

产后综合康复护理对产妇产伤恢复, 子宫复旧及母乳喂养的影响

林 燕

福建省龙岩人民医院 福建龙岩 364000

【摘要】目的 分析产后综合康复护理的应用价值。**方法** 选取2022年1月-2023年6月200例顺产产妇, 随机分组。对照组常规护理, 观察组产后综合康复护理。比较两组各指标差异。**结果** ①观察组泌乳始动时间、产伤恢复时间、恶露持续时间短于对照组, 子宫复旧不良发生率低于对照组, 纯母乳喂养率高于对照组, 差异有意义($P < 0.05$); ②护理前, 两组盆底肌力评分、盆底功能障碍评分相比, 差异无意义($P > 0.05$); 护理后, 观察组盆底肌力评分高于对照组, 盆底功能障碍评分低于对照组, 差异有意义($P < 0.05$); ③观察组总满意度高于对照组, 差异有意义($P < 0.05$)。**结论** 产后综合康复护理的有益于产妇产后康复, 可推广使用。

【关键词】 产后综合康复护理; 产妇产伤恢复; 子宫复旧; 母乳喂养; 满意度

【中图分类号】 R473.71

【文献标识码】 A

【文章编号】 1007-3809 (2023) 05-144-02

分娩是一个特殊的生理阶段, 会对产妇的身心健康造成一定的损伤^[1]。例如顺产产妇在产后会发生不同程度的盆底功能障碍, 从而引起尿失禁、盆腔器官脱垂等并发症, 影响产妇的生活质量^[2]。因此产后需要加强护理干预, 促进产妇早期康复。传统护理方法主要是遵照医嘱展开护理工作, 忽略了产妇的心理需求, 导致产妇产后抑郁, 影响产后康复效果^[3-4]。产后综合康复护理主要是通过优化临床护理流程, 细化产后护理内容, 从而满足产妇的生理、心理、社会需求, 有助于产妇早期康复^[5]。为了观察不同护理方法的应用效果, 文章选取2022年1月-2023年6月200例顺产产妇进行对比观察, 研究如下。

1 资料与方法

1.1 临床资料

选取2022年1月-2023年6月200例顺产产妇, 共计200例, 随机分组。观察组产妇的年龄为20~46岁, 平均(29.6±4.3)岁; 妊娠周期为37~40周, 平均(38.0±1.0)周。对照组产妇的年龄为19~45岁, 平均(30.2±4.5)岁; 妊娠周期为37~41周, 平均(38.2±1.1)周。入选标准: 单胎足月顺产产妇, 产妇及家属对研究知情同意。排除标准: 合并精神疾病的产妇。

1.2 方法

对照组常规护理进行母乳喂养指导、会阴切口护理、产后乳房护理等。

观察组产后综合康复护理, 具体措施为: (1) 制定护理

方案: 由产科医生、康复师、护士长、康复师组成小组, 接受产后康复培训, 培训考核合格后, 结合产妇的实际情况, 制定个性化护理方案。(2) 具体的护理内容: ①健康宣教: 根据产妇对产后康复知识的认识情况, 展开个性化健康宣教, 确保产妇能够学会相关知识, 做好自我管理。②心理护理: 对于产后焦虑抑郁情绪严重的产妇, 采取个性化的心理疏导方法, 如通过音乐疗法、冥想放松心情, 并鼓励家属、朋友探访, 从而给予产妇良好的心理支持, 减轻心理压力。③康复锻炼: 为了改善盆底功能, 指导产妇进行凯格尔运动训练、腹式呼吸运动训练、臀桥训练, 1天3~5次, 每次20~30组, 每次持续10~15min; 同时进行盆底肌电刺激治疗, 叮嘱产妇在治疗前排空膀胱, 保持平卧位, 合理调整脉冲宽度与频率, 以产妇耐受为宜, 电刺激治疗每次30min, 1周2~3次。

