

孕期健康教育在妇产科护理中的临床体会

黄一平

灵山县人民医院 广西钦州 535400

【摘要】目的 探究在妇产科护理中实施孕期健康教育的效果。**方法** 将2019.05-2019.07本院妇产科接收的90例孕妇作为研究对象,随机分为对照组45例,实施常规产前检查及护理干预;研究组45例,在常规产前检查及护理干预的基础上实施个性化的孕期健康教育,观察护理效果。**结果** 研究组自然分娩率、母乳喂养率分别为88.89%、86.67%,高于对照组73.33%、68.89%,差异显著($P < 0.05$);护理后,两组健康知识水平评分均有所提高,且研究提高幅度大于对照组,差异显著($P < 0.05$)。**结论** 孕期健康教育能够提升孕妇的健康知识水平,改善分娩结局,在妇产科护理中应用效果良好。

【关键词】 妇产科;孕期健康教育;护理;产前检查**【中图分类号】** R473.71**【文献标识码】** A**【文章编号】** 2095-9753 (2020) 07-094-02

随着人们健康意识的加强,对孕产期保健知识有越来越高的需求。以往临床上常规的健康宣教较为笼统、形式较为单一,在孕妇受教育程度的限制下,多数孕妇无法完全理解护理人员的宣教内容,使得健康宣教效果不佳。孕期健康教育是为孕期妇女设置的一项护理内容,主要结合孕妇的健康教育程度、并通过多种形式为孕妇进行个性化的教育,其目的在于为孕妇在围产期的健康提供保障^[1]。张良权^[2]等指出,提高孕妇对妊娠、分娩、母乳喂养、新生儿护理等健康知识水平是护理人员在临床工作中需面对的问题,而孕期健康教育可为孕妇提供充分的知识宣教,还有利于消除孕妇的不良情绪,是促进安全分娩的重要手段之一。为促进孕产妇分娩的顺利,本研究对2019.05-2019.07住院的45例孕妇进行在常规产前检查及护理干预的基础上进行个性化健康教育,取得较好的效果,分析如下。

1 资料与方法

1.1 一般资料

将2019.05-2019.07本院妇产科接收的90例孕妇作为研究对象,经医院伦理委员会批准。随机分为对照组45例:孕龄20-38岁,平均 (27.12 ± 3.86) 岁;孕周37-41周,平均 (38.26 ± 0.69) 周;初产妇30例,经产妇15例;教育程度:初中以下10例,初中及以上35例。研究组45例:孕龄20-37岁,平均 (26.53 ± 3.81) 岁;孕周37-42周,平均 (38.33 ± 0.71) 周;初产妇28例,经产妇17例;教育程度:初中以下12例,初中及以上33例。两组基础资料无显著差异($P > 0.05$),具有比较价值。

1.2 方法

对照组:常规产前检查及护理干预;孕期常规健康宣教、发放知识宣传手册、参加孕妇学校等。

研究组:在上述干预的基础上进行个性化的健康教育:

①一对一健康指导:向孕妇及其家属进行一对一的健康指导,内容包括妊娠、分娩的特点、孕妇在此过程中产生的生理及心理变化及可能出现的不良反应;指导孕妇保持良好的心态,建立良好的生活习惯;针对有原发病的孕妇还应积极控制原发病,适当加强孕期瑜伽、分娩体操的练习,改善孕妇的体质,提升孕妇的耐受力。②举办健康教育活动:邀请妇产科专家举办健康教育讲座,并设置专家咨询环节,解除孕妇的困惑。③发放知识宣教手册:知识宣教手册内容包括妊娠、胎心监测、分娩、母乳喂养、新生儿护理等。④个性化营养及运动教指

导:结合孕妇的饮食习惯、胎儿发育情况及母体综合状况指导孕妇进行个性化的膳食搭配;同时加强体重测量,根据具体情况进行适当的运动。⑤临产前教育:由责任护士向孕妇进行个体化入科宣教,包括病区环境、科室医护人员介绍,嘱家属提前准备好分娩用物;加强无痛分娩、分娩注意事项、突发事件应对方法等方面的宣教。

