

足月顺产产妇产后康复护理干预的效果观察

郭瑾

内蒙古自治区妇幼保健院

[摘要] 目标: 监测和研究在一个月内成功分娩的产后护理活动的有效性。方法: 从2017年5月到2018年5月, 我们医院的研究重点从妇女中抽取了248例成功分娩。通过随机子组, 所有的分娩平均分为对照组和观察组。小组在分娩后接受常规医疗护理, 采用高质量的护理方法。产后和产后发病率显著下降, 只有5.65%, 满意度为94.35%, 所有指标的统计值都不同于对照组。结论: 高质量的护理措施对分娩后出生和安全出生的母亲的产后恢复有积极影响, 应不断扩大和应用于临床环境。

[关键词] 足月顺产; 产妇; 康复护理

【DOI】 10.12252/j.issn.2096-6261.2021.09.859

前言

生于剖腹产的主要途径, 促进正常分娩胎儿出生, 目前最常见的方法是平稳的诞生, 不仅低成本出生但功能尽快恢复于母亲分娩后, 剖腹产则是相对昂贵的不仅仅是母亲的身体慢慢恢复, 而且可以为肠道管道制造危险, 尿道和母亲的膀胱, 也很容易出现腹痛的症状, 最后是腹部的疤痕。在分娩过程中, 分娩遵循人类的自然生理规律, 因此, 没有上述剖腹产的分娩会造成更小的伤害、更低的感染机会、更少的出血。因此, 成功的分娩逐渐成为现代母亲最好的分娩方式。

一、方法

1. 在这项研究中, 从2017年5月到2018年5月, 共有248个成功分娩。在我们医院, 根据随机分组法, 所有的分娩平均分为对照和观察组, 每组共有124例。其中, 母亲的年龄从21岁到41岁不等, 平均年龄为35.72岁至2.16岁。最重的重量是83公斤, 平均体重为64.15公斤, 2.82公斤。两组一般母性信息的差异没有统计意义 ($p>0.05$)。

2. 方法。一般临床症状有盆腔器官脱垂、慢性盆腔疼痛、压力性尿失禁、排尿排便异常和性功能障碍等, 有关数据表明75%左右的产妇产后还会因该症状存在不同程度的抑郁情绪, 继而严重影响患者的生活质量。因此, 无论是自然分娩的产妇还是剖宫产的产妇, 在产后都需要对盆底功能进行评估并给予相应的功能康复治疗。科学、有效、及时、人性化的相关产后护理工作具备极其重要的地位。为研究出一种对产妇盆底功能康复效果更佳的康复护理方式, 本次研究采用系统化康复护理干预对产妇进行护理, 并得到了较为显著的效果。两组母亲采用不同的产后护理方法。常见的启蒙工作是母亲分娩后, 以便确定哪些健康正确的饮食和营养分配以及获得保障母婴健康信息, 关于母乳喂养对新生儿的重要性等。观察怀孕和分娩采用优质的治疗方法, 特别是: 分娩后, 除了生理在某种程度上, 女性可能会造成严重的心理创伤, 这可能会导致焦虑、恐惧、压力和其他情绪。在这方面, 护理人员可以利用轻音乐和音频材料等工具在母亲之间进行信息和澄清工作, 帮助母亲转移注意力, 恢复健康的精神状态。分娩后, 分娩者因严重的身体伤害而感到压力或焦

