

产后综合康复护理对产妇产后康复的影响分析

马美

内蒙古自治区妇幼保健院

【摘要】目标：分析复杂产后康复对产后康复的积极影响。方法：2019年7月至2020年12月被检查120在医院分娩的孕产妇，任意分组（60）综合产后康复援助，对照组（60）。结论：产后综合护理具有明显的临床影响，可以减少术后并发症，加速产后预后，临床应用具有显著的优势。

【关键词】产后综合；康复护理；产妇产后；康复

【DOI】 10.12252/j.issn.2096-6261.2021.09.861

前言

分娩后，母亲处于产后阶段，生育系统应在怀孕前恢复，那时骨盆肌肉在怀孕期间承受巨大压力和创伤，可能导致神经或肌肉损伤，甚至导致盆腔功能障碍。随着生理和不同器官在产后恢复，孕妇在产后看到新生儿的希望、快乐、快乐和乐观情绪越来越高，分娩时也感到痛苦。孕妇可能会在分娩后角色的变化和生活和工作中的消极态度面前质疑自己的个人价值。此外，荷尔蒙水平的突然变化和家庭护理是导致产后抑郁症的重要因素。

一、信息

1. 一般信息。120名在医院住院的妇女被分成小组。对照组中母亲的平均年龄（27.31 ± 2.83岁）为47个早产和9个再婚病例。平均年龄为27.98 ± 2.63岁，两个集成数据的比较没有统计意义（ $p > 0.05$ ）。病人同意并得到委员会的批准。

2. 该组织提供产后康复护理，包括产后护理、乳房护理和产后护理。该组织使用一个复杂的产后康复计划来提高产后康复水平，降低感染风险。建立一个数据库和孕妇评估系统；照顾儿童的人员必须接受统一的培训，才能接受产前护理的适宜性检查。心理援助。在卫生领域，提供及时联系孕妇的心理学家向她们通报早产儿护理、饮食和卫生以及孕妇的国内需求。人们关注孕妇的负面情绪，发现导致产后波动的共同因素，并采取措施消除它们。食物打包。在卫生领域，营养专家提供单独的产后营养，以科学和平衡的营养分配为基础，结合个人偏好和妇女的饮食习惯。为了帮助妇女家庭合理地将产后营养结合起来，改善妇女营养，提高孕妇免疫力，防止感染，避免营养过剩。教育和护理为母亲提供产后康复的医疗指导，并根据这些津贴进行有针对性的培训。教育必须以一种可以理解的语言提供，以便母亲能更好地理解教育的内容。营养和护理：根据母亲的实际情况，她可以吃更多的蛋白质、维生素和纤维素来满足身体的营养需求，产后可以喝更多的汤，减少盐，不加黄油。日常护理向母亲解释身体状况变化的重要性，以便她们可以自己改变身体状况；特别注意母亲压扁处的皮肤病，以避免过度压力引起的溃疡；当母亲的生命体征稳定时，我建议她多站起来；在天气好的时候，你必须适当地打开窗户，让窗户透透气，严格禁止对孕妇直接吹气。产后康复可导致子宫缩小、出血风险降低、骨盆血流量改善和局部水肿。按摩方法与理疗相结

