

综合护理服务模式对产妇睡眠质量、产后出血、产后生活质量的调节研究

张 慧

山东省泰安市肥城市仪阳街道卫生院综合病房 山东泰安 271602

【摘要】目的 探究综合护理对产妇睡眠质量、产后出血、产后生活质量干预效果。**方法** 选择 2022 年全年至本院分娩的 100 例产妇进行本次研究, 通过电脑随机分组的方法将所有产妇分为研究组以及常规组, 每组 50 例。常规组通过基础性的护理方案进行干预, 研究组则使用综合护理方案展开服务, 对比两组产妇的生活质量、产后出血以及睡眠质量等指标。**结果** 研究组产后 2h 出血量明显小于常规组, 且生活质量明显高于常规组 ($P < 0.05$); 研究组干预后的睡眠质量明显高于常规组 ($P < 0.05$)。**结论** 将综合护理方案应用于产妇护理中, 不仅可以有效提高产后的生活质量和睡眠质量, 同时还能够降低产后总体出血量, 效果十分显著, 值得进行推广。

【关键词】 综合护理; 睡眠质量; 产后出血; 生活质量**【中图分类号】** R473.71**【文献标识码】** A**【文章编号】** 1005-4596 (2023) 03-110-02

通常情况下, 产妇分娩期间除了会经历剧烈的疼痛以外, 还会存在产后出血、抑郁等问题, 当产妇出现负性情绪在加上分娩创伤影响时, 就容易导致产妇睡眠质量产生影响。根据以往研究显示^[1], 给予产妇有效的护理能够促进其生活质量以及睡眠质量得到改善, 同时也是最有效、最直接的产后出血干预方式, 基于此, 本文主要选择 2022 年全年至本院分娩的 100 例产妇进行本次研究, 现将研究结果作如下报道。

1 资料与方法

1.1 基础资料

选择 2022 年全年至本院分娩的 100 例产妇进行本次研究, 通过电脑随机分组的方法将所有产妇分为研究组以及常规组, 每组 50 例; 常规组年龄范围在 23-29 岁之间, 均值 (25.16 ± 4.01) 岁; 其中最长孕周为 42 周, 最短 39 周, 均值 (40.46 ± 7.03) 周。研究组年龄范围在 24-28 岁之间, 均值 (25.02 ± 4.52) 岁; 其中最长孕周为 41 周, 最短 39 周, 均值 (40.23 ± 6.72) 周。两组产妇各项基础资料均具有一定的相似性, 能够展开组间基础比较, 本次研究已经本院医学伦理会同意批准。

1.2 方法

常规组主要以基础性护理措施为主, 其中涉及到常规的用药指导、饮食护理、健康宣教以及环境护理等。

研究组则以综合性护理方案为主, 具体有以下几个方面:

(1) 组建综合护理小组; 组内成员包含 3 名资深护士以及 1 名护士长, 所有成员均需经过严格的培训考核, 掌握综合护理干预措施方能上岗。(2) 心理干预: 护理人员需要多和产妇进行沟通, 通过播放音乐、语言疏导等方式来缓解其负性情绪, 分散产妇的注意力, 给予其适当的心理支持和安慰。(3) 环境干预: 保证产妇住院环境要舒适和安静, 勤换床单和被褥, 对室内的温度和湿度进行严格控制, 尽可能的减少不必要的探视, 确保房间内能够经常通风, 让产妇可以在舒适的环境中休息。(4) 睡眠干预: 护理人员需要和产妇进行主动交流, 对产妇的心理和身体变化进行密切关注, 为其提供更多的心理安慰以及情感支持; 留意产妇在分娩后的疼痛程度, 按照产妇的实际情况给予相对应的护理干预, 告知产妇睡眠对于产后康复的重要性, 提升其依从性。(5) 出血干预: 为产妇发放相关健康手册, 组织其参加健康教育讲座, 讲解有关于母乳喂养、产后康复以及分娩相关致使, 对产妇子宫进行按摩, 有节奏的对宫底两侧壁及逆行挤压使其放松, 在对子宫前壁