1.3 观察指标

自然分娩率、母乳喂养率;于护理前后采用健康知识水平评价量表完成对孕妇健康知识掌握情况的评估,共计25个项目,每个项目4分,总分100分,分值越大,健康知识水平越高^[3]。

1.4 统计学处理

采用SPSS21.0统计软件,计数资料采用“ χ^2 ”检验,以“%”表示;计量资料采用“t”检验,以“ $\bar{x} \pm s$ ”表示。 $P < 0.05$ 为差异具有统计学意义。

2 结果

2.1 自然分娩率及母乳喂养率

研究组自然分娩率、母乳喂养率分别为88.89%、86.67%,高于对照组73.33%、68.89%,差异显著($P < 0.05$),见表1。

表1:自然分娩率及母乳喂养率[n=45, (例)]

组别	自然分娩	母乳喂养
对照组	33 (73.33)	31 (68.89)
研究组	40 (88.89)	39 (86.67)
χ^2/t	7.901	9.146
P	0.005	0.002

2.3 健康知识水平

护理前,两组健康知识评分对比无显著差异($P > 0.05$),护理后,两组评分均有所提高,且研究提高幅度大于对照组,差异显著($P < 0.05$),见表1。

表2:健康知识水平[n=45, ($\bar{x} \pm s$), 分]

组别	护理前	护理后	t	P
对照组	60.23 $\pm$ 5.12	79.52 $\pm$ 6.23	16.047	0.001
研究组	59.26 $\pm$ 5.08	88.56 $\pm$ 4.29	29.560	0.001
t	0.902	8.017	-	-
P	0.369	0.001	-	-

3 讨论

妊娠、分娩是女性特殊的生理过程,在此过程中因体内激素水平的改变易引起孕妇生理及心理上不同程度的变化,

进而发生较多的并发症、合并症、意外事件等,最终对分娩安全产生影响。多数孕妇由于妊娠、分娩知识缺乏,会产生不同程度的焦虑、抑郁等情绪;加之市面上孕期保健图书的质量良莠不齐,会对孕妇的保健带来误导,对母婴安全造成威胁。因此,做好孕期护理工作,提高孕妇的认知度,是临床护理中的重点。

孕期健康教育是一项有组织、有计划的教育活动,其目的在于能够帮助孕妇自愿改变日常不良的健康行为,同时帮助孕妇建立良好的生活态度,从而达到促进孕妇身心健康的目的,更好地促进分娩^[4]。本研究对45例孕妇在常规产检及护理干预的基础上进行个性化的健康教育,结果显示能将常规组的自然分娩率及母乳喂养率分别由73.33%、68.89%提高至88.89%、86.67%,说明健康教育在促进自然分娩及母乳喂养方面具有积极作用。本研究中一对一的健康指导主要结合孕妇的个性化情况进行健康教育,有利于孕妇对内容的理解,自愿改变不良的生活习惯,从而避免不良因素的影响,保持孕妇良好的身心状态;同时通过举办健康教育讲座、发放知识宣教手册提升孕妇对孕期知识的了解和掌握;个性化营养及运动指导由于改善孕妇的体质,促进分娩的顺利;临产前

教育能让孕妇及家属做好充分的思想准备和用物准备,有效缓解孕妇的紧张、不安等情绪,促进分娩。范红丽^[5]结果显示进行个性化的健康教育后孕妇的自然分娩率为88.57%,高于常规组的72.14%,差异显著,与本研究结果一致,进一步证明健康教育在促进分娩方面具有显著优势。

由此可见,在妇产科护理中实施孕期个性化健康教育能够提升孕妇的健康知识水平,还能促进自然分娩的顺利,效果显著。

参考文献:

- [1] 郑静文. 孕期健康教育在妇产科护理中的临床意义探讨[J]. 基层医学论坛, 2018, 22(9):1246-1247.
- [2] 张良权, 步仰高, 刘春丽. 孕期健康教育在妇产科门诊护理中的临床应用体会[J]. 贵州医药, 2017, 41(4):445-446.
- [3] 梁毅. 孕期健康教育在妇产科护理中的临床观察[J]. 实用临床护理学电子杂志, 2020, 5(5):184.
- [4] 徐飞. 个体化孕期健康教育在妇产科护理中的应用效果观察[J]. 实用妇科内分泌电子杂志, 2018, 5(16):61-62.
- [5] 范红丽. 在妇产科护理中孕期健康教育的临床体会[J]. 齐齐哈尔医学院学报, 2017, 38(19):2336-2337.

