

孕期健康教育在产科门诊应用观察

卢英菊 梁春兰 林单娜 何贤滨 敖秀文

广东省阳江市人民医院 529500

〔摘要〕目的 探讨孕期健康教育在产科门诊护理中的应用效果。方法 随机选取在我科门诊建卡并分娩的 110 例孕妇，分为对照组（n=55 例）和观察组（n=55 例），对照组接受常规护理，观察组接受孕期健康教育，对比两组孕产妇的知识掌握程度及分娩情况。结果 观察组产妇对孕产知识的掌握程度显著高于对照组产妇（ $P<0.05$ ）；观察组产妇的分娩结局明显优于对照组产妇（ $P<0.05$ ）。结论 将健康教育应用于产科门诊的护理工作当中，可有效提升产妇对孕期知识的掌握程度，从而改善其分娩结局。

〔关键词〕孕期健康教育；产科门诊；应用

〔中图分类号〕R473 〔文献标识码〕A 〔文章编号〕2095-7165（2024）01-084-02

产科门诊是负责孕产妇从产检至分娩的主要科室，对于多数的孕产妇而言，产科仍是获取孕期健康知识最主要的渠道。目前，临床大多数孕妇为初产妇，由于分娩知识及经验的缺乏，极易在孕期出现情绪不稳、睡眠质量低下等问题，对孕妇及胎儿均造成了不良的影响^{〔1〕}。而孕妇对自身情况及孕产知识的了解程度，对其孕期保健行为的有效性具有直接的影响，因此，在产科门诊的护理工作中，给予科学的孕期健康教育，有利于产妇健康状态的提升，并降低其不良心理状态的发生概率。在此，本次研究纳入了 110 例孕产妇，对孕期健康教育在产科门诊护理中的应用效果进行了探讨，现报告如下。

1 资料及方法

1.1 资料

随机选取于 2023 年 3 月至 2023 年 9 月在我科门诊建卡并分娩的 110 例孕产妇，分为对照组（n=55 例）和观察组（n=55 例），观察组产妇年龄在 22-36 岁，平均（ 26.5 ± 2.8 ）岁；其中大专及以上学历的产妇有 39 例，高中及中专为 10 例，初中及以下为 6 例。对照组产妇年龄在 23-37 岁，平均（ 26.8 ± 2.7 ）岁；其中大专及以上学历的产妇有 40 例，高中及中专为 8 例，初中及以下为 7 例。以上所有孕妇均为初产妇，单胎，且均不存在妊娠合并症，两组孕妇的各项临床资料对比均无明显差异， p 值 >0.05 。

1.2 方法

两组孕产妇均接受常规的护理干预，包括基本的产检，以及相应的生活指导等。观察组则在常规护理的基础上给予孕期健康教育：（1）健康宣教：强化孕期知识的普及，可在等待区域张贴各种教育海报，并设置宣传栏，通过宣传手册及网络沟通工具的运用，对孕期知识进行系统的讲解，并提醒其孕期的注意事项，同时指导产妇及家属科学的护理方式。借助视频、图片以及动画等多媒体形式，向产妇产科普及分娩的过程及直观感受，使产妇充分掌握孕期保健、自然分娩以及母乳喂养等知识，提高孕妇及家属对孕期保健的正确认知。同时对其家属进行正确的引导，避免家属在照顾产妇及新生儿的出现护理不当的情况。（2）饮食指导：对产妇饮食进行科学的指导与建议，在保证营养充足的前提下，根据其自身情况进行适当的调整，同时对其家属进行正确的引导，避免产妇体重增长过快等情况的发生。在孕晚期可适当补充

自身营养，多选择新富含磷、钙以及铁等食物，同时严格控制辛辣及刺激性食物摄入，避免便秘情况出现。（3）运动指导：根据产妇体质等方面的情况，合理制定运动计划，同时向产妇强调适当锻炼的重要性，以帮助产妇通过运动增强自身体质，保障分娩的顺利性。（4）检测指导：在孕早期，提醒产妇注意自我护理，不可接触各种有害及致感染等物质，避免胎儿发生畸形等情况。在孕中期提醒产妇进行各种产前筛查，以明确胎儿的发育情况，并指导产妇进行生命体征的检测，包括胎动的观察及计算方式，若胎动次数过少，需及时来院就诊。同时向产妇讲解各种检测报告的结果，帮助产妇更好的了解胎儿状况。（5）心理干预：大部分初产妇在孕早期均会出现不同程度的焦虑、紧张以及抑郁等负面情绪，因此，在护理中，需积极与产妇保持沟通，详细向其介绍胎儿的生长情况，消除其心中的担忧与疑惑。同时鼓励家属尽量营造和谐、温馨的气氛，不可给产妇造成过多的心理压力，帮助产妇尽可能的放松心态，为分娩做好充分的心理准备。