进行轻柔按摩, 用力要均匀, 按时换药防止出现感染。

1.3 观察指标

1.3.1 比较两组产妇产后的出血量以及生活质量; 其中借助 SF36 量表来对产妇生活质量展开评估, 量表属于百分制, 最终得分与产妇实际生活质量呈正向关系。

1.3.2 对比两组产妇产后的睡眠质量; 借助 PSQI 量表来展开评估, 量表总分为 21 分, 最终的得分与睡眠质量呈反比。

1.4 统计学方法

本文主要借助 SPSS25.0 来对相应的数据进行分析, 分别使用“($\bar{x} \pm s$)”以及“[% (n)]”对计量、计数的数据表示, 并以“ χ^2 ”、“t”实施相应的组间检验, 当 ($P < 0.05$) 显示具有统计学意义, 若无统计学意义则表示为 ($P > 0.05$)。

2 结果

2.1 比较两组产妇产后的出血量以及生活质量

研究组调查结果显示, 其产后 2h 出血量明显小于常规组, 且生活质量明显高于常规组 ($P < 0.05$), 见表 1。

表 1: 两组产妇产后的出血量以及生活质量比较 ($\bar{x} \pm s$)

组别	例数	产后 2h 出血量 (mL)	生活质量
常规组	50	245.24 ± 15.63	71.21 ± 8.33
研究组	50	153.76 ± 17.26	88.76 ± 7.54
T 值		27.779	11.044
P 值		0.000	0.000

2.2 对比两组产妇产后的睡眠质量

研究组干预后的睡眠质量明显高于常规组 ($P < 0.05$), 见表 2。

表 2: 两组产妇产后的睡眠质量比较 ($\bar{x} \pm s$)

组别	例数	睡眠质量	入睡时间	睡眠时间	睡眠效率
常规组	50	1.12 ± 0.45	1.24 ± 0.91	1.41 ± 0.57	1.08 ± 0.52
研究组	50	0.56 ± 0.11	0.32 ± 0.03	0.46 ± 0.01	0.35 ± 0.02
T 值		8.547	7.144	11.783	20.581
P 值		0.000	0.000	0.000	0.000

3 讨论

分娩是一种自然的生理现象, 在此过程中产妇会出现剧烈的疼痛以及产后出血的风险, 对产妇的生理和心理状态带来严重的影响。在分娩结束后, 通常需要较长的时间才能完全康复, 在此过程中, 产妇心理状态、生理变化以及社会角色会出现较大波动, 严重影响着康复的进程, 还会降低其睡眠

(下转第 112 页)

部位,对于未婚患者而言,这些患者惧怕疾病,对今后婚姻生活和工作造成影响,而对于很多已婚女性来说,也担心自己配偶看到发病位置后会产生厌恶感,同时会担心疾病间接传播给配偶,长此以往,会引起夫妻感情不和,因此患者容易承担很大的家庭方面的压力。此外,因为外阴白斑会导致阴部搔痒疼痛、坐立不安,所以患者很容易在公众场合时尴尬,也就造成了患者同时承担一定的社会方面的压力。此外,很多患者缺乏外阴白斑的相关知识的了解,也有一部分患者会自行夸张想象疾病的危害,认为久而久之会造成癌变,这种沉重的心理以及过分紧张情绪。有些患者病情久治迁延不愈,担心外阴白斑是否可以治愈、疾病复发情况、病程时间长、有无后遗症、高额治疗费用以及影响日常工作等等,总之患者承担很大的日常生活和工作压力,而患者的心理状态直接关系到患者的治疗依从性和治疗效果,也就是说,在治疗过程中给予患者心理干预非常重要。也就是说,护理人员会提前对患者开展根据实际情况给予的更有效的心理疏导,以免过多的消极情绪影响治疗。与此同时,护理人员还会耐心向患者讲解疾病相关基础知识和注意要点,让患者对自身疾病

以及治疗手段具有充分的了解,此外,对患者的情绪进行干预,在帮助患者建立治疗信心的同时还能提高依从性,确保护理干预工作的顺利进行。本次对比实验结果显示:护理3个月后,观察组患者的SAS评分明显低于对照组($P < 0.05$),性功能评估量表各项评分明显高于对照组($P < 0.05$)。

综上所述,外阴白斑患者治疗过程中给予综合心理干预,有助于引导患者放下紧张情绪,提高患者的性生活质量,值得临床上推广应用。

参考文献

[1] 张立环,曹凯莉,李娟.中医综合疗法治疗外阴白斑43例临床观察[J].甘肃中医药大学学报,2021,38(06):84-87.
[2] 段晓怡,郭风先,王莹.不同护理方式在外阴白斑围手术期的应用效果[J].河南医学研究,2021,30(17):3235-3238.
[3] 陈子玉,陈子姝,段大航.外阴白斑的中西医结合治疗进展[J].中国中医药现代远程教育,2020,18(15):155-157.
[4] 任秀琼.外阴白斑患者的常见心理特征及护理对策[J].饮食保健,2018,(52):127.

