

循证护理对产后会阴疼痛情况的改善探讨

The improvement of evidence-based nursing on postpartum perineum pain

谢克霞

XieKexia

(重庆医科大学附属第二医院产科 重庆 400000)

(Department of Obstetrics, the Second Affiliated Hospital of the Chongqing Medical University, Chongqing 400000)

摘要:目的 分析产后会阴疼痛患者进行循证护理干预,能否取得较好效果。方法 从2022年1月-2023年1月时间段内选取100例患者,划入实验对照两个组别,两组人数相同。对照组:常规护理,实验组:循证护理,从护理效果、疼痛情况、疼痛程度、生活质量等方面进行对照。结果 在各方面比较中,实验组均取得较为明显的进步,结合循证护理效果是优于常规护理的($P < 0.05$)。结论:综合护理能够有效提高手术质量,值得临床推广。

Abstract: objective to analyze the effect of evidence-based nursing intervention on postpartum perineal pain. Methods a total of 100 patients from January 2022 to January 2022 were 2023 into the experimental control group and the control group. Control Group: Routine Nursing, experimental group: evidence-based nursing, from the nursing effect, pain, pain, quality of life and other aspects were compared. Results: in all aspects of comparison, the experimental group have made significant progress, combined with evidence-based nursing effect is better than conventional nursing ($p < 0.05$). Conclusion: comprehensive nursing can effectively improve the quality of surgery, worthy of clinical promotion.

关键词:循证护理;产后会阴疼痛;改善探讨

Key words: evidence-based nursing; postpartum perineum pain; improvement

会阴痛为产妇在自然分娩后的正常表现,且大多为内源性炎性介质所引起,其痛程度与机体对应激反应的亢进、以及伤口破损程度等有正相关性。会阴部出现持续疼痛的情况,不仅会对产妇的内心造成很严重的创伤,使得产妇情绪变得不稳定,出现过度紧张焦虑等情况,严重时甚至还会出现产后抑郁的情况^[1]。而且持续的疼痛如果不能得到有效地控制,有可能出现应激反应,导致副交感神经的激动,从而控制催乳素受体释放,造成产妇产后出现乳汁分泌下降、排尿困难、大便不畅,不利产妇的产后康复^[2]。本研究针对产妇会阴疼痛的情况,进行循证护理干预,以期临床制定科学合理的疼痛护理及干预措施提供依据。现报告内容如下。

1 资料和方法

1.1 一般资料

从2022年1月-2023年1月时间段内选取100例患者,均划入两组。实验组年龄22-35岁,均值(27.59 ± 3.63)岁,体重55-75kg、均值(65.18 ± 6.97)Kg。对照组年龄22-35岁、均值(27.15 ± 3.61)岁,体重53-77kg、均值(64.22 ± 5.96)Kg。对这些患者进行临床诊断,确定无精神类疾病。且护理人员与健康体检者签署相关协议,确保此次测试顺利完成。一般资料对比($p > 0.05$)。

1.2 方法

1.2.1 对照组

对照组:进行一般护理工作,如围产期的卫生宣教、膳食指南、心理护理,告知与产褥期保健、饮食等相关的注意事项,并指导产后会阴部疼痛的产妇做好会阴部消毒清洁工作等。

1.2.2 实验组

实验组:(1)组建了循证护士管理组织。护士工作者在对产后会阴部疼痛的产妇进行护理工作,需要建立具有相关经验的专业性队伍。由产科护士长任组长,以三位骨干医生为主要成员,对每个组员都进行了临床护士的系统训练,并考核及格。指导小组主要承担着循证检查、循证考核、对护理人员进行系统性的指导和日常的技术培训。(2)循证支持。根据产妇会阴疼痛的实际问题,结合相关的指导措施、护理知识和对病人具体要求,确定了循证问题,内容主要涉及创伤原因、心理和社会影响、医源性影响。依据知网、万方等数据库相关资料,从而得到实证支撑。(3)循证护理方法的实施。在为产妇进行护理时,可以从多个方面展开护理。在为产妇进行会阴按摩时,自孕三十五周起,每天对胎儿实施1至2次产前会阴按摩,以降低产后阵痛的出现可能性。保健宣教,对围产期妊娠进行孕产知识保健宣教,以掌握孕期的生理特点、孕妇健康教育与社会发展常识、适当锻炼和膳食的重要性,并减少体重,以减轻在剖腹产后的会阴部侧切及撕裂。心理护理,通过积极地与孕妇交