1.3 观察指标

比较两组各指标差异。

1.4 统计学分析

采用SPSS22.0统计学软件进行统计学分析, $P < 0.05$ 时为差异有统计学意义。

2 结果

2.1 两组产后康复指标差异

观察组各康复指标均好于对照组; 子宫复旧不良发生率低于对照组同时, 纯母乳喂养率高于对照组, 差异有意义($P < 0.05$), 见表1。

表1: 两组产后康复指标差异

组别	泌乳始动时间(h)	产伤恢复时间(d)	恶露持续时间(d)	子宫复旧不良发生率(n, %)	纯母乳喂养率(n, %)
观察组(n=100)	25.8±4.2	24.6±5.6	20.3±4.2	4(4.0)	62(62.0)
对照组(n=100)	30.2±5.1	30.2±7.8	25.6±5.6	18(18.0)	46(46.0)
χ^2/t 值	5.234	5.236	5.336	5.285	5.365
P 值	0.042	0.042	0.043	0.042	0.043

2.2 两组各评分差异

护理前, 两组盆底肌力评分、盆底功能障碍评分差异无意义($P > 0.05$); 护理后, 观察组盆底肌力评分高于对照组, 盆底功能障碍评分低于对照组, 差异有意义($P < 0.05$), 见表2。

2.3 两组满意度差异

观察组总满意度高于对照组, 差异有意义($P < 0.05$), 见表3。

表2: 两组各评分差异(分)

组别	盆底肌力评分		盆底功能障碍评分	
	护理前	护理后	护理前	护理后
观察组(n=100)	1.8±0.4	4.4±0.8	60.5±6.5	8.6±1.3
对照组(n=100)	1.9±0.5	3.6±0.6	60.4±6.3	12.6±2.3
t 值	1.125	5.326	1.285	5.285
P 值	0.103	0.043	0.119	0.042

(下转第146页)

0.05 则为差异有统计学意义。

2 结果

就穿刺及不良事件发生情况而言, 观察组一次穿刺成功

率更高, 且相关不良事件发生例数占比均最低, $P < 0.05$ 。见表 2。

表 2: 两组穿刺及不良事件发生率比较 [n (%)]

组别	例数	一次穿刺成功	不良事件			
			哭闹	针头脱落	液体渗漏	针头堵塞
观察组	50	50 (100.00)	2 (4.00)	1 (2.00)	0 (0.00)	1 (2.00)
对照组	50	42 (84.00)	9 (18.00)	7 (14.00)	5 (10.00)	7 (14.00)
χ^2	-	8.696	5.005	4.891	5.263	4.891
P	-	0.003	0.025	0.027	0.022	0.027

3 讨论

在静脉输液期间, 儿童可能会感到焦虑和恐惧, 因为他们对陌生环境、疼痛或不适感、分离感等感到不安, 加之输液过程中可能引起疼痛或不适感, 这可能导致儿童情绪紧张和痛苦, 以此产生抵触情绪, 不愿意接受治疗, 导致治疗难度增加, 不利于患儿机体健康状态的恢复, 为此也就需要进行及时的护理干预与管理^[3]。

循证护理作为一种新型护理模式, 其是将最佳的可用证据与临床经验和患者价值相结合, 以指导和优化护理实践, 注重的是使用当前最佳的科学证据来支持决策和行动, 同时考虑到患者的个体化需求和偏好^[4]。

本次试验中, 就穿刺及不良事件发生情况而言, 观察组一次穿刺成功率更高, 且相关不良事件发生例数占比均最低, $P < 0.05$ 。分析原因, 相比于常规护理中对静脉输液患儿的心理改善效果, 基于循证护理进行心理疏导更贴近患者的实际情况和需求, 可以更准确地评估心理疏导措施的效果和效益, 从而使护理人员能够根据实际情况进行调整和改进, 进一步

