



·论 著·

孕妇学校健康教育对自然分娩的影响

吴晓莉

(株洲市妇幼保健院 湖南株洲 412000)

【摘要】目的 研究孕妇学校健康教育对自然分娩的影响。**方法** 选择2016.2月-2017.5月间在我院进行生产登记的104例孕妇,按照随机数字表法将孕妇划分为观察组与对照组各52例,观察组孕妇自愿定期前往孕妇学校学习,为对照组孕妇提供一般孕期体检及指导措施,评价两组孕妇自然分娩率。**结果** 观察组孕妇非医学指征剖宫产率为11例(21.15%),明显低于对照组27例(51.92%),观察组孕妇自然分娩率为41例(78.85%),明显高于对照组25例(48.08%),($\chi^2=20.417$, $P<0.05$)。**结论** 开展孕妇学校健康教育,可有效提高孕妇自然分娩率。

【关键词】 妊娠;自然分娩;健康教育;产程

中图分类号: R256.12

文献标识码: A

文章编号: 1009-5187 (2018) 10-128-01

分娩过程是妇女经历的特殊生理阶段,胎儿在宫内发育足月后脱离母体的过程,自然分娩包括3个阶段,即为第一、第二、第三产程,该3个阶段为连续的过程,产程总用时受到孕妇生产经验、产道、胎位、宫缩情况等多种因素影响[1]。同时分娩过程对孕妇而言是一种强烈的应激源,对初产妇而言,孕妇因缺乏分娩经验、缺乏分娩信心、担忧分娩结局、短时间内无法尽快适应自身角色转变、怀孕后产生的外貌形象改变等因素,可能诱发孕妇在围生期出现严重不良情绪,如产前焦虑、产后抑郁等情况,一旦发生则对产妇身心健康造成较大影响,不利于新生儿生长发育,甚至可能诱发其他产科并发症出现[2-3]。因此为了有效改善孕妇分娩过程中的不良情绪,降低非必要医学指征剖宫产率,优化母婴分娩结局,临床医护人员应采取手段积极干预,重视为孕妇提供孕期保健、健康知识教育等措施。文章选择2016.2月-2017.5月间在我院进行生产登记的104例孕妇,分析孕妇学校健康教育的干预效果,现将结果报道如下:

1 资料与方法

1.1 一般资料

选择2016.2月-2017.5月间在我院进行生产登记的104例孕妇,按照随机数字表法将孕妇划分为观察组与对照组各52例,观察组:年龄范围在24-40岁,平均为(32.3±2.6)岁,孕周在37-40周,平均为(38.6±0.8)个月,孕妇文化水平:小学10例、初中15例、高中11例、大专10例、本科6例。对照组:年龄范围在23-39岁,平均为(33.5±2.5)岁,孕周在37-40周,平均为(39.0±0.7)个月,孕妇文化水平:小学11例、初中14例、高中12例、大专9例、本科6例。两组孕妇一般资料结果比较无统计学意义, $P>0.05$ 。

1.2 方法

观察组:(1)自孕第8周开始前往孕妇学校报名,学校理论课授课时间每周1至周五上午9点,每堂课时间为1.5h,孕第24周开始参加下午孕期运动课程、拉玛泽分娩法课的培训,上课时间是循环安排的,可根据孕妇诉求及时调整,每次上课时要求孕妇配偶全程陪同,以1个月作为一个授课周期。(2)教学方法:坚持循序渐进的原则,教师应在孕妇报名时按照文化程度进行分班,保证每个班次的孕妇文化水平均衡,减轻教学难度,因材施教。课程安排应符合成年人学习特点,合理安排课堂内容,采用轻松有趣的教学方法,采用互动式教学方法,提高孕妇学习兴趣,不断提高其孕期保健相关知识掌握度。(3)课程内容安排包括孕早期注意事项、饮食注意事项、音乐胎教、孕期心理护理要点、孕期母体生理改变、孕期常见不适表现、体重管理、胎心监测、乳房护理、定期产检的必要性、孕期运动要点、临产前准备工作、重点针对自然分娩与剖宫产分娩方式的优劣势进行教育,拉玛泽分娩法,孕期运动课,无痛分娩的知识培训与练习[4]。提供产后心理护理、康复锻炼、母乳喂养、新生儿保健等知识宣教等。

对照组:定期电话通知孕妇返院产检,每次产检结束后护士为孕妇提供保健指导,所有孕妇均未接受孕妇学校健康教育干预。

1.3 统计学处理

采用SPSS 18.0统计软件,计量资料用 $\bar{x} \pm s$ 差表示,采用t检验,

计数资料用百分比表示,采用 χ^2 检验, $P<0.05$ 为差异有统计学意义。

2 结果

2.1 评估两组孕妇分娩方式

观察组孕妇非医学指征剖宫产率低于对照组;观察组孕妇自然分娩率明显高于对照组, $P<0.05$ 。见表1。

表1 比较两组孕妇分娩方式[n=52, n(%)]

组别	剖宫产	自然分娩
观察组	11 (21.15)	41 (78.85)
对照组	27 (51.92)	25 (48.08)
χ^2	20.417	20.417
P	0.000	0.000

3 讨论

孕妇学校开展健康教育是孕期保健的重要组成部分,其教学目的是由专业教师对孕妇提供孕期保健知识教育,以达到潜移默化的影响个体行为、消除围生期危险因素、积极预防妊娠相关并发症、提高自然分娩率,促进母婴健康的目的。因妊娠是女性特殊生理阶段,该阶段内母体身心健康状态与孕妇对妊娠相关知识掌握度关系密切,而实施早期孕期教育可对孕妇心理、保健知识掌握、胎儿生长发育等方面产生积极影响,对降低非必要医学指征剖宫产率有着重要意义。孕妇学校通过集中孕妇,为其提供有组织性、有计划性的教育,以加强孕妇孕期自我监护能力[5]。

文章结果表明观察组孕妇非医学指征剖宫产率低于对照组;观察组孕妇自然分娩率明显高于对照组, $P<0.05$;分析原因发现,观察组孕妇均自愿参与孕妇学校健康教育,学校通过合理规划教学时间、孕妇学校的教师根据不同文化水平的孕妇合理分班,授课时采用趣味式教学模式、教师与孕妇积极互动,通过定期教学指导孕妇学习围产期保健知识,重点宣教自然分娩及剖宫产方式的优劣势,提高孕妇对孕期保健知识掌握度,提高自然分娩率。

综上所述,开展孕妇学校健康教育,可有效提高孕妇自然分娩率。

参考文献

- [1]袁春蕾,刘燕群,刘光华等.集中群组孕期健康教育对孕妇分娩恐惧的干预效果[J].护理学杂志,2017,32(18):27-29.
- [2]齐红艳,杨艳琴.微信平台对孕妇进行孕产期健康教育的实践效果[J].国际护理学杂志,2016,35(20):2827-2829.
- [3]唐小蕾,谢洁.个性化营养健康教育对孕妇膳食行为的影响及相关因素分析[J].中国妇幼保健,2017,32(12):2525-2527.
- [4]吴凯新,陆宝明.营养健康教育联合针对性营养指导对孕妇营养状况和母婴结局的影响[J].中国妇幼保健,2017,32(4):698-699.
- [5]谭光明,王旭辉,易菁等.孕妇及家属对孕妇学校健康教育知识的评价分析[J].中国妇幼保健,2017,32(13):2843-2845.