

产前产后护理在初产妇母乳分泌中的应用影响分析

白文乐

(呼和浩特市妇幼保健院 内蒙古呼和浩特 010031)

摘要: 目的分析产前产后护理对初产妇母乳分泌的应用影响。方法于 2021 年 3 月-2023 年 1 月期间在我院进行分娩的初产妇中选取 60 例符合本次研究标准的产妇作为研究对象, 制作产妇名单, 随机抽取 30 例作为本次研究的对照组, 另 30 例则作为本次研究的研究组。对照组产妇采用常规护理干预, 研究组产妇采用产时、产后护理干预, 观察两组产妇在产后 24h、产后 24-48h 内及产后 48-72h 内的泌乳率, 对比两组产妇护理前后的自我护理能力评分及母乳喂养成功率。结果护理前, 两组产妇在情绪、家庭及生活三方面的自我护理能力评分无差异($P>0.05$); 护理后, 两组产妇自我护理能力均有提升, 且研究组评分高于对照组($P<0.05$); 研究组产后 24h、产后 24-48h 的泌乳率分别为 36.66%、40.00%, 均高于对照组($P<0.05$); 研究组母乳喂养成功率 93.33%, 显著高于对照组($P<0.05$); 结论较常规护理相比, 产前产后护理对初产妇的护理效果更好, 具体体现在强化初产妇自我护理能力, 提升母乳喂养成功率及泌乳质量等方面, 值得临床应用与推广。

关键词: 产前产后护理; 母乳分泌; 母乳喂养

作为新生儿的主要喂养方式, 母乳喂养能够使新生儿的发育更加健康, 提升新生儿的机体免疫力, 并有利于新生儿的大脑发育^[1]。就安全角度分析, 母乳喂养大大降低了新生儿在成长过程中的发生肥胖症等不良儿童疾病的几率, 故母乳喂养对新生儿的健康极为重要, 可作为保障新生儿产后生存率的关键举措^[2]。其中, 产妇的乳汁分泌情况是影响产妇产后是否能够进行母乳喂养的关键因素之一, 临床发现^[3], 大部分产妇产后的母乳分泌量较低, 因此后续的母乳喂养较难开展, 因此临床常对初次生产的产妇进行产前、产后护理, 以达到提升产妇产后乳汁分泌量的目的^[4]。对此, 本文通过对 60 例初产妇进行随机分组, 并分别开展常规护理与产前、产后护理, 旨在分析产前产后护理对初产妇母乳分泌的应用影响, 内容如下:

1 资料与方法

1.1 一般资料

于 2021 年 3 月-2023 年 1 月期间在我院进行分娩的初产妇中选取 60 例符合本次研究标准的产妇作为研究对象, 制作产妇名单, 随机抽取 30 例作为本次研究的对照组, 另 30 例则作为本次研究的研究组。对照组年龄 20-36 岁, 平均年龄(28.01±5.89)岁, 平均孕周(39.13±5.27)周, 其中正常分娩的产妇 21 例, 剖宫产 9 例。研究组年龄 21-37 岁, 平均年龄(28.28±5.31)岁, 平均孕周(39.68±5.02)周, 其中正常分娩的产妇 20 例, 剖宫产 10 例。两组产妇一般资料无差异, 不具有统计学意义($P>0.05$); 有可比性。

1.2 方法

对照组采用常规护理, 包括对产妇的健康教育、新生儿护理、药物干预等。

研究组采用产前、产后护理, 方法如下:

1.2.1 产前护理 ①知识护理。为产妇及家属介绍母乳喂养的好处, 将有关母乳喂养的知识以图文、视频的形式对产妇进行产前知识教育, 同时, 为产妇模拟母乳喂养, 使产妇对母乳喂养养成初步了解, 并为其介绍护理人员、住院环境等, 使产妇对母乳喂养产生一定的期望。②环境护理。优化产妇休息的房间, 基于产妇对新生儿进行母乳喂养的过程中需将乳房完全暴露, 故应注重对产妇的隐私保护, 另一方面, 保证产妇的睡眠质量, 清除房间附近的噪声源, 并控制探访人员, 从而为产妇提供私密、宁静的哺乳环境。③心理护理。大部分产妇产前会出现一定的焦虑、烦躁等不良情绪, 加之其对母乳喂养的认知能力较差, 因此护理依从性不高, 因此应注重对产妇产前的心理干预, 在得到产妇家属的积极配合下, 结合产妇日常生活中的兴趣爱好对其进行心理干预, 构建良好的护患关系, 消除产妇的不良情绪及抗拒心理。④生活及营养护理。合理安排产妇的作息时间, 引导产妇保持规律、充足的睡眠, 并配合科学的运动, 从而提升产妇的身体素质。另一方面, 注重对产妇的营养护理, 为产妇制定高热量、高营养的饮食计划, 以鸡肉、牛奶、水果及蔬菜等富含蛋白质与维生素的食物为主, 叮嘱产妇适当饮水、少食多餐。⑤乳房护理。为产妇讲解乳房按摩的手法、步骤, 提升产妇乳房自我按摩的能力, 乳房按摩的方法具体为: 用一只手轻轻托住乳房下方, 另一只手轻压乳晕, 使用食指、拇指及中指轻轻夹紧乳头,

