

中西医结合护理干预对产后哺乳期闭经避孕法效果影响的研究

李文娟

泰兴市人民医院 江苏泰兴 225400

【摘要】目的 探讨中医护理干预对产后哺乳期闭经避孕法的效果及影响。**方法** 选取某三级医院产科 2013 年 3 月~2014 年 3 月母婴同室产妇 303 例, 随机分为观察组和对照组。观察组给予中西医结合护理干预, 对照组行一般产后常规护理, 比较干预效果。**结果** 观察组母乳产后闭经时间长于对照, 产后半年内意外妊娠率低于对照组 ($P < 0.05$)。**结论** 中西医结合护理干预可延长妇女产后闭经时间, 提高哺乳期闭经避孕法的避孕效果。

【关键词】 护理干预; 哺乳期闭经避孕法; 母乳喂养

【中图分类号】 R473.71

【文献标识码】 A

【文章编号】 1005-4596 (2020) 03-166-02

哺乳闭经避孕法 (lactational amenorrhea method of contraception syndrome, LAM) 是一种籍哺乳调节生育间隙和达到避孕目的的自然避孕方法^[1]。通过哺乳期延长闭经时间而产生的避孕作用而避免再妊娠, 简单易行, 无副作用, 有利于产妇健康, 是哺乳期妇女的理想避孕方法^[2]。通过中西医结合护理干预方法干预产后妇女母乳喂养时间, 延长闭经时间, 降低产后意外妊娠率, 取得满意效果, 现报道如下。

1 资料与方法

1.1 一般资料

选取清远市某三级医院产科及爱婴区病房 2013 年 3 月~2014 年 3 月母婴同室产妇 303 例作为研究对象。纳入标准: 阴道自然分娩产妇, 可自行哺乳, 无产后合并症及自身重大疾病、传染病, 无精神障碍, 知情同意; 新生儿无先天疾病, 产后 5 分钟 Apgar 评分 9 分以上^[3]。排除标准: 符合高危妊娠诊断标准的产妇; 产后新生儿发生疾病者; 有哺乳禁忌无法母乳喂养者; 有沟通障碍, 无法配合完成实验者。符合纳入条件的产妇按照研究对象分类分为观察组和对照组, 观察组 151 人, 平均年龄 18~42 岁; 对照组 152 人, 平均年龄 18~41 岁。两组一般资料比较差异无统计学意义 ($P > 0.05$)。

1.2 方法

1.2.1 调查工具

(1) 一般资料调查表: 主要包括产妇的姓名、年龄、教育程度、职业、婚龄、产前检查、高危因素、既往孕产史、新生儿出生时孕周、出生体重、新生儿阿氏 (Apgar) 评分等^[4]。(2) 产后 6 周复诊调查表主要收集产后应用何种避孕方式、产后 3 天乳胀情况、每日母乳喂养时间、母乳量是否充足等。(3) 产后 6 个月电话随访表主要收集产后 6 个月内闭经时间及恢复月经时间、母乳喂养时间、采取避孕方法、是否妊娠、是否按照医院宣教采取护理方法等^[5]。

1.2.2 资料收集

采取一对一的方法, 取得同意后由产妇当场自行填写或口述后由工作人员代为填写, 问卷当场收回。发放问卷 322 份, 回收有效问卷 303 份, 回收率 94.1%。

1.2.3 研究方法

观察组: 产后当天对实验组研究对象基线调查后, 由研究人员对产妇的康复情况做出评估, 根据评估结果确定具体的中西医结合护理干预方案, 在常规护理基础上一对一给予中西医结合护理干预, 并跟踪随访。对照组: 对照组进行产后常规护理方法。于两组研究对象产后 3 天对两组研究对象对 LAM 认知度、出院后是否准备继续应用延长哺乳期的方式来避孕进行调查。出院时, 实验组产妇发放产妇健康指导指南,

并于出院后每周一次电话随访; 产后 6 周返院复查时再次调查实验组和对照组母乳喂养情况、LAM 应用情况、产后闭经时间及妊娠发生率。

1.2.4 统计学方法

应用 SPSS 19.0 统计软件进行统计学处理, 计量资料均数 ± 标准差表示, 计数资料以例数或率表示, 行相应检验, $P < 0.05$ 差异有统计学意义。