1.3 观察指标

（1）对比两组孕产妇对孕产知识的掌握程度，采用自制的健康知识调查问卷对其掌握程度进行评判，分为优（分数 ≥ 86 分）、良（71~85 分）、中（60~70 分）、差（ <60 分）。

（2）观察并对比两组产妇的分娩情况，包括自然分娩、产后出血、产后抑郁以及母乳喂养等情况。

1.4 统计学

本次所有孕产妇的数据资料全部采用统计学软件（SPSS20.0）进行处理，文中计数（卡方检验）、计量（ t 检验）， $P<0.05$ 表示对比数据有很大差别。

2 结果

2.1 两组产妇对孕产知识的掌握程度

通过调查与统计发现，观察组产妇对孕产知识的掌握程度显著高于对照组产妇，其知识掌握的优良率明显更高（ $P<0.05$ ），见表 1。

表 1 两组产妇对孕产知识的掌握程度 [n(%)]

组名	优	良	中	差	优良率
对照组（n=55）	18	25	8	4	43（78.2%）
观察组（n=55）	22	29	3	1	51（92.7%）
卡方值					4.68
P 值					0.03

注：此表格采取卡方检验

2.2 两组产妇的分娩结局

对比两组产妇的分娩情况发现，观察组产妇的自然分娩率及母乳喂养率均明显高于对照组产妇，且产后出血、产后抑郁的情况少于对照组产妇，差异明显 ($P < 0.05$)。

表 2 两组产妇的分娩结局 [n(%)]

组名	自然分娩	产后出血	产后抑郁	母乳喂养
对照组 (n=55)	45 (81.9%)	7 (12.7%)	8 (14.5%)	47 (85.5%)
观察组 (n=55)	52 (94.5%)	1 (1.8%)	1 (1.8%)	53 (96.4%)
卡方值	4.27	4.85	5.93	5.66
P 值	0.04	0.03	0.01	0.02

3 讨论

据临床调查，目前大部分的孕妇对孕产知识的认知情况较为缺乏，因此出现焦虑、恐惧以及紧张等负面心理，同时，由于当前大部分产妇获取知识的方法以网络及他人“传授”为主，缺乏一定的科学性与系统性，甚至存在错误认知的情况，对其孕期保健及分娩认识造成了极大的影响，从而引导产妇做出错误的选择，导致临床剖宫产率的提升，大大增加了产后并发症的发生风险，对产妇及新生儿的身心健康均造成了不良的影响^[2]。因此，在产科门诊的护理工作中，除了常规的产妇检查外，还需给予科学的孕期健康教育，以帮助产妇全面了解自身及胎儿的健康状况，降低其不良情绪的发生率，并正确认识到分娩方式及母乳喂养等方面的重要性。

在产科门诊的护理工作中，可从健康宣教、饮食指导、

运动指导、检测指导以及心理干预等多个方面进行孕期的健康教育。通过宣传单以及多媒体等表达方式帮助产妇全面接触到各种孕产知识，并对其生活方式及心理状态进行指导与干预，从饮食、运动、心态等方面入手，帮助产妇制定科学的方案计划，并对其心理状态进行适当的调节与疏导，同时指导产妇对其检测结果进行全面的了解，保障孕期健康的同时，促进其分娩结局的改善，从而提高分娩过程中产妇及胎儿的安全性^[3]。

在本文的研究结果中，观察组产妇对孕产知识的掌握程度显著高于对照组产妇，其知识掌握的优良率明显更高 ($P < 0.05$)；且观察组产妇的自然分娩率及母乳喂养率均明显高于对照组产妇，而产后出血以及产后抑郁等情况少于对照组产妇，差异明显 ($P < 0.05$)。由此可知，将健康教育应用于产科门诊的护理工作当中，可有效提升产妇对孕期知识的掌握程度，从而改善其分娩结局，对保障母婴健康具有重要的临床意义，值得临床推广。

[参考文献]

- [1] 邓绮娜, 洪燕, 吴玲, 罗建新, 许春菊. 孕期健康教育在产科门诊护理中的临床应用评价 [J]. 中国实用医药, 2022, 14 (09): 177-178.
- [2] 邢艳燕. 孕期健康教育在妇产科门诊护理中的临床应用研究 [J]. 中国医药指南, 2021, 17 (01): 284.
- [3] 付金娥. 孕期健康教育在产科门诊护理中的应用 [J]. 现代医学与健康研究电子杂志, 2021, 2 (04): 109.

