

剖宫产术后腹胀的护理研究进展分析

尹静 黄富灵

中国人民解放军陆军特色医学中心

DOI:10.12238/carnc.v3i2.13272

[摘要]对剖宫产术后开展针对性的腹胀护理，能够改善剖宫产术后并发症发生概率，使产妇术后肠道尽快恢复蠕动功能，提高产妇营养吸收能力。由于产妇术中应用麻醉药物、术后使用镇痛药物，术后卧床等原因使肠道蠕动降低，出现腹胀等症状。本文通过综述的方式，通过阅读和分析当前关于剖宫产术后腹胀的护理相关文献，对造成剖宫产术后腹胀的原因和影响因素进行分析，并总结当前剖宫产术后腹胀护理措施，其目的在于为剖宫产术后产妇腹胀护理提供有效的参考。

[关键词]剖宫产；腹胀；并发症；护理措施

中图分类号：R473.7 **文献标识码：**A

Analysis of Nursing Research Progress on Abdominal Distension After Cesarean Section

Jing Yin, Fuling Huang

PLA Army Characteristic Medical Center, Chongqing, 400042

[Abstract] Targeted abdominal distension care after cesarean section can improve the probability of postoperative complications, restore intestinal peristalsis function as soon as possible, and improve the nutritional absorption capacity of postpartum women. Due to the use of anesthetics during surgery, analgesics after surgery, and bed rest after surgery, the intestinal peristalsis decreases and symptoms such as abdominal distension occur. This article provides a comprehensive review of current nursing literature on postoperative abdominal distension after cesarean section, analyzing the causes and influencing factors of postoperative abdominal distension, and summarizing current nursing measures for postoperative abdominal distension. The aim is to provide effective reference for postpartum abdominal distension nursing after cesarean section.

[Keywords] cesarean section, abdominal distention, Adverse reactions, nursing measures

一、引言

剖宫产术是解决难产和部分高危妊娠分娩的有效手段，通过采用外科手术切开腹壁和子宫，将胎儿、胎盘从切口取出，对存在胎儿宫内窘迫、产程停滞、多胎妊娠、瘢痕子宫以及妊娠并发症等产妇具有良好的应用价值。剖宫产术后肠蠕动降低，腹部气体未及时排出，使腹部压力增加，出现腹部胀满、腹部切口疼痛感增加，甚至还会诱发肠粘连、肠梗阻等并发症，对产妇生命健康造成严重威胁。因此，在剖宫产术后，对产妇开展腹胀护理研究，具有重要临床价值和意义，能够为护理人员提供全面、科学的护理依据，促进产妇尽早恢复。

二、造成剖宫产术后腹胀的原因

剖宫产术是切开孕妇腹壁及子宫壁取出胎儿及附属物（胎盘、胎膜、脐带）的产科手术。由于剖宫产是有创手术，在术后会引起一些并发症，比如肠梗阻、肠粘连等。造成剖宫产术后腹胀的原因主要包括：第一，药物因素。在剖宫产手术中，使用麻醉药物，造成胃肠蠕动减慢、肠道排气不畅

等情况，从而诱发腹胀等症状。第二，活动受限。部分产妇在术后由于伤口疼痛，长期卧床不动，导致胃肠蠕动减弱，使消化功能受到影响，导致胀气发生。第三，饮食因素。由于术后产妇胃肠功能还没有得到恢复，术后食用牛奶、豆浆、含糖类等具有胀气作用的食物也会导致产妇肠道内的气体增加，导致腹胀发生。第四，术后并发症影响。由于剖宫产术后，产妇可能会诱发肠梗阻、肠粘连等并发症，导致肠道功能异常，造成腹胀。第五，肠梗阻。在开展剖宫产手术过程中，肠管容易受到刺激，出现肠粘连等现象引起肠梗阻，引发腹痛、呕吐、停止排气排便等症状。

三、剖宫产术后腹胀护理措施

在临床上，对产妇行剖宫产手术后，为有效缓解产妇术后腹胀等问题，常见的护理手段主要包括：药物护理、胃肠减压、饮食护理、运动护理、物理方法护理、心理护理以及健康宣教等。其中，主要措施包括：

（一）药物护理

剖宫产术后腹胀是一种常见的临床症状，通过储红梅^[1]

Clinical Application Research of Nursing Care

研究表明,在剖宫产术后产妇出现腹胀症状时,可以通过药物治疗的方式,改善腹胀症状。在开展药物治疗时,要注意相关注意事项,避免出现不良反应。在进行药物治疗时,开展有效的药物护理,能提升治疗效果。在具体开展药物护理时,常用的药物以及药物作用包括:1.口服氯化钾溶液,补充钾盐,避免因缺钾引起腹胀症状。2.口服中成药,四磨汤口服液,改善和增强胃肠动力。3.甘油灌肠,有效刺激产妇胃肠道平滑肌,加速肠蠕动,起到排便、排气的效果。在开展药物治疗时,要注意相关注意事项,避免出现不良反应。

