

产后乳房护理干预对初产妇产后泌乳及并发症的影响

韩 稳

(河北省邢台市第九医院巨鹿县医院 河北邢台 055250)

摘要:目的:探讨产后乳房护理干预对初产妇产后泌乳及并发症的影响。方法:选取本院2020年1月到2021年1月之间接收的初产妇140例进行研究,根据不同的护理方案分为采取常规护理的对照组和产后乳房护理干预的观察组,每组70例,对比两组护理的效果。结果:对照组产妇的产后泌乳始动时间短于观察组($P<0.05$)。两组产妇产后第四天和产后第五天的泌乳量对比差异显著($P<0.05$)。对照组产妇的并发症发生率显著低于观察组($P<0.05$)。结论:产后乳房护理干预对初产妇产后泌乳及并发症均有影响,可改善产妇产后泌乳始动时间和泌乳量,降低并发症的发生率,值得临床推广和关注。

关键词:产后乳房护理干预;初产妇;泌乳;并发症

在临床上,大多数初产妇由于分娩方式或哺乳方法等原因,导致乳汁分泌不足。随着社会经济的发展和人民生活水平的提高,人们对于自身健康越来越重视,因此,母乳喂养成为了一种趋势^[1]。初产妇因缺乏母乳喂养的经验,因此在哺乳期会产生不同程度的并发症,尤其是乳头皲裂、溢乳为最常见的症状之一。如果不及时给予正确有效地治疗与指导,将直接影响到母婴的身体健康和安全。随着临床医学模式向生物-心理-社会医学模式转变,传统的以疾病为中心的医疗服务已经不能满足患者日益增多的需求,而人性化护理理念已逐渐被广泛应用于现代护理工作中^[2]。产后乳房护理干预能改善初产妇的生理状况、促进乳腺发育、减少术后感染发生率以及降低围产儿死亡率,从而达到减轻疼痛、恢复良好生理功能及预防围生期各种不良事件发生的目的。目前国内外有大量文献报道产后乳房护理干预能够显著缓解产褥期相关并发症,并缩短住院时间;同时还可以使其获得更好的舒适度和更高的满意度;但关于产后早期乳房护理干预对新生儿生长发育的影响尚少见报导^[3]。本研究旨在探讨产后乳房护理干预对初产妇产后泌乳及并发症的影响,特选取本院2020年1月到2021年1月之间接收的初产妇140例进行研究,现将具体研究结果报道如下:

1. 资料与方法

1.1 一般资料

选取本院2020年1月到2021年1月之间接收的初产妇140例进行研究,根据不同的护理方案分为采取常规护理的对照组和产后乳房护理干预的观察组,每组70例产妇;对照组70例产妇年龄23—28岁,均值25.18岁;观察组70例产妇年龄23—28岁,均值25.29岁;两组产妇的一般资料比较差异较小($P>0.05$)。本研究经伦理委员会审议通过,产妇均自愿签署知情同意后进入试验。受试者应在接受治疗前完成自我评估并填写《知情同意调查表》。研究者根据《知情同意书》和其他相关资料对受试者的基本情况及可能存在的风险因素进行分析。

1.2 方法

对照组采取常规护理观察组,在对照组的护理基础上采取乳房护理干预。具体包括如下内容:(1)加强心理支持。由于初产妇为初次分娩,缺少经验,在母乳喂养方面存在着一些疑惑,经常担心母乳喂养对产后的身体恢复速度造成影响,加上分娩后产妇处于疲劳期,缺少耐心,所以在喂养时更容易发生不良情绪,这对乳汁分泌不利。作为护理人员,首先要鼓励患者克服这种不良心理,对于其错误的知识进行纠正,将母