虑。一是优先考虑消极情绪的母亲; 对于那些感到恐惧的母亲来说, 需要更多地求助于护理专家, 以提高母亲的信心; 对于有压力的母亲来说, 需要更多地与母亲交流, 以减轻她们的情绪, 并选择更柔和的音乐。通过改善母亲的健康状况来提高康复治疗的临床效果, 以提高她们在护理方面的自主权。二是知识质量指南。母乳喂养是一种身体状况, 需要综合的母性方法。母亲病情稳定后母乳喂养提供了母乳喂养的质量。为母亲提供母乳喂养的科学方法手册, 以便她们能更好地照顾母亲和孩子, 并防止怀孕和分娩的并发症; 医疗工作者必须引导母亲正确喂养, 并通知她们母乳喂养对婴儿的重要性和好处。同时, 必须训练母亲正确的乳房和乳房按摩, 以及她们减少产后并发症(如清洗、水肿等)的重要性和效用。生完孩子后, 母亲可以吃液体或半液体食物, 选择肺部和营养产品, 有助于提高母亲的身心健康。低频电刺激治疗: 在分娩后两小时进行电刺激治疗, 护士首先在母亲的乳房上放置均匀的黏性物质(必要时避免乳头), 用腰带或胶带将其固定在胸前以防止脱发。其次, 医务人员必须密切关注母亲在治疗过程中的反应, 并根据她的反应方式进行调整。

3. 观察结果显示, 两组母亲都有产后并发症的统计分类, 主要是关于产后牛奶沉积、乳腺炎、乳腺癌肿瘤和产后出血等问题; 在母亲出院前, 正在进行一项调查, 询问母亲是否满意, 结果分为非常满意、更满意、一般。

4. 在SPSS19.0统计方案中使用统计方法, 计算和分析所有研究数据。数据计数器使用的百分比是测试测量数据的使用, 当 $p<0.05$ 时, 相关研究的差异在统计学上是重要的。

二、结果

产后并发症的总体指标, 如乳腺癌、乳房沉积和乳腺炎, 低于对照组 ($p<0.05$) 的产后并发症。小组比较表明, 康复服务满足率和婴儿出生后并发症的数量比上一个要高。护理前, 两组产妇各维度生活质量评分差异无统计学意义 ($P>0.05$); 护理后两组产妇各维度生活质量评分相较护理前均出现上升, 差异有统计学意义 ($P<0.05$), 且观察组上升幅度明显多于对照组, 差异有统计学意义 ($P<0.05$)。

三、讨论

1. 随着近年来女性对自身身体和胎儿的重视加深,多数足月产妇都首选顺产作为分娩方式。顺产是当妊娠足月后产妇通过自身分泌催产素,诱导子宫收缩将胎儿从子宫、阴道内娩出的过程。顺产产妇恢复快,恶露排出彻底,有利于产后并发症发生率的降低。目前临床上对产妇的常规护理干预主要针对的是产妇的身体健康状况,很少关注和注重产妇是否有产后抑郁等心理状况,在帮助产后护理方面会有一定障碍。但是产后康复护理干预就能很好的注重心理护理这一点,当然还有饮食上的清淡合理和后续逐渐恢复正常饮食,还能给予产后孕期卫生健康指导,以及身体上的有效运动和恢复,帮助产妇产后从身体到心理的快速恢复,积极乐观面对产后不适,有效降低产妇产后并发症的发生率。顺产对于产妇来说是一种对自己身体有益的一种生产方式,相对于剖腹产,它减少了对产妇输尿管以及子宫的损害,顺产的优点是:住院时间短、恢复时间快,对产妇身体健康有益。但是顺产产妇由于运动量极少且对母乳喂养知识不熟悉,很容易产生不良情绪如紧张或不安。常规护理只是针对产妇的身体状况进行改善,但对于产妇的不良情绪很难进行缓解,康复护理进行心理护理弥足了这个不足。产后康复护理是近年来一种新型护理理念,主要指在产后根据产妇生理、心理特点给予针对性的干预措施,提供专业指导,目的在于促进产妇产后快速恢复。