(上接第 82 页)

理措施的实施，减轻患者在接受外科手术的内心焦虑感，提高患者对医院普外科护理的舒适感，对提升医疗服务质量作用显著。此次研究结果显示，研究组患者术后焦虑状况明显好于对照组，而研究组患者的舒适感也优于对照组，充分证实对普外科患者实施舒适护理措施，可以更专业地利用各种手段为患者解除痛苦，以丰富的专业知识、体贴周到的服务为患者提供基本舒适护理，让患者中感受到舒适^[6]。

综上所述，对普外科术后患者实施舒适护理，可减少患者术后情绪焦虑，增加患者舒适感，对促进患者早日康复有重要作用，适合临床推广。

[参考文献]

- [1] 尚鑫. 舒适护理对老年腰椎压缩性骨折术后患者疼痛的影响 [J]. 护士进修杂志, 2023, 02:180-182.
- [2] 张淑华. 舒适护理在普外术后患者的护理体会 [J]. 河南外科学杂志, 2022, 02:122-123.
- [3] 张明珠. 舒适护理在普外术后患者中的应用 [J]. 中外医学研究, 2022, 06:96-97.
- [4] 刘彩霞, 张慧. 舒适护理在普外术后患者中的应用观察 [J]. 中国民康医学, 2021, 10:107-109.
- [5] 张清云. 舒适护理在普外术后患者的护理探讨 [J]. 中国继续医学教育, 2022, 17:225-226.
- [6] 叶建丽. 舒适护理应用于普外术后患者的临床效果观察 [J]. 临床医学工程, 2023, 01:107-108.

(上接第 83 页)

3 讨论

急性心肌梗死是患者冠状动脉发生连续性缺血缺氧致心肌坏死。此病属于心血管疾病，有着较高的发病率。近些年来，人们的生活节奏加快，生活与饮食变得无规律，使得急性心肌梗死患者数量不断增多。若患者无法及时得到救治，就会引发心功能衰竭、心源性休克，严重心律失常等，进而严重威胁患者生命安全。目前临床治疗急性心肌梗死最有效的手段就是 PCI，PCI 可以再次打通闭塞的冠状动脉，抢救趋于死亡的心肌细胞，同时转变预后^[2]。临床实践发现，在采用 PCI 治疗急性心肌梗死患者当中，给予良好护理可以大大提高治疗效果^[3]。

本研究中，向行 PCI 术的急性心肌梗死患者实施系统化护理干预，开展健康教育让患者对手术治疗有更进一步了解，以利于更好配合治疗。心理护理可以较好调节患者不良心理状况。采取措施预防并发症，降低并发症风险。给予饮食指

导保证患者获取足够营养，增强机体抵抗力。开展康复训练，促使患者尽早恢复健康。系统化护理向患者提供全方位、持续性护理服务，尽最大可能了预防危险因素，提高治疗效果，促进患者康复。

本研究，观察组生活质量评分高出对照组许多 ($P < 0.05$)。观察组的护理效果远优于对照组 ($P < 0.05$)。

综上，向行 PCI 术的急性心肌梗死患者提供系统化护理服务，可以有效提升患者生活质量，改善预后。

[参考文献]

- [1] 张建勋, 李海鹏, 苏保华, 等. 经皮冠状动脉介入治疗与药物治疗对急性心肌梗死患者预后的影响 [J]. 临床医学研究与实践, 2021, 5(25):56-58.
- [2] 黄秋娜. 急性心肌梗死行 PCI 的全程介入护理临床疗效评价 [J]. 实用临床护理学电子杂志, 2020, 5(19):45.
- [3] 徐颖. 优化的护理流程在抢救急性心肌梗死患者中的作用分析 [J]. 中国医药指南, 2022, 18(06):268.