乳喂养的正确知识充分进行讲解,并且了解产妇内心的想法,让产妇能够接受母亲这一角色,进而更主动积极地进行母乳喂养,保障新生儿的健康成长发育。比如在产妇产后的48小时会出现乳房胀痛和乳汁淤积的情况,而此时新生儿进行母乳吮吸能够有效的缓解这种情况。再次,通过母乳喂养有利于减少产后出血,加快子宫收缩,对于产后身材的恢复有利,并且还能够大大降低一些妇科疾病的发病率,比如乳腺癌,卵巢癌等。通过加强健康教育和心理干预,树立产妇母乳喂养的自信,改善产妇的焦虑抑郁情绪。(2)饮食干预。产后要告知产妇在饮食上合理规划,注意日常饮食,少食多餐,不要暴饮暴食,多吃高蛋白,高维生素的食物,比如水果,蔬菜,这样能够保证母乳营养。(3)乳房护理。产妇产后六小时,护理人员适当对产妇乳房进行按摩。首先指导产妇选择舒适的体位,放松按摩前先热敷乳房,五分钟后,护理人员将双手洗干净,按摩产妇的两侧乳房,用双侧的大鱼际肌缓慢对乳房进行由上次下的按摩,将乳头露出指缝,轻柔地进行按摩。结束前用中指和食指夹住乳头轻微牵拉,用同样的方法对另一侧乳房进行按摩,直到产妇将乳汁排空,告知产妇挤奶方式及母乳喂养方式。(4)哺乳指导。产妇产后,要让产妇与新生儿待在同一间房间,让母亲和婴儿尽早进行肢体接触和开奶,按照需求哺乳。在产后的半小时后,护理人员要给产妇进行健康教育,指导产妇如何正确哺乳,比如喂奶的姿势和正确的乳房托起方法以及有效讯息,对产妇和新生儿的情况进行密切的观察,嘱咐产妇尽量要用双侧乳房交替喂养,从而降低并发症的发生率。最后要保证产妇得到充分的休息,每天按时睡觉,早睡早起,营造良好舒适的休息环境,治疗护理集中进行,告知产妇与婴儿同步进行休息。

1.3 观察指标

1.3.1 观察两组产妇的产后泌乳始动时间。

1.3.2 两组产妇产后泌乳量比较。

1.3.3 两组产妇的并发症发生率对比。

1.4 统计学方法

统计学处理软件采用SPSS24.0,用均数标准差(\pm)表示计量资料,用t检验,用百分比(%)表示计数资料,用 χ^2 检验,当 $P<0.05$ 时视为差异有统计学意义。

2. 结果

2.1 两组产妇产后泌乳始动时间

对照组产妇的产后泌乳始动时间短于观察组,两组数据比较差异较

大 ($P < 0.05$)。见表 1。

表 1 两组产妇产后泌乳始动时间 (h)

组别	例数	泌乳始动时间
对照组	70	20.39 ± 3.20
观察组	70	16.49 ± 3.12
t		5.102
P		0.000

2.2 两组产妇产后泌乳量比较

两组产妇产后第四天和产后第五天的泌乳量对比差异显著 ($P < 0.05$)。见表 2。

表 2 两组产妇产后泌乳量比较 (ml)

组别	例数	第三天	第四天	第五天
对照组	70	17.38 ± 1.88	40.19 ± 5.19	134.39 ± 18.34
观察组	70	17.29 ± 1.23	46.20 ± 4.33	167.30 ± 17.20
t		5.303	5.393	6.392
P		0.000	0.000	0.000

2.3 两组产妇的并发症发生率比较

对照组产妇的并发症发生率显著低于观察组, 两组数据比较差异较大 ($P < 0.05$)。见表 3。

表 3 两组产妇的并发症发生率比较 (n/%)

组别	例数	乳头损伤	乳房胀痛	乳腺炎	不良反应发生率
对照组	70	12 (17.14)	10 (14.29)	8 (11.43)	21 (30.00)
观察组	70	2 (2.86)	4 (5.72)	2 (2.86)	5 (7.14)
t		--	--	--	4.921
P		--	--	--	0.000

3. 讨论

母乳是新生儿最理想的食品, 也是婴儿生长发育所需营养来源之一。但是在临床中发现有许多妇女由于缺乏母乳喂养知识, 不能正确指导其哺乳方式和时间等, 从而导致乳汁分泌不足或过多, 甚至出现乳腺炎, 给病人带来极大痛苦和经济损失, 因此必须加强围产期保健工作, 以提高母亲自身健康水平和生活质量^[4]。初产妇分娩后一般需要 3~5 天才能恢复到正常生理状态, 而哺乳期又长达数月。在此期间, 乳腺组织受到强烈刺激, 极易发生炎症反应, 使乳头凹陷、水肿、疼痛、发热、出血, 严重时还会引起感染和乳腺炎, 对产妇身体健康造成危害。初产妇在产后 48h 左右开始哺乳, 但仍有部分患者不适应新环境下的喂养方式, 表现为奶量少或无奶, 严重者可因出现显著的疼痛、烦躁易怒、甚则产生抗拒心理, 放弃母乳喂养, 对新生儿的健康成长和发育都有不利影响^[5,6]。产后乳房护理干预是指用各种方法 (如按摩、抚触、药物治疗等), 通过手法推拿等手段来达到减轻或消除某些因素所致乳房胀痛、肿胀的, 促进产妇早日进行母乳喂养, 有效预防或避免乳腺炎的一种综合性护理措施。产后早期进行乳房按摩可以促进乳汁排出, 增加吸吮次数, 有利于减少乳腺炎的发生率, 同时也能改善局部微循环, 加速伤口愈合, 防止继发感染, 并有助于机体免疫力的增强, 具有较好的效果^[7]。

