

产褥期健康宣教与护理干预对初产妇早期康复中的应用

孙磊 蒋盼 付姘 曹雪梅

贵州省黔西南州中医院 562400

【摘要】目的 讨论产褥期健康宣教与护理干预对初产妇早期康复中的应用。**方法** 选取我院实行自然分娩的住院的初产妇 100 例, 根据产妇的入院时间顺序分为两组, 在实验组中使用产褥期健康宣教与护理干预, 在对照组中使用常规产褥期护理。**结果** 实验组的子宫复旧的情况小于对照组, 差别较大 ($P < 0.05$)。对照组的恶露分泌的情况高于实验组, 差别较大 ($P < 0.05$)。实验组中有 1 例初产妇发生乳房胀痛的情况, 有 1 例初产妇发生便秘的情况, 有 1 例初产妇发生子宫复旧不全; 对照组中有 7 例初产妇发生乳房胀痛的情况, 有 8 例初产妇发生便秘的情况, 有 5 例初产妇发生子宫复旧不全, 有 6 例初产妇发生尿潴留的情况, 有 5 例初产妇发生产褥感染, 有 3 例初产妇发生产后失眠; 两组的差别较大 ($P < 0.05$)。**结论** 在初产妇中使用产褥期健康宣教与护理干预, 有利于促进子宫复旧, 恶露分泌, 减少并发症发生率, 具有重要的临床价值。

【关键词】 产褥期健康宣教; 护理干预; 初产妇; 早期康复**【中图分类号】** R473.71**【文献标识码】** A**【文章编号】** 1005-4596 (2020) 02-129-02

初产妇在分娩后由于缺乏对产后康复护理的了解, 使用传统的产后调养, 很容易出现问题, 从而影响产妇的身体恢复^[1]。初产妇在产后早期使用产褥期健康宣教与护理干预, 可以促进子宫复旧, 恶露分泌, 减少并发症发生率^[2]。本文中选取我院实行自然分娩的住院的初产妇 100 例, 具体报道如下。

1 资料与方法**1.1 一般资料**

选取我院实行自然分娩的住院的初产妇 100 例, 根据产妇的入院时间顺序分为两组, 在实验组中使用产褥期健康宣教与护理干预, 在对照组中使用常规产褥期护理。其中, 实验组初产妇有女性 50 例, 平均年龄为 25.7 岁。对照组初产妇有女性 50 例, 年龄的平均数为 26.3 岁。

1.2 方法

在对照组中使用常规产褥期护理, 主要指导产妇常规产科护理以及产褥期的保健知识。

在实验组中使用产褥期健康宣教与护理干预。(1) 护理人员需要指导初产妇改正不良的陋习, 保持病房温度适应, 定期通风, 调节灯光, 进行身体的清洁, 更换贴身的衣物, 防止出现产褥期感染。护理人员指导初产妇使用合适的营养补充, 指导初产妇使用正确的方法进行母乳喂养。(2) 护理人员在产妇产后实行人格评估量表, 了解产妇的心理情况, 有很多产妇在产后会出现抑郁症, 因此护理人员进行高度重视产妇的心理情况, 并积极进行心理疏导, 指导产妇家属多

于产妇进行交流, 安抚产妇的不良情绪。(3) 护理人员指导产妇对婴儿进行清洗, 安抚, 按摩等方法, 并指导产妇进行盆底肌的锻炼, 促进产妇的身体恢复。

1.3 统计学方法

使用 SPSS22.0 软件分析统计, 其中计量资料, 实行 T 检验; 计数资料, 实行卡方进行检测。 $P < 0.05$, 那么差别较大。

2 结果**2.1 实验组和对照组的子宫复旧以及恶露分泌的情况**

实验组的子宫复旧的情况小于对照组, 差别较大 ($P < 0.05$)。对照组的恶露分泌的情况高于实验组, 差别较大 ($P < 0.05$)。

表 1: 实验组和对照组的子宫复旧以及恶露分泌的情况

组别	例数	子宫复旧	恶露分泌
实验组	50	7.65±1.07	4.85±0.96
对照组	50	10.55±1.37	6.67±1.28
T 值		7.563	7.859
P 值		< 0.05	< 0.05