合，减少产后尿液延迟，防止产后感染。与此同时，患者接受乳房、腹部矫正、腿部矫正、髋关节矫正、产后疲劳等手术。孕妇使用仰卧姿势，将下肢、骨盆宽度、弯曲、肛门、活跃的尿道收缩、约10s时间、拉伸、3-5组/d、30组/组分开。为了实现恢复骨盆肌肉和筋膜拉伸和弹性的目标。产后护理：主要内容包括产妇和新生儿的生活环境，室内温度、湿度和环境卫生情况，甚至于他们被褥的保暖性能及衣服的透气性能等细节问题；问：主要内容包括他们的生活起居等一般情况，还有医院床前访视和电话跟踪访视记录中出现的问题，以及新生儿喂养情况和产妇产后复旧情况等；听：主要内容包括从家属和产妇那听取疑问，并给予耐心解答；查：主要查看新生儿面色是否红润、体温是否正常、脐带有无出血及黄疸是否消退等，查看产妇体温、血压是否正常，子宫是否复旧，恶露的色、量、味是否正常，剖宫产切口或会阴切口是否恢复等。产后指导：主要内容包括建议母婴适当做一些有益身心健康，或是身心恢复的保健等，例如指导产妇做好婴儿脐部护理、建议母婴在阳光充足的环境下散步等；了解新生儿一周左右，生理性黄疸消退情况，根据黄疸轻重给予针对性指导或建议到医院进行诊疗。针对早产儿之类的特殊婴儿，需要更为科学的、细微的特殊护理。在产妇恢复过程中，指导产妇按照产妇健康饮食的食谱进餐，目的是为了平衡摄入蛋白质维生素等营养，建议产妇多食汤类，不吃生冷辛辣等刺激性食物。针对传统的坐月子方式中不科学的部分予以纠正，指导产妇禁止盆浴，用热水淋浴，使用软毛牙刷温水刷牙以增强食欲，坚持天天梳头。产妇在产褥期间，要以正确的方式按摩乳房，以正确的姿势喂养婴儿，坚持母乳喂养有助于子宫的收缩，指导产妇在产后做形体康复操和保健操，这样有利于产妇恢复体形。心理问题，也是产妇在生产之后，经常会遇到的问题之一，所以要给产妇心理护理，尽量解决产妇出院后的焦虑和抑郁症的发生，从心理认识上帮助产妇增强信心，保持身心健康，对于症状明显者及时给予专业心理咨询或配合药物治疗。

3. 注意标准。检查两组孕妇产后护理的满意度。令人满意的是，在分娩后，母亲的产后康复水平大幅提高，母亲对援助措施的评价也很高。孕妇产后恢复率略有上升，孕妇对护理措施更加满意。不满：产后护理后，孕妇的产后康复水平略有上升，援助措施也略有下降。

4. 统计方法。该研究收集了两组孕妇数据，使用测试和统计数据进行处理。

二、结果

两组患者的满意度因不同的医疗方案所规定的情况而异。产后综合康复率为94.64%，对照组为73.21%，统计意义重大 ($p>0.05$)。

三、讨论

1. 近年来，随着人口生活水平的提高，医疗保健，特别是产妇保护得到了高度重视。怀孕后，母亲的生理和身体器官发生了一些变化，不仅影响到母亲的身体状况，也影响到她的精神状态。这对新生儿的发育有一定的影响。但是，在产后恢复期间，孕妇，特别是第一次分娩的妇女，如果没有采取有效的护理措施，由于缺乏经验很容易发生感染。因此，必须通过全面产后恢复来改善怀孕预测和降低感染风险。针对我国护理人员知识结构的状况，定期开展针对性的专业培训，提高护理人员的业务能力，建立综合的医疗卫生知识结构，社区护理人员要与社区居民建立持久的服务关系，不因居民的疾病或转移而终止，提供主动性、人性化的服务，满足人民日益增长的健康需求，推动我国卫生服务事业的发展。床前访视，只是给产妇和社医护理人员一个互相了解的机会，护理人员需要在床前访视过程中，询问产妇的生产情况，收集相关的信息，记录需要帮助的事项、联系电话，建立个人档案。作为全面康复援助的一部分，孕妇必须与孕妇交流，以便她们可以在产后单独上课，并在特殊情况下指导营养。早期教育，喂养技术，医疗知识等等。心理干预需要了解孕妇的内心需求，有效地与她们交流，帮助她们消除消极情绪，与她们建立和谐的关系。

