

以家庭为中心的产后护理对初产妇母亲角色适应及主观幸福感的影响分析

贝凯诗

南浔区人民医院

DOI:10.32629/carnc.v3i10.18773

[摘要] 目的：探讨以家庭为中心的产后护理对初产妇母亲角色适应及主观幸福感的影响。方法：选取2024年5月—2025年1月本院80例初产妇，以双色球分组法分为常规组与实验组（各40例）。分别采用传统护理、以家庭为中心的护理，对比两组产妇多项指标。结果：护理前，两组主观幸福感、自我效能评分无差异（ $P>0.05$ ）；护理后，实验组母亲角色适应度、主观幸福感、自我效能及生活质量评分更高；医学应对方式更优（ $P<0.05$ ）。结论：以家庭为中心的产后护理可促进初产妇角色适应，提升主观幸福感与自我效能与应对能力，改善生活质量。

[关键词] 初产妇；以家庭为中心；产后护理；影响

中图分类号：R473.7 文献标识码：A

Analysis of the Impact of Family Centered Postpartum Care on Role Adaptation and Subjective Well-being of Primiparous Mothers

Kaishi Bei

Nanxun District People's Hospital

Abstract: Objective: To explore the impact of family centered postpartum care on the role adaptation and subjective well-being of primiparous mothers. Method: 80 primiparous women from May 2024 to January 2025 in our hospital were selected and divided into a control group and an experimental group (40 cases each) using the chromosome grouping method. Using traditional nursing and family centered nursing respectively, compare multiple indicators between the two groups of parturients. Result: Before nursing, there was no significant difference in subjective well-being and self-efficacy scores between the two groups ($P>0.05$); After nursing, the experimental group showed higher scores in maternal role adaptation, subjective well-being, self-efficacy, and quality of life; Medical coping strategies were superior ($P<0.05$). Conclusion: Family centered postpartum care can promote role adaptation in primiparous women, enhance subjective well-being, self-efficacy, and coping abilities, and improve quality of life.

Keywords: primiparous women; Family centered approach; Postpartum care; influence

引言

女性在分娩这一特殊的生理阶段，不仅承担着身体上难以言喻的剧痛，还承受着精神层面的巨大压力。对于大多数初产妇而言，分娩无疑是场严峻的考验，产后身体机能的恢复、新生儿的日常照料以及母亲角色的突然转变等多重因素，均可能给她们带来身心双重困扰^[1-3]。基于此，本研究针对以家庭为中心的产后护理作用展开分析，旨在为初产妇产后护理提供更科学的方案，促进其快速康复，详情如下。

1 资料和方法

1.1 基本资料

选取在本院2024年5月至2025年1月分娩的80例初产妇，按双色球分组法分成常规组和实验组，开展不同护理工作，所有产妇家属已签署知情同意书。

常规组：年龄范围22~40岁、平均值（ 28.76 ± 2.45 ）岁；孕周范围38~40W、平均值（ 39.10 ± 0.25 ）W。实验组：年龄范围21~39岁、平均值（ 28.04 ± 2.52 ）岁；孕周范围38~40W、平均值（ 39.23 ± 0.19 ）W。资料对比 $P>0.05$ ，有可比性。

1.2 方法

常规组：产后告知产妇母婴平安的消息，缓解其紧张情绪。在产妇状态稍微恢复后及时展开健康教育，向其讲解母乳喂养的重要性、方法及注意事项，以及产后心理调适的重要性。教会产妇基本喂养知识，科学指导饮食，定期测定生命体征，观察其产后子宫收缩、恶露排出等恢复情况。

实验组：第一，建立家庭支持系统。在初产妇分娩结束后，护理人员应协同家属及时建立耐心沟通，认真倾听产妇

的需求和感受,给予充分的安慰和鼓励。护理人员向产妇肯定其在分娩过程中的努力和付出,让其感受到自身的价值。叮嘱家属多陪伴和爱护产妇,营造温馨、和谐的家庭氛围,减轻不良心理刺激。合理控制探视人员数量和时间,减少其他人员的探视给予产妇更多时间、空间恢复身心状态。若初产妇情绪波动强烈,指导家属以温柔的方式与产妇沟通,给予其充分的体谅和理解。同时,分享同类型初产妇的康复经验,帮助产妇加强角色认同感,建立产后康复信心。

第二,加强亲子互动活动指导。将新生儿送回病房后,在家属陪同监护下,应及时开展母婴皮肤接触,如推行早期吸吮、亲密接触等措施。通过母婴接触,减少新生儿的哭闹,同时让产妇尽快感受到母亲的角色,增强亲子情感连接。护理人员向产妇提供专业指导,包括掌握正确的新生儿抱持姿势、建立眼神交流及语言互动技巧等,促进亲子关系的建立和发展。

