



穴位按摩联合乳房护理在母乳喂养中的应用

刘友连 (邵东县人民医院, 湖南邵东 422800)

摘要: **目的** 思考在乳房护理的基础上加以中医穴位按摩法对母乳喂养中的应用效果。**方法** 进行两组对照实验的方法, 在我院选取 100 例产妇平分为实验组和对照组, 实验组进行穴位按摩联合乳房护理, 对照组只做乳房护理, 两组进行对比。**结果** 在母乳喂养上实验组有 48 例, 其中纯母乳喂养有 40 例而对照组只有 38 例母乳喂养, 纯喂养的人数明显低于实验组。对于产妇自身乳房的情况来看, 产妇对于治疗满意度, 实验组要高于对照组。**结论** 中医的穴位按摩联合乳房护理大大的提高了母乳喂养数量及质量, 并对解决产后乳房疾病起到了一定的预防作用, 对以后更好地母乳喂养提供了思考的新方向。

关键词: 穴位按摩 乳房护理 母乳喂养

中图分类号: R473.71 **文献标识码:** A **文章编号:** 1009-5187 (2016) 09-049-02

Abstract: **Objective** Thinking on the basis of breast care to be traditional Chinese medicine acupuncture point massage on the application of breast feeding. **Methods** Two groups of control experiments were carried out in our hospital, 100 cases were divided into the experimental group and control group, the experimental group was performed point massage combined with breast care, the control group only do breast care, the two groups were compared. **Results** There were 48 cases in the experimental group of breast feeding, including 40 cases of pure breast feeding and 38 cases of breast feeding in the control group, the number of pure feeding was significantly lower than that of the experimental group. For women's own breast condition, maternal satisfaction with treatment, the experimental group was higher than the control group. **Conclusion** Chinese medicine acupoint massage combined with breast care greatly improve the quantity and quality of breastfeeding, and has a certain preventive effect to solve the postpartum breast disease and to better breastfeeding provides new ways of thinking.

Key words: Acupoint massage Breast Nursing breast feeding

婴儿出生的头一个小时就应该被提倡用母乳喂养, 这是世界卫生组织和联合国儿童基金会所提倡的母乳喂养^[1]。通过近年来的调查研究, 用母乳喂养对婴儿各项发展更为有利, 母乳中所含的营养物质有利于婴儿消化吸收其效果包括免疫力得到增强, 智力得到提升, 增进了母子感情等^[2]。当然要保证母乳喂养就要有一个好的开端护理, 传统的护理对产妇乳汁的分泌效果有限。在我国中医对产妇乳房的护理有其独特的方法。将中医中的穴位按摩与传统的乳房护理相结合效果明显。同时在改善产妇自身舒适度上的效果也很明显。本文就是对中医穴位按摩联合乳房护理在母乳喂养中应用的效果分析, 它具有一定的探索和发展意义。

1 资料与方法

1.1 一般资料

在我院选取 100 例足月顺产产妇, 经过检查产妇身体均无其他疾病, 分为实验组和对照组。其中实验组平均年龄在 (24.6 ± 13.3) 岁; 对照组平均年龄 (23.8 ± 14.5) 岁。将产妇的年龄, 孕周, 职业, 营养状况进行对比, 差异均无统计学意义 ($P > 0.05$)。

1.2 实验方法

实验组在乳房护理的基础上给予穴位按摩加强疗效, 对照组只做乳房护理, 具体方法如下。

实验组: 50 例产妇进行乳房护理。

(1) 保持乳房清洁, 干燥, 经常用温水擦洗, 尤其在分娩后第一次哺乳前, 要指导产妇先用温水毛巾清洁乳头和乳晕, 切忌用肥皂或酒精之类擦洗。

(2) 按摩乳房, 目的是使乳腺管通畅, 同时减少疼痛。主要方法是从乳房边缘向乳头中心按摩。

(3) 指导产妇选择正确的内衣和穿脱方法。

(4) 指导产妇正确的喂养方法和喂养姿势, 尽早哺乳。

在乳房护理的基础上给予中医穴位按摩加强哺乳效果, 穴位按摩对乳房及周围进行穴位按摩, 主要按膻中, 神封, 天池, 乳根, 膺窗, 屋翳, 库房, 气户等穴位, 运用梳法, 揉法及推法来进行按摩治疗。手法要准确, 力度要适宜。每天进行 2 次, 每次 20-30 分钟, 按摩结束后尽快哺乳, 效果会更好。实验进行 1 周, 记录实验结果。

对照组: 对照组只进行乳房护理, 方法同实验组, 两组实验时间

相同, 对比分析实验结果。

1.3 护理方案

对两组实验过程制定合理的护理方案。

(1) 基础护理, 每天做好对产妇和婴儿的基础测量, 并记录, 及时更换床单, 保持病房环境安静整洁。

(2) 心理护理^[3], 产后产妇会有关系转换, 成为一个母亲, 其转换过程需要得到产妇的接受并认可。产前进行疏导, 产后积极与产妇沟通, 了解其内心状态, 及时发现问题, 并及时处理问题。建立一个良好的护患关系。