流,形成良性的心理护患沟通,以准确掌握产妇的心情变化,并予以充分的关怀。在生产前护理过程中,充分掌握产妇的身体状况,并及时地对生育方案作出有效判断,尽量减少会阴撕裂的发生,选用对会阴创伤最少的助产方法。严密观测产过程进展,减少因产程进展延长对局部组织的过分挤压。助产时严格遵守消毒规定,防止创伤传染。产后护理,产后每天对产妇会阴疼痛和创伤愈合状况作出评价,给产妇冷敷或会阴治疗,剧痛难耐时指导产妇服用止痛药、直肠止痛,以减轻产后痛苦。并做好卫生清洁工作,必要的时候可以采用紫外线照射的方式,对会阴部进行消毒处理。保持周围的环境温度维持在37℃左右,可促使创口迅速痊愈。(4)服务质量的提高,调研组将对产后疼痛的相关问题进行有效的梳理,结合产妇的实际情况,进行针对性的指导。并对相关护理人员开展技术培训,以提高医护人员对会阴疼痛护理工作的全面了解,使得护理人员掌握会阴护理的基础知识,提高专业护理水平。管理组每周举行一次工作小组研讨会,总结在本周会阴疼痛护理流程中出现的的问题,并分析问题成因,给出具体整改意见和措施,以达到对循证护理的不断优化。

1.3 指标观察

1.3.1 对护理方式的满意度。

1.3.2 会阴疼痛情况评分比较。

1.3.3 两种护理疼痛程度比较。

1.3.4 生活质量调查表。采用问答的方式,对生活质量进行评分,评分与生活质量成正比关系。

1.4 统计学分析

SPSS20.0处理数据, ($\bar{x} \pm s$) 与 (%) 表示计量与计数资料,分别用t值与 χ^2 检验, ($P < 0.05$) 有统计学意义。

2 结果

2.1 对比两种护理满意度的有效率

实验组护理满意度和对照组相比具有明显的优势 ($P < 0.05$)。

见表1:

表1 患者满意度对比分析[n (%)]

组别	例数	满意	十分满意	不满意	满意占比
实验组	50	16(32.00)	29(58.00)	5(10.00)	45(90.00)
对照组	50	13(26.00)	20(40.00)	17(34.00)	33(66.00)
χ^2	-	-	-	-	5.029
P	-	-	-	-	0.018

2.2 比较两组患者的会阴疼痛情况

实验组的会阴疼痛情况优于对照组 ($P < 0.05$), 见表2。

表2 对比产妇会阴疼痛情况评分[$\bar{x} \pm s$ (分)]

分组	例数	分娩一天	分娩两天	分娩三天	平均分
实验组	50	3.15 ± 0.61	2.18 ± 0.45	1.42 ± 0.31	2.31 ± 0.07
对照组	50	3.68 ± 0.59	2.84 ± 0.57	2.16 ± 0.37	2.72 ± 0.09
t	-	0.815	1.046	7.123	6.872
P	-	1.153	0.621	0.008	0.012

2.3 对比两种护理疼痛程度比较

实验组护理疼痛程度和对照组相比具有明显的优势 ($P < 0.05$)。

见表 3:

指标	躯体功能		社会功能		生理功能		心理功能	
	时间	护理前	护理后	护理前	护理后	护理前	护理后	护理前
实验组 50 例		64.82 ± 4.42	88.41 ± 5.67	64.35 ± 4.36	88.37 ± 5.34	64.84 ± 4.68	88.29 ± 5.26	64.35 ± 4.25
对照组 50 例		64.58 ± 4.62	81.39 ± 4.58	64.31 ± 4.23	81.68 ± 4.71	65.26 ± 4.31	81.12 ± 4.52	65.82 ± 4.45
t 值		0.229	5.867	0.040	5.734	0.403	6.306	1.463
P 值		0.818	0.000	0.968	0.000	0.687	0.000	0.147

3 讨论

产妇在正常生产时,很容易出现会阴撕裂的情况,使得会阴出现损伤,并出现会阴疼痛、水肿和创伤感染等。调查也证实,在自然分娩后会阴部的疼痛患病率已超过 88.2%。会阴部疼痛的发生,会影响产妇的生理复原,并会对产妇的精神造成一定程度的影响甚至造成产后抑郁,从而给产妇的婴儿带来很大危害^[9]。传统的养护模式下,医生通常在产后二十四小时内才对产妇实施会阴疼痛的防治和养护,但疗效往往并不理想。因为在目前的孕妇护理常规中并没有考虑帮助孕产妇预防和管理会阴疼痛,而且医院也没有评估和调整预防和管理会阴疼痛工作过程中的有效方法,导致护理效果也没有以前那么理想^[4]。

循证护理是一个全新的护理模式,以现代医学原理为基础,紧密联系综合性医学需要,制订出具有可行性的专业护理措施和方案,以达到有证可循、有证可依的目的。本实验经过了成立循证护士的工作队伍、提出循证问题、询证检索、提供护理意见等的过程,整理出了关于产后会阴疼痛护理的循证依据,并将证据纳入了护士管理程序^[5]。实验结果显示,实验组产妇的产后轻微疼痛比率显著大于对照组,而中度、重度痛经比率则显著小于对照组 ($P < 0.05$)。为了保障循证护理方法的执行有效性,会议通过了对全体医护人员开展培训教学、建立相关机制、进行相关培训等方式,提升了护理人员能力和对会阴疼痛护理工作的注重程度,从而使产后女性的痛苦状况有所减轻。结果表明,实验组产妇的护理程度明显超过对照组,生存品质得以显著改善 ($P < 0.05$)。此项研究以循证的科学证据为基础,利用循证护理的理论模型,对关于产后女性会阴部疼痛及护理管理的科学证据进行了研究总结,临床实践上取得了显著效果^[6]。本研究所使用的实验依据,大多来自于国外权威机构所发表的临床指南、系统评估、数据总结、专家共识、对照试验、类实验、前瞻性队列研究等,证明有很大的可靠性。本研究主要是探讨有关产后女性会阴疼痛问题的临床护理研究,目的皆在于有效管理产妇产后疼痛,以改善护理人员 and 产妇的疼痛水平,以及防止和干预产后女性会阴疼痛的问题。因为中国传统文化,所以很多妇女并没有进行过产前的会阴按摩,且对会阴按摩会产生不适感^[7]。为此,通过助产士对孕妇的培训来明确产前会阴按摩的意义,并通过模型和宣传病人手册向妇女们介绍信息和会阴按摩示范方法。并把宣传手册放在了医院大门、助产士诊所和护士工作站。

本研究经过大量证据总结,对目前产妇产后及会阴疼痛护理中的关键障碍与具体问题进行了深入调查,然后在制定护理人员培训、孕产妇保健指南、会阴疼痛评估工具、改善操作过程等一系列策略,以促进证据的临床实践,对改善护理人员遵从的循证结果,

表 3 患者护理疼痛程度对比分析[n (%)]

组别	例数	低度疼痛	中度疼痛	重度疼痛
实验组	50	26(52.00)	18(36.00)	6(12.00)
对照组	50	17(34.00)	23(46.00)	10(20.00)
x ²	-	7.618	1.267	12.351
P	-	0.157	0.575	0.000