2.2 实验组和对照组的并发症发生率的情况

实验组中有 1 例初产妇发生乳房胀痛的情况, 有 1 例初产妇发生便秘的情况, 有 1 例初产妇发生子宫复旧不全; 对照组中有 7 例初产妇发生乳房胀痛的情况, 有 8 例初产妇发生便秘的情况, 有 5 例初产妇发生子宫复旧不全, 有 6 例初产妇发生尿潴留的情况, 有 5 例初产妇发生产褥感染, 有 3 例初产妇发生产后失眠; 两组的差别较大 ($P < 0.05$)。

表 2: 实验组和对照组的并发症发生率的情况

组别	例数	乳房胀痛	尿潴留	产褥感染	便秘	子宫复旧不全	产后失眠
实验组	50	1 (2.00%)	0 (0.00%)	0 (0.00%)	1 (2.00%)	1 (2.00%)	0 (0.00%)
对照组	50	7 (14.00%)	6 (12.00%)	5 (10.00%)	8 (16.00%)	5 (10.00%)	3 (6.00%)
χ^2 值		7.421	7.126	7.546	7.141	7.152	7.461
P 值		< 0.05	< 0.05	< 0.05	< 0.05	< 0.05	< 0.05

3 讨论

随着人们生活水平的提高, 人们对于产妇产后护理的问题逐渐重视, 传统的产后护理中进行坐月子, 不利于产后产妇的身体恢复, 产妇长时间不下床, 不能尽快恢复正常^[3]。在初产妇产后使用产褥期健康宣教与护理干预, 使用科学的方法进行产后护理, 有利于促进子宫复旧, 促进恶露排除, 让产妇的身体更快恢复^[4]。

根据研究发现, 产褥期健康宣教与护理干预组的子宫复旧的情况小于常规产褥期护理组, 差别较大 ($P < 0.05$)。常规产褥期护理组的恶露分泌的情况高于产褥期健康宣教与护理

干预组, 差别较大 ($P < 0.05$)。产褥期健康宣教与护理干预组中有 1 例初产妇发生乳房胀痛的情况, 有 1 例初产妇发生便秘的情况, 有 1 例初产妇发生子宫复旧不全; 常规产褥期护理组中有 7 例初产妇发生乳房胀痛的情况, 有 8 例初产妇发生便秘的情况, 有 5 例初产妇发生子宫复旧不全, 有 6 例初产妇发生尿潴留的情况, 有 5 例初产妇发生产褥感染, 有 3 例初产妇发生产后失眠; 两组的差别较大 ($P < 0.05$)。蔡舒等^[5]研究产褥期妇女对产褥期饮食与活动知识的认知状况及健康教育调查分析结果与本文相似。

(下转第 131 页)

肩关节功能的恢复。

肩袖损伤患者的围术期护理中,快速康复护理方法的应用优势体现为:(1)缓解术后疼痛。关节镜手术的创伤性特征,会导致肩袖损伤患者产生应激反应,并产生较为严重的术后疼痛问题。如未能合理纠正患者的术后疼痛,这一问题可能会影响患者的术后锻炼依从性。引入快速康复护理后,这一方法则可参照肩袖损伤患者的术后疼痛程度,运用不同的镇痛措施,缓解患者的痛苦体验。本研究证实:康复组术后第3d疼痛(4.06±1.39)分,低于对照组(P<0.05)。(2)纠正不良情绪。实施关节镜手术治疗期间,肩袖损伤患者极易因担忧肩关节功能恢复、担忧手术效果不佳等而产生焦虑情绪。快速康复护理模式下,护理人员可参照促进患者的术后康复这一目标,利用术前宣教、术后镇痛干预等措施,抑制可引发患者情绪变化的因素,维持其情绪状态的相对稳定。本研究证实:护理后,康复组焦虑(48.59±4.16)分,低于对照组(P<0.05)。(3)促进术后康复。肩袖损伤关节镜手术患者的术后康复期较长。常规护理中的健康宣教、体位