第三,家庭育儿技能培训。护理人员应帮助新生儿父母了解新生儿生理特性与成长发育规律,涵盖睡眠模式、喂养需求、排泄特点等知识要点。同时,为其提供母乳喂养技巧、脐部清洁护理、尿布更换等实操指导。通过现场演示与一对一指导,帮助父母熟练掌握基础育儿技能。此外,鼓励同病房产妇分享育儿心得或经验,为产妇和家属提供一个交流和学习的平台。通过这种方式,潜移默化打破性别观,促进父亲主动参与新生儿照护,从而缓解产妇身心压力,减轻产妇的焦虑情绪,助力营造温馨和谐的产后康复氛围。

第四,定期家庭随访。产妇出院后,护理团队遵循出院后1周、2周及1个月的固定时间安排,采用电话沟通与入户探访相结合的多样化模式,全面掌握产妇身体康复进程、产后身心状态,细致评估新生儿的喂养模式、生长发育数据及健康情况,同步筛查家庭护理中存在的操作不当或认识误区。

1.3 观察指标

观察两组对象产妇的母亲角色适应度、护理前后主观幸福感(GWB)和自我效能(GSES)评分、医学应对方式量表(MCMQ)评分和生活质量(GQOLI-74)评分。

①母亲角色适应度:使用院内自制问卷调查和评估产妇母亲角色适应度,包含20个项目,总分80分。评分标准以64-80分为“良好”,表示产妇能很好地适应母亲角色,育儿信心能力较强;48-63分为“一般”,表示产妇的角色适应过程缓慢,需提供专业指导;<48分为“差”,表示产妇适应母亲角色效果不好,有较明显的心理负担。

②主观幸福感和自我效能:前者采用总体幸福感量表(GWB)测定,该量表围绕健康担忧、精力等维度,以120分为总分上限,分值越高,表明产妇主观幸福感越显著。后者则通过一般自我效能感量表(GSES)评估,该量表以1~

4分计分,1分对应“完全不正确”,4分对应“完全正确”,总得分在10~40分区间,得分越高,反映出产妇在不同情境下的自我效能感越强。

③医学应对方式:借助医学应对模式量表(MCMQ)开展评估工作。该量表由20个项目组成,构建“面对”“回避”“屈服”三个评估维度,其中“面对”维度含8项、“回避”7项、“屈服”5项。经测评所得分数越高,表明产妇在面对问题时越倾向于采用该维度对应的应对模式。

④生活质量:采用生活质量综合评定问卷(GQOLI-74),该量表由74个项目构成,划分为躯体功能、心理功能、社会功能、物质生活状态4个维度。总分100分,各维度得分与生活质量呈正向关联。

1.4 统计学

本次调查数据纳入SPSS 27.0软件中,分析计量资料符合正态分布并以($\bar{x} \pm s$)形式表示,计数资料以率(%)形式表示,分别通过T、 X^2 检验,统计值($P < 0.05$)代表差异有统计学意义。

2 结果

2.1 母亲角色适应度

如表1所示,实验组的母亲角色适应度高于常规组($P < 0.05$)。

表1 两组母亲角色适应度比较表(n%)

组别	例数	良好	一般	差	适应度(%)
常规组	40	17	17	6	85.00
实验组	40	25	14	1	97.50
X^2					3.913
P					<0.05

2.2 护理前后主观幸福感和自我效能评分

如表2所示,护理前两组GWB和GSES评分相近($P > 0.05$);护理后实验组的GWB和GSES评分均高于常规组($P < 0.05$)。

表2 两组护理前后主观幸福感和自我效能评分比较表($\bar{x} \pm s$,分)

组别	例数	GWB		GSES	
		护理前	护理后	护理前	护理后
常规组	4	76.42 ± 8.52	84.74 ± 5.16	20.03 ± 2.28	26.70 ± 4.67
	0				
实验组	4	75.13 ± 7.95	93.85 ± 3.52	20.19 ± 2.10	30.25 ± 4.22
	0				
T		0.700	9.224	0.326	3.567
P		>0.05	<0.05	>0.05	<0.05

Clinical Application Research of Nursing Care

2.3 医学应对方式量表评分

如表3所示,实验组的面对指标评分高于常规组,而屈服、回避指标评分均低于常规组($P < 0.05$)。

表3 两组医学应对方式量表评分比较表 ($\bar{x} \pm s$, 分)

组别	例数	面对	屈服	回避
常规组	40	16.55±2.38	10.60±3.00	15.43±2.20
实验组	40	18.70±2.40	9.41±2.01	13.27±2.60
T		4.023	2.084	4.011
P		<0.05	<0.05	<0.05