随着收缩三根手指, 对乳房基底部进行 360° 按摩, 并将两侧乳房轻轻向中间部位推进, 使两侧乳房逐渐靠近。或双手横托乳房, 使两侧乳房被双手完全包住, 随后轻轻揉动。

1.2.2 产后护理 ①早期泌乳护理。对母婴情感进行早期建设, 提升产妇对母乳喂养的接受度, 于产后半小时左右开奶, 新生儿进行早期吮吸可提升其吮吸能力, 原因在于新生儿出生后觅食反射较强, 此时是锻炼其吮吸能力的最佳时机。而对产妇而言, 新生儿早期吮吸乳头可促进泌乳素的分泌, 从而更快的建立泌乳反射, 从而提升乳汁分泌量。②母乳喂养护理。对产妇进行挤奶、母乳喂养姿势等方面的指导, 其中, 挤奶的正确方法为: 采用热毛巾对乳房进行热敷, 热敷时长控制在 3 分钟左右, 热毛巾温度控制在 36-40℃ 左右, 热敷过程中使乳晕露出, 从根部指乳晕依次按摩, 按摩时间控制在 5 分钟左右。母乳喂养的方式方法为: 于背部放置软垫, 从而使产妇的姿势具有舒适感, 全身肌肉达到放松状态, 母乳喂养前首先对乳房进行按摩, 母乳喂养结束后轻轻按压新生儿下颚, 使新生儿慢慢放开乳头。母乳喂养期间, 应通过营养品及催乳食物保障母乳量。

1.3 观察指标

1.3.1 对比两组产妇护理前后的自我护理能力评分, 具体分为情绪状态、家庭融入及生活能力三个维度, 每个维度满分均为 100 分, 分值越高说明产妇自我护理能力越强。

1.3.2 对比两组产妇产后 24h 内、产后 24-48h 内及产后 48-72h 内的泌乳率。

1.3.3 对比两组产妇母乳喂养成功率(混合喂养产妇数+母乳喂养产妇数÷总产妇数)。

1.4 统计学处理

使用 SPSS 22.0 工具做数据分析, 计量资料用($\bar{x} \pm s$)表示, 用 t 检验, 计数资料用 $n(\%)$ 表示, 用 χ^2 检验。若 $P<0.05$, 则说明具有统计学意义。

2 结果

2.1 两组产妇护理前后自我护理能力评分对比

护理前, 两组产妇在情绪、家庭及生活三方面的自我护理能力评分无差异($P>0.05$); 护理后, 两组产妇自我护理能力均有提升, 且研究组评分高于对照组($P<0.05$); 详见表 1。

表 1 两组产妇护理前后自我护理能力评分对比 ($\bar{x} \pm s$); 分]

组别	例数	情绪状态		家庭融入		生活能力	
		护理前	护理后	护理前	护理后	护理前	护理后
对照组	30	54.73 ± 2.57	72.59 ± 3.14 [*]	49.54 ± 2.03	67.83 ± 2.10 [*]	52.23 ± 2.22	60.36 ± 2.13 [*]
		53.89 ± 2.69	88.60 ± 4.05 [*]	50.02 ± 2.15	82.06 ± 1.17 [*]	52.44 ± 2.06	81.12 ± 1.04 [*]
t	-	0.011	6.745	0.014	5.301	0.028	5.417
P	-	>0.05	<0.05	>0.05	<0.05	>0.05	<0.05

注: 与护理前比较, * $P<0.05$

2.2 两组产妇产后泌乳时间对比

研究组产后 24h、产后 24-48h 的泌乳率分别为 36.66%、40.00%，均高于对照组(P<0.05)；详见表 2。

表 2 两组产妇产后泌乳率对比 [n (%)]