(二) 胃肠减压

腹胀明显时可给予胃肠减压,通过插入胃管或肠管,利用负压吸引装置排出胃肠道内的气体和液体,以减轻腹胀、缓解梗阻的治疗方法。插入胃管或肠管后,连接负压吸引装置,观察引流物性质、颜色和量。插管后要指导患者避免牵拉管道,防止脱出。在实施胃肠减压护理工作时,护理人员需每日关注鼻胃管刻度,观察有无突出情况。定期检查胃管通畅情况,观察胃液颜色和性质,做好相关记录,在护理中注意保持产妇口腔清洁。

(三) 饮食护理

在剖宫产术后护理中对产妇开展有效的饮食护理具有十分重要的护理意义。通过饮食护理,为产妇提供有针对性的饮食建议,能提高产妇术后营养吸收效率,促进消化,改善肠道。对剖宫产产妇术后进行饮食护理,通过尽早进食的方式,能够促进胃部消化液分泌,改善胃肠道神经,使肠胃出现排空反应,有利于促进产妇胃肠道功能的康复。在饮食护理中,护理人员需要结合产妇的康复情况、体重、伤口恢复情况等,建议产妇多以富含钾的水果和蔬菜为主,例如香蕉等食物能够有效补充分娩期间产妇流失的大量钾。在饮食过程中,逐渐从流质食物开始,可食用一定的米汤、萝卜水等,当肠道蠕动功能恢复,产妇肛门排气后,可以逐渐使饮食从流质食物过渡到半流质饮食,并逐渐恢复到正常饮食。在饮食护理期间,告知产妇注意避免进食易产生气体的食物,例如牛奶、豆浆等胀气食物避免肠胃出现胀气现象,增加腹胀症状。在康复期应避免食用油腻、辛辣食物,提高康复效率。同时,在患者恢复的过程中可以结合患者实际情况不断对饮食方案进行调节,充分满足患者在产后恢复过程中的营养需求。

(四) 运动护理

王平^[2]研究表明,剖宫产术后尽早下床运动能够促进产妇身体康复,降低并发症发生的概率。在护理过程中,护理人员需要结合产妇剖宫产术后的康复情况,为产妇制定具有个性化的康复运动计划,鼓励产妇尽早下床运动,比如在床边扶床栏走动、定时翻身等运动能够有效促进产妇肠道蠕动,

帮助产妇尽快排气,有效缓解产妇腹胀症状。另外,史红莉^[3]提出在运动护理中,可以建议产妇通过慢走、打太极等方式缓解产后腹胀症状。但是,值得注意的是,在对产妇进行运动护理时,需要适当、循序渐进开展,避免过度劳累,谨防对产妇切口造成不良影响。在运动锻炼的过程中按照循序渐进的原则进行,避免导致产妇在运动的过程中因单次运动量过大,促使其出现不适感,影响到后续恢复。

(五) 物理方法护理

康复护理对缓解剖宫产术后腹胀症状具有重要效果,通过王玉芹^[9]研究表明有效的康复护理能够改善产妇的腹胀症状。在康复护理中,护理人员通过指导产妇家属对产妇进行腹部按摩。通过物理疗法,能够促进产妇肠道蠕动效率,缓解产妇腹胀症状。同时,护理人员根据产妇康复情况,对产妇进行有效的盆底肌训练,指导产妇进行腹式呼吸等有效的康复训练方法,能够改善产妇产后身体功能。例如有效的腹部按摩,能够提高产妇的兴奋副交感神经,促进结肠、盲肠运动效率,促进产妇排气。在日常进行按摩过程中,告知产妇家属以肚脐为中心,以顺时针的方式对产妇腹部进行轻柔按摩,每次按摩持续时间为10到15分钟,每天按摩3到4次,能有效改善腹部胀气问题。穴位按摩也能缓解腹胀,通过按摩足三里等穴位,能够起到疏通经络的效果,促进肠胃蠕动在护理中,护理人员通过指导产妇家属对产妇进行腹部按摩,通过此类物理疗法,能够促进产妇肠道蠕动效率,缓解产妇腹胀症状。

(六) 心理护理

在孙莉莉^[4]研究表明对剖宫产手术患者开展术后腹胀护理时,首先需要对其进行有效的心理护理,通过结合剖宫产手术患者术后进行心理护理具有重要意义。由于患者在术后,会出现腹痛等情况,导致患者产生一定的焦虑情绪等负面情绪,导致腹胀更加明显。因此,护理人员需要根据产妇术后表现给予针对性的心理护理和情绪关怀,通过与产妇进行面对面交流了解产妇内心的担忧等,为产妇答疑解惑,同时通过倾听等方式,站在产妇角度对产妇进行鼓励,缓解产妇焦虑、抑郁等不良情绪,使产妇树立良好的术后康复信心。另外,在术后护理阶段,产妇家属需要积极配合医护人员开展心理护理,给予产妇情绪支持,提高产妇康复信心。