2.4 生活质量评分

如表4所示,实验组的躯体功能、心理功能等指标评分均高于常规组($P < 0.05$)。

表4 两组生活质量评分比较表 ($\bar{x} \pm s$, 分)

组别	例数	躯体功能	心理功能	社会功能	物质生活状态
常规组	40	85.87±3.25	83.84±5.09	84.23±3.63	82.51±4.58
实验组	40	91.14±3.12	89.52±5.79	92.44±3.17	88.63±4.56
T		7.398	4.660	10.774	5.989
P		<0.05	<0.05	<0.05	<0.05

3 讨论

初产妇因缺乏分娩经验,对产后生理应激反应的适应性较弱,相较于经产妇更易出现心理调节滞后的情况;这种身心双重应激不仅会延缓子宫复旧、泌乳功能等生理指标的恢复进程,还可能引发母亲角色认同障碍,导致焦虑、抑郁等负性情绪滋生^[4]。因此,对初产妇实施合适的优质护理,对维护母婴健康、促进身心状态调节继而改善预后至关重要^[5]。而以家庭为中心的产后护理是基于家庭模式开展的护理工作,围绕产妇而展开,通过心理疏导、温馨环境构建、亲子互动等方式努力让产妇感到温暖,以此提高主观幸福程度。护理工作更具条理性,产妇配合度更高,在获得足够支持下能更快适应母亲角色,保持积极恢复状态,得以实现良好分娩结局^[6]。从本次研究结果上看,护理前两组GWB和GSES评分相近($P > 0.05$)。而护理后实验组产妇的母亲角色适应度和GSES评分更高($P < 0.05$),主要在于以家庭为中心的产后护理模式通过建立家庭支持体系,促使家属深度参与产妇护理工作,为产妇提供情感慰藉与实际援助。家属的贴心陪伴与理解,能够有效缓解产妇心理负担,提升其安全感与自信心,助力其顺利完成母亲角色过渡^[7]。另外,实验组的GWB和生活质量评分更高($P < 0.05$),是由于以家庭为中心的产后护理从多维层面构建了系统性康复支持体系:通过

强化家庭参与式照护机制,不仅为产妇营造了被重视、被关爱的情感支持环境,切实满足其心理归属需求,更通过促进母婴早期情感联结的个性化干预,显著提升产妇主观幸福感。加上科学的康复建议促进了产妇的身体恢复,最终形成心理—生理双重维度的生活质量提升效应^[8]。而实验组MCMQ量表显示“面对”评分更高,“屈服”“回避”更低($P < 0.05$),这说明初产妇产后接受以家庭为中心的产后护理干预,可促进初产妇采用积极应对策略。该策略通过提升产妇心理韧性,使其能更有效地调适产后身体不适与心理压力,进而增强对产后生活的适应能力,更好地应对角色转变及育儿等现实问题^[9]。

综上所述,以家庭为中心的产后护理对加强初产妇母亲角色适应和主观幸福感切实有效,值得推广。

【参考文献】

- [1]黄榕芳,黄金霞,等.家属参与型护理干预对产妇产后母乳喂养及主观幸福感的影响[J].妇儿健康导刊,2024,3(22):140-143.
- [2]王小芳,王雪萍.以家庭为中心的产后护理对产妇母亲角色适应的影响[J].心理月刊,2019,14(19):72.
- [3]李娜,张岚,芮子容,等.以家庭为中心的产科护理模式在预防产后抑郁症中的应用研究进展[J].护理管理杂志,2024,24(7):575-580.
- [4]董利敏,贾美云,白文静,等.以家庭为中心的产科监护结合待产—分娩—产后护理一体化的产房护理模式对初产妇妊娠结局的影响[J].中国临床护理,2024,16(2):92-95.
- [5]彭毅萍,刘慧苹.以促进角色适应为目标的优质护理服务对高龄足月初产妇纯母乳喂养率、心理弹性及主观幸福感的干预效果[J].河南医学研究,2023,32(23):4398-4401.
- [6]严春丽.以家庭为中心的产后护理在改善产妇心理状态及角色转换中的应用[J].当代护士(下旬刊),2021,28(4):107-109.
- [7]蒋文婷,郭延莉.以家庭为中心的干预模式在产后抑郁护理中的应用分析[J].中国冶金工业医学杂志,2024,41(6):722-723.
- [8]牛一姗.剖宫产术后高龄初产妇主观幸福与角色适应分析[J].中国城乡企业卫生,2024,39(7):136-138.
- [9]张文红,王萍,张歌.结构式心理干预结合以家庭为中心的产后护理对初产妇的影响[J].心理月刊,2023,18(20):171-173+225.

作者简介:

贝凯诗(1997.05-),女,汉族,浙江湖州人,本科,护师,研究方向为产科护理。