2 结果

2.1 两组产妇哺乳期闭经时间比较, 见表 1。

表 1: 两组产妇哺乳期闭经时间比较

组别	例数	平均闭经时间 (月)
观察组	151	8.11±2.58
对照组	152	6.68±1.45
t		5.592
P		$p < 0.05$

2.2 两组产妇产后妊娠率比较, 见表 2。

表 2: 两组产妇妊娠率的影响比较

组别	例数	妊娠数 (例)	妊娠率 (%)
实验组	151	6	3.97
对照组	152	17	11.18
χ^2			5.615
P			0.028

3 讨论

3.1 不同喂养方式对 LAM 的影响

哺乳期闭经避孕法的生物学基础主要利用吸吮刺激的原理, 吸吮刺激根据人的神经内分泌反射以达到长期维持乳汁分泌的作用^[5]。除了哺乳频率和强度之外, 某些生物因素以及年龄、胎次及营养状况也能影响哺乳期妇女的闭经期^[6]。研究结果显示, 纯母乳喂养的产妇产后意外妊娠率较低 (2 例), 而人工喂养组的产妇产后妊娠率则明显高于母乳喂养产妇, 因此我们可以通过对产后哺乳期妇女进行护理干预而延长母乳喂养时间, 达到抑制卵巢的作用, 推迟妇女产后月经复潮时间及产后排卵时间, 从而能够延长闭经时间起到避孕的作用。

3.2 延长母乳喂养时间对妇女产后妊娠率的影响

根据研究数据, 人工喂养组产妇产后意外妊娠 21 例, 纯母乳喂养组产妇产后意外妊娠 2 例, 部分母乳喂养组产妇产后发生意外妊娠 4 例。纯母乳喂养组产后妊娠率显著低于部分母乳喂养组及人工喂养组, 部分母乳喂养组产后妊娠率低于人工喂养组, 差异有显著性 ($p < 0.05$)。采取按摩、食疗、物理刺激等多种方法促进乳汁分泌, 保证产妇母乳量, 向产

(下转第 169 页)

生, 患者机体产生功能性障碍, 导致患者出现昏厥和短时的意识障碍, 面部出现苍白的体现; (4) 胸痛: 临床上最常见的特征为心梗或心绞痛, 因该种病征引发胸痛的主要原因;

(5) 咳血: 咳嗽后痰液中存在血液样或鲜红色泡沫; (6) 水肿: 存在肺水肿或皮下水肿体现; (7) 紫绀: 该种病征是缺氧时的表现, 呈现为周围性紫绀或中心性紫绀; 患者一旦发生以上的临床表现是, 不仅严重影响其生活的质量还严重威胁生命安全。由于心血管疾病所具有的隐秘性, 应用常规的心电图无法全天 24h 对患者实施检测, 故无法将全天各个时间段的心率和血压的变化详细的体现, 因此对患者的临床诊断的准确率和预后的效果产生一定的影响, 而 24h 动态心电图不仅具有自动分析、记录、检测和多画面的对其监测的结果进行展示以及打印等, 在临床上不仅可以准确的将患者佩戴过程中心脏的心律变化情况进行记录, 还能对患者存在心肌缺血或心律失常等相关疾病提高诊断率和筛查率, 特别是存在无痛性质的心肌缺血或短暂性心律失常以及一过性心肌缺血和阵发性心律失常的筛查和诊断中具有较高的优势^[4]。

该种监测方法的优势显著, 但是还存在缺点, 因监测时仅仅只有 2 个或 3 个导联^[5], 对整个心脏病变的情况很难进行详细的反应, 因为在整个监测的过程中, 患者自始至终的在活动的状态, 故检查的结果可能产生一定的偏差, 故在患者运用 24h 动态心电图时尽量地避免剧烈的运动、并实时的保持

皮肤的干燥、尽量对可能存在电磁场的场所远离, 减少对仪器的干扰率, 是保障结果准确性高的前提, 如进行运动时, 需要将运动的时间进行仔细的记录, 并详细的回答医生的问题, 辅助医生对自身疾病的诊断, 对提高疾病的筛查率和诊断以及临床针对性治疗有积极的意义。通过以上的陈述和研究结果充分的说明, 心血管疾病的发生与患者的年龄存在一定的关系, 而 24h 动态心电图的正确运用, 不仅能提高该类疾病的筛查率, 还可以通过检查结果尽早的对患者实施早期的诊断和治疗, 对提高患者治疗效果、改善患者的生活质量、保障患者的生命安全的意义非常的重大, 故该种检查方法值得临床推广及应用。