2. 在产后恢复阶段,产后分娩可能由于缺乏经验和特殊的身体问题对产后恢复产生负面影响,导致产后并发症,对母亲造成严重的生理和心理损害,并阻碍她母乳喂养。因此,产科医生和妇科医生必须清楚,在分娩一个月后,必须提供高质量的产前护理。使用科学方法帮助母亲尽快恢复良好的身心健康,不仅对新生儿有积极影响,而且对母亲的身心有积极影响。根据本文件所作的研究,高质量的护理可以提供广泛的育儿活动和建议,提高怀孕预测水平。因此,医务人员还可以进一步优化护理方法:引导分娩者在产后及时排尿,以避免因膀胱过度膨胀而导致尿液延迟。生完6个h-12h后,帮助分娩者在适当的活动后上床睡觉。产后2 d鼓励母亲康复和培训,同时也鼓励她们放松辛迪加,加速子宫的恢复和恢复。产妇理疗机,恢复了母亲、子宫、骨盆等主要器官的物理治疗,帮助母亲尽快恢复健康。同时,摄入富含维生素和蛋白质的汤,刺激母乳,进行科学母乳喂养。康复中心通常针对孕妇康复。正确的日常锻炼可以消除露珠,提高生殖功能,减少月经时间。子宫内膜可以正常脱落和变厚,这可能导致卵巢排卵,阴道细菌可以恢复正常而不受细菌的影响。孕妇可以尽快恢复正常,睡眠质量,器官功能等等,正常,不容易担心等等。干预和指导更重要,母亲更了解自己。手术干预可以减少产后期,使其更活跃。孕妇可以将注意力从分娩转移到产后恢复、照顾、提高对体育的认识

和健康状况的改变。康复护理可以刺激母亲的运动,这样每个母亲都能找到自己的行动方式,提高母亲处理产后情况的能力,降低产后风险。康复治疗使母亲得到更好的照顾,帮助她们走出分娩的阴影,抑制并发症的产生和质量,并帮助母亲过上健康的生活。改善身心状态的产后可能加剧影响产后护理,改变工作日程和休闲、饮食结构等康复护理可以在早期阶段进行产后护理,明确指导的孕妇来说,以期帮助孕妇积极参与照料和减少意外。

3. 对此,护理人员还可以从以下方面,康复护理照顾产妇身心,女性产后盆底功能障碍近年来已经引起了社会的广泛关注,盆底肌肉能力下降不仅会引发尿失禁等产后并发症,大大降低女性产后的身体健康状况,降低其生活质量,对产妇心理状况造成恶劣影响,严重影响夫妻关系和谐,家庭稳定性,构成社会的不安定因素所以产后康复治疗,是非常必要的。随着医学研究的不断进步,系统化康复护理方式对于女性产后盆底功能障碍治疗效果显著,比以前模式更为理想,其疗效已得到广泛认可。使用系统化康复护理疗法,可以通过心理、生理、饮食护理、康复锻炼及产后相关注意事项的指导,使产妇的盆底支持组织(盆底肌肉为主)得到有效恢复,盆底肌肉弹性作用加强,逐步提高产妇产后盆底肌力的等级。再配合通过盆底肌肉反复收缩训练,逐步提高盆底肌肉自主收缩能力,延长盆底肌肉持续收缩的时间。通过该研究发现,经过系统化康复方式治疗的观察组盆底功能恢复效果要明显的优于对照组,心理健康程度及满意度亦均显著高于对照组。

结论

最后指出,产妇在接受系统化康复护理方式后,可以有效的改善盆底功能障碍。大大降低产妇产后尿失禁、子宫脱垂、盆腔疼痛等并发症出现的概率,通过快速恢复盆底肌力,可以显著改善产妇产后的身体健康状况,改善产妇生活质量,维系夫妻关系和谐,值得医学临床上大力推广。分娩的母亲产后康复措施全月孩子出生后,有助于减少产后并发症和改善母婴健康状况以及提高学位满足妇女的康复服务方法,值得在临床中广泛应用的条件。

参考文献

- [1]周瑞红. 康复护理干预对足月顺产产妇泌乳时间和并发症发生率的影响[J]. 临床医药文献电子杂志, 2019, 6(13): 131-131.
- [2]董芳. 个性化护理在顺产产妇护理中的应用[J]. 中国城乡企业卫生, 2021, 34(11): 170-171.
- [3]胡倩影, 郝利娟. 产后盆底功能障碍实施康复护理干预的效果分析[J]. 实用妇科内分泌杂志(电子版), 2019, 6(30): 130-130.