组别	例数	产后 24h 内	产后 24-48h	产后 48-72h
对照组	30	7 (23.33)	10 (33.33)	13 (43.33)
研究组	30	11 (36.66)	12 (40.00)	7 (23.33)
χ^2	-	6.658	5.606	5.891
P	-	<0.05	<0.05	<0.05

2.3 两组产妇产后母乳喂养率对比

研究组母乳喂养成功率 93.33%，显著高于对照组(P<0.05)；详见表 3。

表 3 两组产妇产后母乳喂养率对比 [n (%)]

组别	例数	母乳喂养	混合喂养	人工喂养	母乳喂养率
对照组	30	12 (40.00)	9 (30.00)	9 (30.00)	21 (70.00)
研究组	30	20 (66.67)	8 (26.66)	2 (6.66)	28 (93.33)
χ^2	-	-	-	-	4.502
P	-	-	-	-	<0.05

3 讨论

在对产妇进行产前、产后的护理过程中，常规护理对初产妇的护理较为单一，只注重对产妇的健康教育，往往忽视了对初产妇的心理优化、母乳喂养能力的培养等方面^[5]，故经常规护理后的初产妇，通常产后泌乳量较低、开始泌乳时间较长，从而导致母乳喂养的成功率极低^[6]。在曾彩贤^[7]等学者的相关研究中，对初产妇分别进行常规护理及较为全面的产前、产后护理后，发现后者的母乳喂养成功率明显高于前者，且经过产前、产后护理的初产妇在产后 24-48h 内分泌乳汁的几率高达 79.89%，而经常规护理的初产妇几率仅 38.72%，此结果说明对初产妇进行全面的产前、产后护理能够促进产妇母乳分泌，从而提升母乳喂养率。本次对 60 例初产妇的研究结果显示：护理前，两组产妇在情绪、家庭及生活三方面的自我护理能力评分无差异(P>0.05)；护理后，两组产妇自我护理能力均有提升，且研究组评分高于对照组(P<0.05)；说明产前产后护

理能够提升产妇对母乳喂养的认知能力，且在产前通过对产妇的心理、环境等干预手段，使产妇能够更好的控制情绪，并更加适应了母亲这一角色。研究组产后 24h、产后 24-48h 的泌乳率分别为 36.66%、40.00%，均高于对照组(P<0.05)；说明通过对产妇进行乳房按摩指导、营养支持等干预，促进了初产妇的乳汁分泌，使产妇达到了母乳喂养的营养标准。研究组母乳喂养成功率 93.33%，显著高于对照组(P<0.05)；说明通过对产妇进行母乳喂养的姿势指导、挤奶的正确方式指导，提升了母乳喂养成功率。结果表明：产前产后护理对初产妇的母乳分泌极为有利，大大增加了产后母乳喂养的成功率。

综上，产前产后护理能够提升初产妇产后母乳分泌效率及自我护理能力，对母乳喂养极为有利，可广泛的用于产妇的临床护理工作中。

参考文献:

[1]叶萍珍.产后早期泌乳启动联合个性化护理对初产妇产后乳汁分泌及母乳喂养率的影响[J].实用中西医结合临床.2021,21(22):153-154.

[2]路莎.初产妇运用产前产后护理对其母乳分泌时间与母乳喂养率的影响评价[J].医学食疗与健康.2021,19(07):201+214.

[3]李翠芬,麦凤连,黄晓敏.临床护理路径联合乳房按摩对剖宫产产妇乳汁分泌及母乳喂养率的影响[J].实用医技杂志.2020,27(09):1282-1284.

[4]罗婷.初产妇运用产前产后护理对其母乳分泌时间与母乳喂养率的影响评价[J].实用妇科内分泌电子杂志.2020,7(24):114+139.

[5]李华珍,董响娇.中西医结合护理对初产妇产后乳汁分泌及母乳喂养率的影响[J].中国中医药现代远程教育.2020,18(11):139-141.

[6]刘燕.探讨产前产后护理对初产妇母乳分泌及喂养的临床影响[J].中国社区医师.2020,36(25):178-179.

[7]曾彩贤,王富海,曾柯红,伍小妍,梁楚莹.产前、产后综合护理对初产妇母乳分泌及喂养方式的影响[J].中国当代医药.2020,27(05):250-252.