

健康教育在产后盆底康复护理中的应用价值及满意度分析

靳剑芳

(山西省原平市第一人民医院 034000)

摘要:目的:探讨在产后盆底康复护理中加强健康教育的应用价值,分析干预效果并观察患者的预后及满意度。方法:选取2021年4月到2022年4月我院收治的80例产妇,随机编号后均分2组,对照组(n=40)为其提供常规护理,研究组(n=40)为其提供盆底康复护理中并加强健康教育,分析治疗依从性与护理满意度。结果:两组间比较,研究组治疗依从性更高, $P < 0.05$;研究组护理满意度更高, $P < 0.05$ 。结论:在产后盆底康复护理中加强健康教育可提高治疗依从性与护理满意度,促进病情康复,建议推广并临床广泛应用。

关键词:产妇;盆底康复护理;健康教育;治疗依从性;护理满意度

分娩对产妇来说是非常重要的生理过程,然而在分娩过程中受诸多因素的影响容易导致盆底功能障碍进而增加产后压力性尿失禁、尿潴留以及产后性功能障碍等并发症,不利于产后恢复,为了改善这种现状会对产妇开展盆底康复锻炼,在康复锻炼期间加强健康教育可提高产妇的健康认知以及治疗依从性^[1]。本次研究主要探讨在产后盆底康复护理中加强健康教育的应用价值,并作如下汇报。

1 资料与方法

1.1 一般资料

选取2021年4月到2022年4月我院收治的80例产妇,随机编号后均分2组,对照组纳入40例,年龄及均值21-35(28.02±1.05)岁,孕周及均值36-41(38.25±1.02)周;研究组纳入40例,年龄及均值22-34(28.12±1.11)岁,孕周及均值37-40(38.38±0.89)周,分析一般资料后得出 $P > 0.05$ 。纳入标准:(1)均足月分娩且单胎;(2)经盆底肌力检测确诊为盆底功能障碍性疾病;(3)产妇知情且自愿,配合相关检查与诊疗;排除标准:(1)认知、精神异常;(2)泌尿系感染、阴道流血。

1.2 方法

对照组:该组产妇为其提供常规护理,加强各项体征指标的监测,为产妇进行子宫、乳房按摩,积极预防产后出血等并发症,做好会阴部清洁护理,指导产妇母乳喂养。

研究组:该组产妇为其提供盆底康复护理并加强健康教育。

(1)健康教育计划:产后根据产妇的具体情况为其制定针对性的健康教育计划,通过健康教育手册、面对面沟通、视频等方式为其讲解产后盆底功能障碍的临床表现、可能引发的并发症等,告知产妇盆底康复锻炼的重要性以及相关内容,提高产妇对盆底康复锻炼的重视度,对盆底功能障碍产妇进行心理安抚,告知产妇积极配合盆底康复锻炼可促进盆底功能的恢复,并举例相同病情且康复较好的案例提高其信心,提高产妇的依从性。

(2)盆底康复锻炼,在开展锻炼前护士告知盆底康复锻炼的内容以及注意事项,让产妇按照护士的指令做动作,取去枕平卧位,收缩阴道以及肛门肌肉,保持收缩状态15-30s后放松,重复相同的动作,1组重复10次,逐渐增加重复次数与强度,待产妇掌握训练方法后可自行训练,在训练过程中要注意放松呼吸。

1.3 观察指标

(1)对比治疗依从性,由护理人员对患者治疗积极性、治疗时间、治疗次数以及动作规范4个方面评价,完全依从:患者积极参与训练,动作较为规范;部分依从:参与大多数训练,偶尔未参加训练,部分动作不规范;不依从:经常不参与训练,动作不规范。

(2)对比护理满意度,指导患者填写调查问卷,包括护理及时性、服务态度、健康宣教等方面,总分100分,非常满意: >85分,比较满意:60-85分,不满意: <65分。

1.4 统计学分析

使用SPSS 23.0对本组数据进行分析,以(%)表示本组数据中出现的计数资料,以 χ^2 值检验,得出 $P < 0.05$ 说明本组数据符合统计学意义。

2 结果

2.1 对比治疗依从性。

研究组治疗依从性更高, $P < 0.05$,见表1。

表1 对比治疗依从性[n(%)]

组别	完全依从	部分依从	不依从	依从性
对照组 (n=40)	16(40.00)	14(35.00)	10(25.00)	30(75.00)
研究组 (n=40)	22(55.00)	15(37.50)	3(7.50)	37(92.50)
χ^2 值	-	-	-	4.5006
P 值	-	-	-	0.0338

2.2 对比护理满意度。

研究组护理满意度更高, $P < 0.05$,见表2。

表2 对比护理满意度[n(%)]

组别	非常满意	比较满意	不满意	满意度
对照组 (n=40)	17(42.50)	15(37.50)	8(20.00)	32(80.00)
研究组 (n=40)	24(60.00)	14(35.00)	2(5.00)	38(95.00)
χ^2 值	-	-	-	4.1143
P 值	-	-	-	0.0425

3 讨论

盆底肌肉组织是维持盆地结构与功能的重要组织器官,受到妊娠和分娩因素的影响若盆底支撑组织受损或是盆底松弛就会引发盆底功能障碍^[2]。若产妇发生盆底功能障碍不仅会增加尿潴留等并发症的风险,还会延长产后恢复的进程,对产妇身心健康都会造成不良影响。产后早期实施盆底康复锻炼可让产妇有意识的控制盆底肌收缩与放松,有助于提升产后盆底肌功能,增加盆底肌肌力与耐力并改善其泌尿功能,可降低泌尿系统感染的几率^[3]。健康教育是临床护理中非常重要的环节,在产后盆底康复锻炼期间加强健康教育可提高产妇对盆底康复锻炼的认知度与依从性,产妇能够主动学习并积极参与盆底康复锻炼,可改善盆底营养供应情况,让盆底肌群的收缩恢复到产前状态,可促进盆底肌肉损伤的修复,尽早恢复盆底功能^[4]。

综上所述,在产妇产后盆底康复护理中加强健康教育具有显著的干预效果,可提高产妇参与盆底康复锻炼的依从性,促进盆底功能的恢复,产妇对护理工作认可度较高,建议推广。

参考文献:

[1]汪婕,张银雪,任旭.格林健康教育联合凯格尔盆底康复训练对产妇产后盆底功能及预后的影响[J].护理研究,2022,36(06):1110-1113.

[2]易秀枝.信息-知识-信念-行为健康教育在初产妇产后盆底肌康复中的应用效果[J].河南医学研究,2020,29(25):4791-4792.

[3]张富春,陈亚萍,张丽文,叶君.健康教育联合产后盆底功能训练对经阴道分娩产妇盆底功能恢复及生活质量的影响[J].中国妇幼保健,2019,34(11):2432-2434.

[4]陈京美.盆底肌肉训练联合健康教育对产后盆底功能障碍康复的应用效果观察[J].基层医学论坛,2019,23(09):1292-1293.