2.4 对比生活质量评分

通过比较发现,实验组生活质量较好。见表 4。

表 4 对比生活质量评分[$\bar{X} \pm S$ (分)]

指标	躯体功能		社会功能		生理功能		心理功能	
	时间	护理前	护理后	护理前	护理后	护理前	护理后	护理前
实验组 50 例		64.82 ± 4.42	88.41 ± 5.67	64.35 ± 4.36	88.37 ± 5.34	64.84 ± 4.68	88.29 ± 5.26	64.35 ± 4.25
对照组 50 例		64.58 ± 4.62	81.39 ± 4.58	64.31 ± 4.23	81.68 ± 4.71	65.26 ± 4.31	81.12 ± 4.52	65.82 ± 4.45
t 值		0.229	5.867	0.040	5.734	0.403	6.306	1.463
P 值		0.818	0.000	0.968	0.000	0.687	0.000	0.147

加强会阴部疼痛控制,减轻产妇产后痛苦具有显著效果^[8]。之所以能显示出这样显著的效应,还在于通过对循证法最佳证据总结后的循证护理,具备了较高的科学性、针对性和有效性,最佳证据的总结基于循证,这样所筛选出的依据就更具备了科学性和有效性,而护理人员则在具体的执行过程中,一方面充分运用依据,另一方面又根据临床情况和病人的实际状况,以便于为病人制订了比较科学,合理和人性化的疼痛护理措施,从而,很大程度的缓解了患者的产后痛苦^[9]。但必须关注的是,为了保证项目的连续性,并不断提高护理服务质量,在证据应用流程中仍需要进一步强化质量审查^[10]。

综上所述,循证护理采用了科学严密的研究方式,并把循证证据合理的运用在临床研究中,而本次研究引入的新证据相对较少,样本数也相应较小,另外护理人员的水平也会使得其在临床中的实际运用收到一些效果,所以,临床护士要充分考虑临床实际状况以及病人个人状况,通过进一步提升护士专业知识水平,发展出切实可行的产后疼痛护理举措,以进一步缓解产妇产后痛苦,促使产妇产后迅速恢复。

参考文献:

- [1] 祁蓉,徐美玲,宋德玲等.自然分娩后会阴疼痛程度的影响因素分析[J].中国当代医药,2023,30(12):94-97.
- [2] 陶纯.对分娩中产妇应用会阴评估量表指导会阴切开的效果观察[J].中国校医,2022,36(2):113-115.
- [3] 任宏丽,何珏,陈静等.产后妇女会阴疼痛循证证据总结及护理研究[J].山西医药杂志,2021,50(16):2491-2494.
- [4] 梁娅.循证护理对产妇产后疼痛及护理满意度的影响[J].菏泽医学专科学校学报,2021,33(2):78-79.
- [5] 郭晶晶,周立平,周宇恒等.顺产妇产后阴伤口护理的循证实践[J].循证护理,2021,7(5):646-651.
- [6] 刘晶,黄芝圃,李莉.会阴损伤管理在初产妇自然分娩中的应用分析[J].中国煤炭工业医学杂志,2021,24(1):89-93.
- [7] 邹紫玲,谢君丽,姚佳钰.循证护理在水中分娩患者护理中的应用效果分析[J].首都食品与医药,2020,27(9):156-157.
- [8] 刁晓丽,李晓红,曲月洁.基于循证的护理措施预防产后尿潴留效果观察[J].齐鲁护理杂志,2020,26(6):102-105.
- [9] 张玉,李莉,黄丽等.基于循证的产妇产后疼痛管理计划及实践效果[J].护士进修杂志,2018,33(6):516-519.
- [10] 狄雁鸿,连凤琴,郝桂花.阴道分娩后产妇产后疼痛相关因素及非药物性镇痛干预效果观察[J].临床合理用药杂志,2018,7(32):110-111.