(七) 健康宣教

由于很多产妇和家属对剖宫产认识较少,认为剖宫产对产妇伤害极大,导致对其具有一定的抵触情绪,甚至有的产妇由于在行剖宫产手术后因为腹部疼痛等症状,就片面的认为剖宫产对身体造成极大的损害,从而导致产妇出现过于担忧或者焦虑情绪。为提高产妇及其家属对剖宫产的正确认识,需要对产妇进行知识宣讲,通过开展有关剖宫产相关的知识

Clinical Application Research of Nursing Care

宣教，能够提高产妇对剖宫产的认识，使产妇了解腹痛是术后常见的一种临床症状，护理人员通过发放宣传资料、面对面宣讲，向产妇及家属详细介绍关于剖宫产术后腹胀原因，对临床症状以及预防措施进行宣教，并告知相关护理方法，使产妇及其家属了解剖宫产术后腹痛、腹胀的危害和如何预防，提高产妇术后对康复护理的重视度，使产妇更加配合相关护理。总之，护理人员通过发放饮食指导单、面对面宣讲等方式，向产妇及家属详细介绍关于剖宫产术后腹胀原因，对临床症状以及预防措施进行宣教，并告知相关护理方法，使产妇及其家属了解剖宫产术后腹胀的危害和如何预防，提高产妇术后对康复护理的重视度，使产妇更加配合相关护理。

（八）综合护理

对产妇进行腹胀护理期间，需要开展综合护理，护理人员应密切关注产妇在剖腹产术后排气情况，正常情况在1~2天内产妇能正常排气，如产妇排气不畅或中肚子胀气较为严重时，需要对其腹部进行拍片，通过拍摄腹部立位片，观察产妇肠道是否扩张、积气、液平以及肠梗阻等情况。在行综合护理过程中，通过听诊器辨别产妇肠鸣音，观察是否存在异常情况，并观察产妇腹部是否存在压痛感、反跳痛、炎症等情况，通过抽血分析产妇电解质是否处于正常水平，分析是否存在血钾偏低等情况，根据相关结果给予产妇有效的腹部护理。

四、剖宫产术后开展腹胀护理临床效果

在吴丹^[5]研究中指出，剖宫产术后对产妇进行腹胀护理具有显著的临床效果，能够有效缓解产妇术后腹胀症状，降低并发症发生的概率，促进产妇肠道功能康复，提升产妇对术后护理的满意度，有效缩短产妇住院时间，使产妇得到更好的康复护理。通过研究数据表明，剖宫产术后开展腹胀护理，能够减少产妇发生肠粘连、肠梗阻等并发症的概率，通过腹胀护理，能够改善腹胀症状，肠道功能恢复。通过心理护理、健康宣教等护理服务，能够提高产妇对护理人员的信赖感，通过药物护理、饮食护理等能有效解决产妇腹胀问题，使产妇的舒适度得到提升，在各种护理措施的共同作用下，

能够有效提升整体护理效果，促进产妇康复^[6-8]。

五、总结

综上所述，对于行剖宫产手术产妇，术后容易出现腹胀、腹痛等症状，通过对其进行药物护理、胃肠减压、饮食护理、运动护理、物理方法护理、心理护理、健康宣教等，能够有效改善产妇术后腹胀症状，通过开展综合性、个性化优质护理措施，能够提高产妇术后舒适度，使产妇身体得到更好地康复治疗。

【参考文献】

- [1]储红梅,蔡义红.护理安全预警体系构建及在临床护理质量管理中应用效果评价[J].循证护理,2022,8(16):2261-2264.
- [2]王平.手术室患者护理安全管理的开展现状综述[J].临床医药文献电子杂志,2019,6(91):197.
- [3]史红莉.临床护理安全管理的探索与思考[J].农家参谋,2019,(20):214.
- [4]孙莉莉,娄小平,程彦如,等.基于站点式情景再现的护理安全事件管理模式构建及应用[J].护士进修杂志,2023,38(14):1322-1325.
- [5]吴丹.临床护理缺失与患者护理安全[J].世界最新医学信息文摘,2019,19(69):275-276.
- [6]陈利颖,赵杰刚.护理安全管理评价指标构建研究的范围综述[J].护士进修杂志,2023,38(01):29-33.
- [7]刘素梅,刘瑞香.早期护理干预在剖宫产术后产妇腹胀中的应用效果[J].妇儿健康导刊,2023,2(05):154-156.
- [8]凌鹏飞,农小花.开塞露联合生理盐水深部灌肠在剖宫产术后腹胀中的应用研究[J].中外医疗,2023,42(06):114-117.

作者简介：

尹静（1986.8--）、湖南、本科、职称：主管护师、单位：陆军特色医学中心 产科、研究方向：产后腹胀