳汁分泌量不满足婴儿需求,需要添加代乳品;

(2)乳房肿胀疼痛程度,以视觉模拟评分法评价,总分10分,疼痛度随得分增加反映疼痛感越强烈。

1.4 数据处理

试验数据的分析选以统计学软件(版本为SPSS22.0),计数资料采用百分数/%表示,以卡方值/ χ^2 检验;计量资料采用($\bar{x} \pm s$)

表示,以t值检验,分析后显示组间和(或)组内数据值 $P < 0.05$,代表有统计学意义。

2 结果

2.1 乳汁分泌量

表1显示,与对照组相比,观察组乳汁分泌量更多, $P < 0.05$ 。

表1 对比乳汁分泌量(n, %)

组别	例数	少	一般	多
对照组	39	9 (23.08)	22 (56.41)	8 (20.51)
观察组	39	2 (5.13)	20 (51.28)	17 (43.59)
χ^2 值	-	5.186	0.206	4.768
P值	-	0.023	0.650	0.029

2.2 乳房肿胀疼痛程度

表2显示,观察组疼痛度低于对照组, $P < 0.05$ 。

表2 对比乳房肿胀疼痛程度($\bar{x} \pm s$, 分)

组别	例数	施护前	施护后
对照组	39	6.21 ± 0.84	3.35 ± 0.32
观察组	39	6.15 ± 0.91	2.26 ± 0.51
t值	-	0.303	11.306
P值	-	0.763	0.000

3 讨论

在产妇分娩后,机体会出现一系列生理变化,但对于产妇而言,尤其是初产妇,其对于保健知识与育儿知识缺乏了解,且面临乳汁缺乏分泌及乳房胀痛困扰,在一定程度上会降低其配合度,甚至于出现不愿意以母乳方式喂养,不利于产妇产后恢复及婴儿发育^[3-4]。产后康复护理包括热敷、按摩等护理内容,可刺激催乳素产生并形成射乳反射,利于提前乳汁分泌时间的同时,还能够对产妇的乳房胀痛情况进行缓解,确保乳腺导管处于通畅状态,以此来提升乳汁分泌量^[5]。本试验显示,与对照组相比,观察组乳汁分泌量较高,且乳房疼痛度较轻, $P < 0.05$,可见以产后康复护理进行干预,具备较高有效性及可靠性,临床应用意义较高。

综上所述,将产后康复护理应用于产妇产后护理中,所得到的护理效果较为确切,建议推广。

参考文献:

- [1]余秀琼. 分析对产妇产后进行康复护理对乳汁分泌的促进作用和产后生活质量的影响[J]. 医学食疗与健康,2021,19(13): 122-123+125.
- [2]李海凤. 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]. 中国医药指南,2020,18(11):263-264.
- [3]张俊红. 常规护理与产后康复护理对乳汁分泌量乳房肿胀疼痛程度的影响对比分析[J]. 中国农村卫生,2019,11(24):70.
- [4]杨庆莲. 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]. 当代医学,2019,25(01):34-37.
- [5]刘军节,邢春梅,高孝. 产后康复护理对产妇乳汁分泌及产后生活质量的影响[J]. 中国实用医药,2019,14(15):165-166.