表3:两组患者的性功能评分比较($\bar{x} \pm s$)

分组	对照组(n=25)		观察组(n=25)	
	护理前	护理3个月后	护理前	护理3个月后
性欲	134.59±25.01	101.36±21.62*	135.01±24.93	131.93±22.35*#
性唤起	130.25±20.18	104.36±19.32*	130.29±21.63	133.28±21.07*#
性高潮	136.83±25.07	105.01±21.07*	136.28±25.37	133.62±21.57*#
性心理	135.36±22.01	107.32±18.24*	135.28±23.04	132.63±19.24*#
性行为异常症状	129.17±21.35	106.39±21.49*	129.52±21.63	127.01±19.32*#

注:与护理前比较,* $P < 0.05$,与对照组比较,# $P < 0.05$

(上接第109页)

在小儿传染病科当中非常常见的一种疾病就是手足口病,这种疾病具有一定的传染性,是因为肠道受到病毒感染而导致的患儿患有的。患有手足口病后会出现口痛、低热和厌食等情况,同时手足口等部位还会出现小疱疹或者是小溃疡,影响着患儿的身体健康。再加上患儿自身的免疫力和抵抗力都比较差,很容易导致病毒感染而引发出其他并发症的情况,威胁到患儿的生命安全。

中医护理能够根据患者实际的情况采取有效的护理措施。通过中药熏洗,可以达到清热解暑、祛湿祛湿的效果,改善患儿的脏腑功能;而情志护理则是可以缓解患儿不良的心理情绪,提高患儿对治疗的依从性以及医护人员的配合度;

饮食护理则是能够根据患儿的实际情况来调整患儿的饮食方案,促进患儿的健康恢复。

综上所述,通过对手足口病的患儿使用中医护理措施进行护理,既改善了疾病的临床症状,同时还能够提高患儿的治疗效果,使患儿可以尽快的恢复健康,值得推广和使用。

参考文献

[1] 信丽红,黄晓帅,李雅丽.中西医结合护理对重症手足口病合并吞咽困难患儿的影响[J].齐鲁护理杂志,2021,26(16):63-65.
[2] 罗淑英,陈敬国,卢贤秀.中医护理对手足口病患儿临床疗效的影响探讨[J].实用临床护理学电子杂志,2021,5(15):96+143.

(上接第110页)

质量。基础护理对于产妇产后的疼痛、出血或者情绪变化等干预相对较少,效果不太明显,因此本文通过综合性护理干预措施展开研究,结果如下。

本研究结果显示:研究组产后2h出血量明显小于常规组,且生活质量明显高于常规组($P < 0.05$);研究组干预后的睡眠质量明显高于常规组($P < 0.05$)。由此表明综合护理方案对于产妇的生活质量、产后出血以及睡眠质量等有十分显著的效果,分析原因如下:综合护理中涉及到了出血干预、睡眠干预、生理护理以及环境护理等方面,为产妇产后康复创设了良好的环境,有效改善了其睡眠质量,缓解产妇的不

良情绪,从而实现产后出血量降低的目标^[2]。

综上所述,将综合护理方案应用于产妇护理中,不仅可以有效提高产后的生活质量和睡眠质量,同时还能够降低产后总体出血量,效果十分显著,值得进行推广。

参考文献

[1] 周晨曦,张青瑜,罗智丽.医护协同式综合护理对早产母婴分离产妇产褥期恢复及身心状况的影响[J].包头医学,2022,46(03):64+40.
[2] 杨求仙,江妹.规范化综合护理对剖宫产产妇身心健康及医疗费用的影响研究[J].中国医疗保险,2022(08):93-95.