加强护理效果, 避免各类不佳问题的出现, 稳定患儿哭闹情绪, 让穿刺、输液更顺利。

综上所述, 小儿静脉输液管理中, 循证护理措施的应用是可以调节患儿心理状态的, 以此使得患儿更容易接收穿刺, 提升一次穿刺成功率, 避免相关不良事件的出现, 应予以重视。

参考文献:

[1] 甘沈娟, 钱华俊, 朋玲龙. 品管圈活动在小儿静脉输液风险管理中应用效果的 meta 分析 [J]. 当代护士 (下旬刊), 2021, 28(05):29-33.
 [2] 史巧维, 刘倩. 循证护理在小儿静脉输液心理护理中的应用 [J]. 贵州医药, 2023, 47(02):324-325.
 [3] 陈小端, 张丽珍, 汪婷婷. 小儿静脉输液穿刺成功率的相关影响因素及干预措施分析 [J]. 中国药物滥用防治杂志, 2022, 28(10):1399-1402+1429.
 [4] 施弼华. 预见性护理在小儿静脉输液安全管理中的应用研究 [J]. 中国社区医师, 2022, 38(29):127-129.

(上接第 144 页)

表 3: 两组满意度差异

组别	非常满意	基本满意	不满意	总满意率 (%)
观察组 (n=100)	52	40	8	92.0
对照组 (n=100)	36	44	20	80.0
χ^2 值				5.326
P 值				0.043

3 讨论

自然分娩是一个漫长的过程, 且分娩过程中为了避免软产道撕裂, 通常会进行会阴侧切, 给产妇带来较大的痛苦^[6-7]; 产后由于身体激素水平、身份角色的变化以及社会因素的影响, 产妇容易情绪低落, 甚至诱发产后抑郁症, 影响产妇的康复状况^[8-9]。因此需要重视产妇的各方面需求, 加强护理干预, 促使产妇早期康复^[10]。

产后综合康复护理重视产妇的各方面需求, 能够提高产妇对于临床护理的主动性, 从而积极配合临床护理, 促进产妇早期康复^[11-12]。产后综合康复护理的开展, 通过针对性的教育与补充, 可以提高产妇的认知水平, 从而做好自我管理^[13]; 通过评估产妇的心理状况, 开展个性化心理疏导, 有助于减轻产妇产后的焦虑抑郁情绪, 减少心理因素对产后康复的影响, 维持产妇情绪稳定^[14]; 通过积极的产后康复锻炼指导, 有助于加速盆底肌功能康复, 提高康复效果^[15]。本次研究中:

观察组整体预后情况更好, 由此可见产后综合康复护理的应用效果高于常规护理。

综上, 产后综合康复护理的应用, 有助于改善产妇产后康复状况, 缩短产伤恢复时间, 促进子宫复旧, 改善盆底肌功能, 提高母乳喂养率, 可推广使用。

参考文献:

[1] 赵海艳, 王传锐, 尚芯羽, 等. 快速康复护理理念下的综合护理对阴道顺娩产妇产后 2h 内效果观察 [J]. 河北医药, 2022, 44(24):3830-3833.
 [2] 孙琳. 综合康复护理在初产妇产后康复中的应用效果 [J]. 中国民康医学, 2023, 35(5):184-186.
 [3] 周珊珊, 李娟. 综合康复护理在产妇产后康复中的应用效果研究 [J]. 中国标准化, 2022(8):227-229.
 [4] 杨丽莎. 综合护理配合中药封包、中药熏足对产妇产后康复的影响 [J]. 中国当代医药, 2023, 30(5):180-183.
 [5] 安仲娜, 杜梅香. 综合盆底康复训练对产妇产后盆底肌功能的改善作用分析 [J]. 反射疗法与康复医学, 2021, 2(19):163-165, 174.
 [6] 康雪芳. 产后综合康复护理对产妇康复的影响研究 [J]. 当代护士 (下旬刊), 2021, 28(6):112-114.
 [7] 金静. 综合康复干预对产妇产后抑郁以及子宫康复情况的影响分析 [J]. 中国实用医药, 2021, 16(3):166-168.