(上接第92页)

项比对照组显著更多,比较有统计学意义($p < 0.05$)。

表2: 各组患者生活质量评分结果($\bar{x} \pm s$, 分)

分组	生理功能	心理功能	社会功能	环境功能
观察组	17.32±1.52	17.43±1.16	17.05±1.25	18.04±1.53
对照组	12.58±0.96	12.48±1.04	12.48±0.87	13.58±1.26

注: 两组对比, $p < 0.05$

3 讨论

内动脉瘤患者手术前后做好护理工作可以提升治疗恢复效果与质量,减少治疗风险。手术本身风险高,术后效果不确定,需要极大的调动患者的配合度,减少干扰因素构成的手术风险问题。术前做好术前准备,生理、心理与认知层面都要准备。术后要防控并发症,做好细节恢复观察,保证生

理更好的恢复,同时稳定其情绪,避免情绪波动导致的治疗风险。

综上所述,颅内动脉瘤患者围术期运用护理干预可以有效提升其生活质量,有效的减少并发症,整体状况更好。

参考文献:

- [1] 王丽芳, 张富. 介入治疗颅内动脉瘤的围手术期护理干预分析[J]. 健康之友, 2019, (22):247-248.
- [2] 徐彩霞. 细节护理干预在颅内动脉瘤患者围手术期中的应用观察[J]. 首都食品与医药, 2020, 27(8):148.
- [3] 邓娟, 蒲涛青, 邓春香, 等. 介入治疗颅内动脉瘤围手术期的护理配合及干预[J]. 医学美学美容, 2019, 28(22):91-92.
- [4] 施惠宁, 马小静. 利用围术期护理干预提高颅内动脉瘤开颅夹闭术患者术后康复效果[J]. 养生保健指南, 2019, (13):93.

(上接第93页)

解胰岛素是人体中唯一能使血糖降低的激素,人体需要足够的胰岛素来降低血糖,由于人体胰岛素分泌能力下降,长期以往,胰岛负荷量过大,就会引发糖尿病。人体持续的异常高血糖和代谢功能障碍会使患者发生器官损伤和神经系统损伤的情况,更甚者会导致多脏器器官衰竭,严重危害患者生命健康^[2]。相关研究表明,对2型糖尿病患者的予以循证护理为基础理念的护理干预联合常规药物治疗,可以有效提高治疗成效,促进患者病情康复。

本次研究在观察组患者治疗期间予以循证护理干预,护理内容主要是以患者为中心,根据患者的实际病情制定科学的护理方案。护理人员可以利用循证护理充分发挥自身的主观能动性,首先针对患者存在的问题进一步分析,再通过查阅以往病例关于老年2型糖尿病患者的护理特点,再从患者的日常饮食、心理状况以及运动指导三方面入手,予以患者

饮食护理、心理护理以及运动指导等干预措施,为患者提供一项满意且周到的护理干预。从研究结果可以看出,观察组治疗有效率和并发症发生率均相较于对照组更优,说明循证护理干预对于老年2型糖尿病具有较高的应用价值^[3]。

综上所述,对老年2型糖尿病患者予以循证护理,不仅提高临床治疗成效,还可以降低并发症发生率,从而促进患者病情早日康复,值得临床大力推广并应用。

参考文献:

- [1] 高英宏, 李俊, 黄淑清. 循证护理在老年2型糖尿病患者中的应用效果[J]. 中国民康医学, 2020, 32(11):174-176.
- [2] 罗秀芬. 实施循证护理对2型糖尿病合并冠心病患者产生的影响分析[J]. 中外医学研究, 2020, 18(14):92-94.
- [3] 杨晓玲, 马明月, 郑宇珍, 等. 循证护理与常规护理对老年2型糖尿病患者护理效果对比[J]. 中国医药科学, 2020, 10(06):167-169.