在常规护理过程中, 虽然也会向产妇对母乳喂养知识的解释及相应指导, 但研究发现并未对产妇采用母乳喂养之行为造成正面影响或者收效甚微。所以有必要根据产妇的心理需求和有关情况来进行相应的护理干预优化方案的制定, 从而改善产妇采用纯母乳喂养的情况的意志, 提高母乳喂养率。

随着人们对母婴关系重视程度的不断加深以及医学科学的发展, 目前越来越多的国家将产后乳房护理纳入常规产科服务内容之中。产后乳房护理作为一门学科已得到了广泛关注和认可, 它不仅能够帮助产妇迅速恢复身体健康, 还能促进早期母乳喂养, 改善新生儿生长发育, 体现了以人为本的护理理念^[8]。本研究将产后乳房护理干预用于产初产妇产后护理工作中, 取得了满意的效果。本研究结果显示, 对照组产妇的产后泌乳始动时间短于观察组 ($P < 0.05$)。两组产妇产后第四天和产后第五天的泌乳量对比差异显著 ($P < 0.05$) 对照组产妇的并发症发生率显著低于观察组 ($P < 0.05$)。可见, 产后乳房护理干预在减少并发症和改善母乳喂养质量方面具有积极作用; 而且可以提高围生儿围术期健康水平和生活质量, 是一项值得临床推广使用的技术措施。但由于受经济条件、文化知识等因素限制, 我们还需要进一步加大宣传力度, 普及产后乳房护理相关知识, 使更多人了解并接受产后乳房护理干预, 从而更好地指导产褥期妇女实施有效的产后乳房护理干预, 为今后开展此项工作奠定坚实的基础。

综上所述, 产后乳房护理干预对初产妇产后泌乳及并发症均有影响, 可改善产妇产后泌乳始动时间和泌乳量, 降低并发症的发生率, 值得临床推广和关注。

参考文献:

- [1] 曾媛媛, 曹静. 孕期体质量管理联合连续性助产护理模式对降低初产妇妊娠期并发症、难产及剖宫产率的影响 [J]. 贵州医药, 2021, 45(10): 1647-1648.
- [2] 彭玉霞, 胡小菲, 张秋伶, 等. 产前分娩预演对初产妇自然分娩成功率及产后并发症的影响 [J]. 医学临床研究, 2020, 37(4): 528-531.
- [3] 余洪. 产前心理护理干预对初产妇分娩方式、产后出血及产后心理的影响 [J]. 实用医院临床杂志, 2020, 17(3): 185-188.
- [4] 钟美英, 唐征宇, 刘婷, 等. 宫颈口开大 2~3 cm 应用间苯三酚对初产妇产后心理状态、血清应激反应指标和母婴结局的影响 [J]. 现代生物医学进展, 2021, 21(16): 3192-3195, 3114.
- [5] 李婷婷, 林璐璐, 范淑丽. 产后持续性强化盆底锻炼对初产妇盆底功能性功能及依从性的影响 [J]. 中国妇幼保健, 2020, 35(23): 36-38.
- [6] 王芬, 朱伟新, 周桂妃. 产后康复治疗仪对剖宫产初产妇产后泌乳心理状态及生活质量的影响 [J]. 中国妇幼保健, 2021, 36(10): 2410-2412.
- [7] 汪婕, 李霖, 王思思. 叙事护理联合六步法乳房按摩对产妇泌乳及产后心理状态的影响 [J]. 护理学杂志, 2021, 36(23): 35-37.
- [8] 孙琳, 周国霞, 郑冰心, 等. 即刻皮肤接触对新生儿体温、母乳喂养、泌乳量及乳房并发症影响 [J]. 中国计划生育学杂志, 2021, 29(11): 2341-2344.