(3) 休息与安全^[4]: 分娩是一个漫长且痛苦的过程, 产妇会消耗大量能量, 机体处于极度疲劳的状态, 产妇需要充足时间休息才能更好地哺乳。应为产妇提供舒适安静的环境, 建议其卧床休息。

(4) 饮食护理: 产妇一开始建议吃一些清淡易消化的食物, 不建议大补, 产妇机体虚弱大补不仅得不到吸收还会阻碍恢复。

(5) 健康教育, 对产妇及其家人进行健康教育, 交待一些产妇, 和婴儿护理的注意事项, 避免不正确的护理。

1.3 统计学方法

两组实验我们采用 SPSS18.0 系统软件统计分析资料; 计数资料用 (n , %) 表示, 并用 χ^2 检验; $P < 0.05$ 表示有统计学意义。

2 结果

2.1 两组在哺乳效果上的比较

经过 1 周的治疗, 两组进行哺乳效果的比较, 从统计记录上的结果表明, 实验组哺乳的人数及质量要明显高于对照组, 具体比较结果见表 1。

表 1: 两组在哺乳效果上的比较 (n , %)

组别	例数 (n)	纯哺乳 (n)	部分哺乳 (n)	不哺乳 (n)	总有效率 (n , %)
观察组	50	40	8	2	96%
对照组	50	28	10	12	76%
χ^2					7.21
P					<0.05

2.2 两组在舒适度效果上的比较

(下转第 51 页)



淋巴细胞衰竭, 机体外防御系统出现漏洞。因此艾滋病在病症发展过程中患者易遭受各类机会性病毒感染。结核病作为艾滋病患者早期最为多发的感染合并症之一, 两种疾病均能够对机体 CD4 淋巴细胞进行侵袭, 为患者机体造成严重威胁。在治疗过程, 艾滋病合并肺结核患者由于疾病或疾病带来的痛苦均会存在一定程度的心理负面情绪, 特别对老年患者而言, 该类患者的各项身体机能均会有一定程度的下降, 因此, 对老年艾滋病合并肺结核患者实施一定的护理干预是非常有必要的^[2]。本研究对该类患者实施整体护理, 具体措施如下:

症状护理: 由于老年艾滋病合并结核病患者机体功能下降, 常出现呼吸道和消化道症状, 如发热、咳嗽、咳痰、气促、腹泻等, 导致患者生活自理能力下降。因此, 患者入院后, 仔细评估患者的基本情况, 制定相应的护理计划及措施。高热不退患者给予对症处理, 必要时给予物理降温; 咳嗽、咳痰患者, 劝戒烟, 给予消炎、抗结核、抗真菌治疗, 必要时给予雾化吸入, 气促患者给予氧气吸入; 腹泻严重患者, 遵医嘱补充足量的水分, 防虚脱发生, 并保持肛门皮肤清洁。

用药指导: 服药前, 首先做好艾滋病相关知识宣教, 向患者强调高度依从性与治疗效果间有直接关系, 为了保证疗效, 至少应该保证 95% 以上的治疗依从性。依从性评估: 采用单位时间内, 患者实际服用抗病毒剂量与医生处方总量之间的比值, 其中依从程度 $\geq 90\%$ 者为良好, $\leq 90\%$ 为依从性不佳或较差^[3]。其次, 做好用药时间指导, 异烟肼、乙胺丁醇、吡嗪酰胺随餐服用, 利福平于夜间睡前空腹顿服, 出现药物反应严重者, 可根据个人情况调整服药时间, 主要使有效血药浓度达到最高, 从而获得最佳治疗效果。并告诉患者若服药后 1 h 内呕吐, 应补服。指导患者抗病毒药物的服用技巧, 以减轻不良反应, 增加依从性。

心理护理: 该类患者由于疾病的原因, 常易存在自卑、恐惧、沮丧等负面心理, 护理人员应遵医嘱对该类患者实施针对性的心理疏导,

主动与患者沟通交流, 鼓励患者说出内心的想法, 并结合患者的倾诉判断患者出现负面情绪的原因, 结合原因对患者实施针对性的心理疏导^[4]。由于该类患者的内心较为敏感, 护理人员应按照循序渐进的原则给予患者心理指导, 多给予患者安慰、支持、鼓励等^[5]。同时, 护理人员应详细向该类患者讲解关于艾滋病合并肺结核的相关知识 (治疗方法、治疗意义、不良反应、注意事项以及危害等), 必要时, 可以让该类患者与治疗效果好的患者进行沟通交流, 并向患者强调拥有一个良好的心态有助于抑制病情的发展, 使其积极配合医护人员的工作^[6]。

通过对比研究发现, 采取整体护理服务的观察组患者在生活质量、心理状态等均显著高于常规护理模式, 同时整体护理全方位加强患者治疗过程干预, 提升治疗依从性, 其优质的护理效果得到患者充分认可, 表明整理护理效果显著。