护理等措施对患者术后康复的支持作用有限。而相比之下,快速康复护理则针对可影响肩袖损伤患者术后康复的因素:依从性不足、负性情绪、术后疼痛、锻炼不足等,采用镇痛干预、术前宣教及早期功能锻炼措施,为肩袖损伤患者的术后康复提供可靠支持。本研究证实:康复组护理后肩关节功能(28.06±3.02)分、住院时间(6.62±1.54)d,均优于对照组(P<0.05)。

综上所述,宜于肩袖损伤患者的围术期护理中,推行快速康复护理,以改善患者的不良情绪及疼痛症状,为患者肩关节功能的康复提供支持。

参考文献

- [1] 郑锐,王越,饶尧.快速康复理念在肩关节镜治疗肩袖损伤术后护理中的应用[J].实用临床护理学电子杂志,2019,4(24):137-138.
- [2] 胡文静,古喜红,万文璐,等.快速康复理念在肩关节镜治疗肩袖损伤术后护理中的应用[J].海军医学杂志,2018,39(05):467-469.

(上接第127页)

复,要考虑患者身心状况,提供针对性的护理干预,保持护理内容符合个人所需,提升患者与家属治疗护理的配合度,保持和谐的互动关系,减少不良事件发生率。

综上所述,老年心肌梗死支架手术中运用护理干预后可以有效的减少术后并发症,提升患者的护理满意度,整体治疗恢复效果更为明显。

参考文献

- [1] 余道美.临床护理路径降低急性心肌梗死支架手术

后并发症效果观察[J].实用临床护理学电子杂志,2017,2(21):113,115.

- [2] 王红梅.急性心肌梗死支架术后的护理疗效观察[J].大家健康(下旬版),2018,12(2):249.

- [3] 张红.急性心肌梗死急诊PTCA及支架植入术后的护理体会[J].中国医药指南,2018,16(5):252-253.

- [4] 王秀平.急性心肌梗死急诊经皮冠状动脉支架植入术后的护理效果观察[J].临床医药文献电子杂志,2018,5(91):106-107.

(上接第128页)

人员能够充分掌握高龄产妇的临床护理要点,增强了护理人员的综合护理能力;并建立患者个人档案以及通过风险评估,制定出针对性的延续护理方案,因此提高了护理的有效性及准确性;在护理过程中通过微信平台定期开展健康教育讲座以及心理干预,从而有效缓解产妇不良心理状态,增强了产妇的日常自我照护水平;并通过加强产后护理干预及定期回访,及时纠正患者日常生活中存在的相关护理问题,从而提高产妇身体恢复速度^[3]。

由上可知,延续护理对提高高龄产妇日常自我护理能力、

改善产妇不良心理状态以及确保母婴安全起到了重要性作用。

参考文献

- [1] 李连娣,朱文平,谢伟珍,等.延续性护理服务在高龄剖宫产产妇中的应用[J].护理实践与研究,2017,14(15):153-154.

- [2] 何莉.延续性护理服务模式在高龄产妇护理中的应用效果[J].心理医生,2018,24(17):255-256.

- [3] 李连娣,朱文平,谢伟珍,孔理丹,曾运娥.延续性护理服务在高龄剖宫产产妇中的应用[J].护理实践与研究,2017,14(15):153-154.

(上接第129页)

综上,在初产妇中使用产褥期健康宣教与护理干预,有利于促进子宫复旧,恶露分泌,减少并发症发生率,值得临床使用和推广。

参考文献

- [1] 王竹青,韩萍,潘太健,金霞,朱晓红.延续护理对产褥期妇女健康状况的影响[J].现代生物医学进展,2016,16(05):936-939+929.

- [2] 曾六萍,黎珊瑚,李君.产妇产褥期健康教育采

用歌谣式宣教卡的效果研究[J].检验医学与临床,2016,13(16):2326-2328.

- [3] 李开秀,易萍.上门随访结合电话回访对初产妇产褥期纯母乳喂养的影响研究[J].当代护士(下旬刊),2018,25(01):139-141.

- [4] 胡莎莎.兰州市初产妇产褥期母亲角色适应状况及影响因素分析[D].兰州大学,2018.

- [5] 蔡舒,黄文欢,江泽英,梁卫第.产褥期妇女对产褥期饮食与活动知识的认知状况及健康教育调查分析[J].全科护理,2015,13(14):1356-1358.