参考文献

- [1] 王众国. 500 例中老年心血管疾病患者 24h 动态心电图临床分析 [J]. 医药前沿, 2015, 2(21):190-191.
- [2] 姚磊. 532 例中老年心血管疾病患者 24h 动态心电图临床分析 [J]. 医学信息, 2015, 11(2):237-237.
- [3] 赵学娜, 路锋. 24h 动态心电图对无症状心肌缺血的临床分析 [J]. 中国保健营养, 2016, 26(6):127-128.
- [4] 杨文慧. 24h 动态心电图对无症状心肌缺血的临床分析 (附 26 例报告) [J]. 中国保健营养 (下旬刊), 2013, 23(6):3081-3082.
- [5] 毛小琼. 24h 动态心电图检测 626 例临床分析 [J]. 当代医学, 2012, 18(21):48-49.

(上接第 166 页)

妇及家属介绍 LAM 的避孕产生原理和优点, 鼓励产妇使用 LAM 方法进行产后自然避孕, 告知产妇持续使用 LAM 方法的 3 个必要条件: 哺乳期闭经、纯母乳喂养和产后 6 个月内, 如果以上 3 个条件中任何一项要求不能达到, 则立即替换或加用其他避孕法, 以免造成意外妊娠。

本研究表明采取中西医结合护理干预方法可延长产妇母乳喂养时间, 从而延长闭经期, 提高 LAM 法的避孕效果, 为产妇哺乳期特殊时期如何应用科学自然的哺乳期闭经避孕法提供实证研究依据, 该方法简便易行, 经济适用, 对降低产妇 1 年内哺乳期再孕妇女意外怀孕率有较大参考价值。

参考文献

- [1] 黄咏梅, 程利南. 产后避孕服务的研究进展 [J]. 中国妇

幼健康研究, 2008, 19(2), 157-159

- [2] 刘梦梅. 哺乳闭经避孕法 (LAM) [J]. 国外医学计划生育分册, 1995, 8(14):3.
- [3] 尚雪萍. 护理干预对先兆流产孕妇保胎期间症状的影响 [J]. 《齐鲁护理杂志》, 2010, 8(15):414-417.
- [4] 曾菊芳, 潘夏燕, 陶雪玲等. 不同健康教育方式对产后母乳喂养及避孕行为的影响 [J]. 温州医学院学报, 2012, 42(5), 497-498.
- [5] 罗琳雪, 陈丽芬, 黄基梅等. 健康教育路径对母婴分离产妇母乳喂养影响的研究 [J]. 现代中西医结合杂志, 2012, 21(33), 3746-3747.
- [6] 蓝小小. 健康教育路径在拒绝母乳喂养产妇的应用 [J]. 护士进修杂志, 2012, 27(5), 433-434.

(上接第 167 页)

变个体的主观认识, 提高个体处理问题的能力并改善情绪, 释放内心的压力, 以健康的心态正确认识压力, 学会自我减压, 寻找自我减压的方法, 充分发挥个人的应对能力^[3]。处理和协调好各种关系。同事之间相互理解、相互排解压力, 适当的业余爱好有利与放松紧张的情绪。

3 小结

通过制定预案, 合理安排人力资源, 提高个人素质等措施, 使甲状腺监护室护士加强了职业防护知识, 养成良好的职业

习惯, 认识到职业防护的重要性并采取有效地应对措施缓解了护士的压力, 使护士以健康的体魄为病人提供更好的服务。

参考文献

- [1] 叶磊, 刘敏. 急诊护士职业防护意识调查研究. 护士进修杂志, 2005, 20 (11): 990-991.
- [2] 林碧英. 急诊科护士职业防护现状调查与对策. 现代医药卫生, 2007, 23 (8): 1240-1241.
- [3] 李小妹, 刘君秀. 护士工作压力源及对工作疲惫感调查. 中华护理杂志, 2000, 35 (1): 645-649.