参考文献

- [1] 于兰, 王黎明, 唐志荣, 等. HIV / AIDS 患者合并活动性结核的诊断方法探讨 [J]. 中华检验医学杂志, 2009, 32 (4): 377-382.
- [2] 唐月璐, 曹权, 唐素荣, 等. 艾滋病合并肺结核双重感染患者的护理进展 [J]. 内科, 2024, 9(4):493-495.
- [3] 张平花. 艾滋病抗病毒治疗依从性护理干预对策 [J]. 护理研究, 2013, 20 (3): 133-134.
- [4] 孙心爱, 杜娟, 李汾香, 等. 艾滋病合并肺结核的护理田全科护理, 2022, 9(30):2774-2775
- [5] 韦柳迎, 韦彩云, 杜丽群, 等. 人文关怀在艾滋病住院患者护理中的应用 [J]. 内科, 2020, 5(1):100-102.
- [6] 麻燕燕. 韦春妹实施优质护理服务在肺结核咯血患者中的应用效果观察 [J]. 内科, 2023, 8(4):449-450, 456.

(上接第 49 页)

通过本次实验, 不仅在哺乳效果上有具体表现, 在产妇自身的身体健康上也是效果显著, 我们从以下几个方面进行比较分析, 结果见表 2。

表 2: 两组在舒适度效果上的比较 (n, %)

组别	例数 (n)	乳头凹陷 (n)	乳头皲裂 (n)	乳房胀痛 (n)	乳房肿块 (n)	总有效率 (n, %)
观察组	50	1	0	2	0	94%
对照组	50	4	3	7	6	60%
χ^2						7.93
P						<0.05

3 讨论

不论是初产妇还是经产妇, 在产后都会存在一些问题, 如乳汁不多, 乳头皲裂, 乳房胀痛, 乳房有肿块等大大小小的问题^[5-6]。传统的乳房护理对这些问题也有具体的护理措施, 其效果也能得到一部分产妇的认可, 如果加以中医穴位按摩的话效果会更加理想。产后产妇的身体虚弱, 身体机能得不到回复, 会引起气血两虚, 或者产后抑郁, 这些因素都会影响产后哺乳。在中医学上认为分娩时胞宫的脉络被损伤, 导致脉经瘀阻不通, 旧血停留, 经气郁滞, 并且产后失血过多会导致产妇体虚, 气虚血弱等而致身体对环境的适应能力下降^[7]。一系列的问题就影响了母乳喂养的效果和产妇自身健康的恢复, 在原有的乳房护理上联合穴位按摩, 是近年来我国医学的新发现, 根据中医辨证^[8], 产妇气血两虚, 脉经瘀阻, 气滞, 从而引起乳汁分泌减少, 乳房发胀发痛, 有硬块等。此时不能盲目护理, 正确的做法就是疏理肝气, 巧用膻中, 少泽和太冲等穴位, 进行有效按摩对提高哺乳率有很大的帮助^[9]。

通过本次两组对照试验的结果表明, 乳房护理是哺乳喂养的基础, 做好乳房护理是成功哺乳的前提。而对于中医穴位按摩来讲, 通过穴位按压疏通了乳房及周围的经脉, 使阻滞通畅, 起到了缓解产妇乳房不适的同时又提高了哺乳质量的作用, 在产后护理满意度上得到了产妇们的认可和推崇。中医穴位按摩博大精深, 需要我们探索的未来领域还很多, 因此对哺乳期的产妇应用穴位按摩联合乳房护理值得在临床上推广和继续探索。

参考文献

- [1] 李洁. 提倡母乳喂养对促进母婴健康价值探讨 [J]. 中外女性健康 (下半月), 2014, (1):24-24, 31.
- [2] 韩德承. 母乳喂养好处多 [J]. 开卷有益 (求医问药), 2012, (5):8-9.
- [3] 马娟丽, 施雪群. 心理护理和产前宣教对产妇分娩的影响 [J]. 中国实用护理杂志, 2012, 28(2):61-62.
- [4] 王岚, 张媛, 张华等. 592 例妊娠期腰痛孕妇分娩方式与产后腰痛关系分析 [J]. 重庆医学, 2011, 40(30):3019-3021.
- [5] 李蓉. 对产妇进行产后乳房护理的效果观察 [J]. 求医问药 (下半月刊), 2013, 11(12):254-255.
- [6] 杨桂芳, 张晨凌. 围生期乳房保健对产后乳房问题的影响 [J]. 现代医药卫生, 2011, 27(5):766-767.
- [7] 王莉萍, 许宏兰, 姜冬杰等. 穴位指压及乳房按摩对急性乳腺炎患者肿块期的影响 [J]. 中国中医急症, 2012, 21(8):1373-1374.
- [8] 李凤鱼, 赵美峰. 产后乳汁缺乏症的中医辨证治疗和护理 [J]. 按摩与康复医学 (中旬刊), 2011, 02(9):138-139.
- [9] 殷飞, 倪毅. 乳管镜介入结合中医辨证治疗单纯肿块型浆细胞性乳腺炎的临床研究 [J]. 中国医药指南, 2012, 10(10):494-495.