2. 在医院里，分娩和其他医疗服务有明显的区别。尽管孕妇需要住院治疗，但她们属于健康群体，处于一种特殊的生理阶段，这使得她们的医疗干预计划更具针对性。产后综合护理有助于妇女更快地母乳喂养，同时提高产后恢复水平，并尽快恢复产后健康。减少并发症，改善孕妇的身心健康。产后综合护理的母亲满意度为92.86%，对照组为73.81%。本研究指出，根据不同的护理计划的实施方式，母亲的满意度存在显著差异。从满足的角度来看，这两项研究非常相似，而且对研究很有价值。产后康复可以帮助恢复盆腔功能，减少产后抑郁，防止产后感染。综合产后康复是一种新的护理模式，为孕妇提供专业和综合的护理，并促进全面的身体和心理康复。

3. 对于母亲来说，缺乏分娩经验、产后对身体变化的适时适应以及对新生儿护理缺乏知识可能会引起其他负面心理障碍，心理援助可以有效地缓解母亲的心理状况并使她保持更好的状态。母亲的良好心态不仅需要医务人员的努力，还需要家庭的帮助。向产妇讲解更换体位重要性，使产妇自主更换体位；密切关注产妇受挤压处皮肤状况，避免发生过

压疮；当产妇生命体征稳定后叮嘱产妇多下床运动；天气较好时应适当开窗通风，在通风时禁止直吹产妇。共同努力，使母亲能够顺利度过产后期；除心理护理外，还特别重要的是对子宫、乳房等个人护理、提高对康复的认识、纠正对孕妇的读错、改进科学康复方法和提高自给自足。在母亲的教育过程中，母亲觉得自己像个护士。专业和细心的工作人员赢得了母亲的信任，母亲和护士之间建立了良好的关系。快速手术康复是一种新的护理模式，有效地降低外科压力，改善生理障碍，减少术后并发症，促进快速康复。此外，综合产后护理是一种复杂的护理模式，需要更高水平的护理。因此，必须不断提高孕妇的自力更生能力，并为她们提供高质量的护理。初产妇产后康复知识比较匮乏，常规护理干预方法仅仅能够满足产妇基础护理需求。护理人员及时为产妇开展产后综合康复护理，可发挥显著的临床应用效果，不仅能够显著减少术后并发症，同时也可缓解疼痛，降低住院时间，加速产妇预后，具有临床应用价值。

此外产后综合康复护理是一种较为复杂的护理服务模式，因此对护理人员提出了较高要求，需要护理人员不断提升自我操作能力，为产妇提供高质量的护理服务。以一对一形式对产妇进行护理，对有关康复知识进行宣教，纠正产妇错误认识，使其掌握科学康复方法，提高了自我护理能力。在对产妇进行宣教过程中，可以让产妇感受到护理人员的专业、关爱，获取产妇信任，产妇与护理人员之间建立了良好感情。加速康复外科护理为新型护理模式，可有效降低手术造成的应激反应，并改善生理功能紊乱、减少术后并发症发生率，达到快速康复目的。为维护产妇良好心态，不仅需要护理人员的努力，更离不开家属的协助，产后产妇是极为脆弱的，因而需要家属的鼓励、理解，共同努力让产妇顺利度过产后阶段；除了做好心理方面的护理，子宫、乳房等生理方面护理也格外重要。总而言之，产后综合康复护理在产妇产后护理中发挥着重要作用，不仅提高了产妇对护理满意程度，更保证了康复质量，具有应用、推广价值。

结束语

在产后康复过程中，产后缺乏经验不仅会影响母亲的身心健康，还会影响新生儿，尤其是新生儿的发育。分娩后出现严重的身体和心理问题。因此，必须通过全面产后恢复来改善怀孕预测和降低感染风险。

参考文献

- [1] 翟蓉. 综合康复护理对剖宫产产妇产后康复的影响及感染预防作用探讨[J]. 基层医学论坛, 2018, 8(22): 3454-3455.
- [2] 苗芳. 心理护理在产后康复产妇中的应用价值[J]. 数理医药学杂志, 2021, 4(51): 580-582.
- [3] 杨敏霞. 康复护理对促进初产妇产后身体恢复的效果研究[J]. 当代医药论丛, 2019, 15(15): 1-2.