

产后康复治疗在产科的临床应用效果分析

李金洪

岑溪市人民医院

DOI:10.12238/fcmr.v2i3.3650

[摘要] 本次研究目的是确定产后康复治疗在产科临床应用中的具体效果。选取本院一年时间内收治的100例分娩患者作为重点研究对象,平均划分为对照组和研究组,前者采用常规护理干预,后者采用常规护理和产后康复护理两种模式。通过观察两组患者心理状态及母乳分泌情况,准确评估产后康复治疗的作用,为加强临床治疗效果提供帮助。在研究对比后发现,使用产后康复治疗,患者的身体状态及生活质量均得到明显提升,这足以说明该护理模式具有较好的临床应用效果,值得大力推广和应用。

[关键词] 产后康复治疗; 产科; 临床应用; 效果分析

中图分类号: R602 文献标识码: A

Clinical Effect Analysis of Postpartum Rehabilitation in Obstetrics

Jinhong Li

The People's Hospital of Cenxi City

[Abstract] The purpose of this study is to determine the specific effect of postpartum rehabilitation in obstetric clinical application. 100 cases of delivery patients admitted to our hospital in one year were selected as the key research objects. They were divided into control group and study group on average. The former was given routine nursing intervention, and the latter was given routine nursing and postpartum rehabilitation nursing. By observing the psychological state and breast milk secretion of the two groups of patients, the role of postpartum rehabilitation treatment was accurately evaluated, and help was provided to strengthen the clinical treatment effect. After the study and comparison, it was found that the physical status and quality of life of patients were significantly improved after the use of postpartum rehabilitation treatment, which was sufficient to illustrate that the nursing model had good clinical application effect and was worthy of promotion and application.

[Key words] postpartum rehabilitation treatment; obstetrics; clinical application; effect analysis

分娩是女性人生中的重要经历,不过分娩过程中会对女性的身体结构以及局部组织带来一定的损伤,如果不进行后期的良好治疗,将会对女性健康状况带来严重威胁。产后康复治疗是采取低频脉冲的方式,加快孕妇的产后恢复速度,减少并发症的产生,从而保障产妇的身体健康,满足女性的爱美之心。本文将采取对比研究的方式,详细阐述产后康复治疗的作用效果,以期提高临床治疗水平。

1 资料与方法

1.1 基础资料。选取本院一年时间内收治的100例分娩患者作为重点研究对象。通过对现有临床资料的回顾性分析,将选取患者平均划分为对照组和研究组。其中对

照组中患者的平均年龄在29岁上下,其中包括初产妇33人、经产妇17人。顺产29人,剖宫产21人。研究组中患者的平均年龄在27岁上下。其中包括初产妇24人、经产妇26人。顺产32人,剖宫产18人。两组患者基本资料雷同,差异无统计学意义,具有可比性。

在分娩患者的选择上,为保证研究结果的真实可靠,需要遵循以下几点要求:在患者选取过程中,需确定患者不存在任何脏器类疾病,且病例资料信息的完整度较高;无妊娠合并症及凝血功能障碍问题;患者及其家属已经了解本次研究的具体情况,且签署同意书。另外,在患者选取上,需要剔除患有精神性疾病、沟通障碍的患者,且在研究工作开展前,确认患者及其家

属的意向,不同意的严禁强制要求。

1.2 方法。对照组采用的是常规护理干预,包括健康知识讲座、产后身体检查及药物治疗等。观察组采用的是常规护理和产后康复治疗。具体内容如下:

一是心理护理。患者在分娩后会受到生理、心理、家庭及社会因素的影响,出现各种负面情绪,再加上分娩后产妇身体变化及刀疤的留存,会加剧产妇的负面情绪,进而出现抑郁、焦虑等症状。同时在婴儿照看过程中,婴儿不定时的啼哭等行为,也会促使产妇出现精神衰弱、脾气暴躁等问题,不仅会危害自身的健康,还会对婴儿带来一定程度的伤害。鉴于此,在分娩之后,护理人员有必要做好产妇心理上的疏导,

了解产妇负面情绪产生原因,明确产妇实际情况,对症下药,及时排解不良情绪,以此保证产妇分娩后的正常生活。

二是外阴与伤口处理。分娩过程中,产妇容易因为用力过大、胎儿过大,致使产妇阴部出现一定程度的损伤,如果不对此实行有效护理,容易增加细菌感染。另外,产妇大小便与恶露排出后清理不及时,也会增加感染的可能,威胁产妇的健康状况。所以在产后健康治理中,护理人员需要定期对产妇会阴部位进行清洁,并叮嘱产妇勤换卫生棉垫,避免感染。在产妇的会阴处出现水肿、疼痛情况后,医护人员可利用纱布浸入50%的硫酸镁外敷。如果是剖宫产,患者需要保持伤口部位干燥,以降低感染的可能。

三是乳房护理。乳房护理开展过程中,要先实行前期的宣传教育,通过宣传短片、短视频的方式,或者以护理人员口述的形式,为产妇讲解母乳喂养的好处,以及母乳喂养过程中需要注意的事项。之后教授产妇正确母乳喂养的姿势,减少母乳喂养过程中对婴儿和产妇自身带来不良影响。分娩后一天就可开始母乳喂养。喂养过程中,选用怀抱式姿势,以免婴儿压迫产妇伤口,缓解疼痛感。如果是剖宫产,且产妇存在疼痛现象,可服用适量药物进行镇痛。最后,指导产妇乳汁排空,避免乳汁对腺体细胞的压迫,影响后期分泌效果。护理人员还可选择低频脉冲电刺激法,促进产妇乳房旋转,促使泌乳素分泌,达到催产的效果,同时也可改善微循环,促进乳腺管的畅通。

四是子宫按摩。子宫按摩一方面可加快恶露的排出速度,做好清洁处理,另一方面也能够避免产后大出血,降低产妇恢复过程的危险性。不仅如此,子宫按摩还有助于加快乳汁的分泌,保证婴儿的养分供应。子宫按摩需要护理人员有专业的手法和先进的仪器设备,加快子宫收缩速度。

五是保健操训练。保健操属于有氧运动的一种,在产后恢复过程中,产妇可借助保健操,达到子宫收缩、腹壁恢复,防止产后出现子宫下垂、大小便失禁、直肠膨出等问题。另外,保健操对于产妇的体型保持也有很好的效果,适当的有氧运动,能够恢复产妇的肌肤活力,避免皮肤下垂。在产妇开展保健操训练过程

中,护理人员要给予正确的指导和帮助,让产妇调整好呼吸,纠正姿势,以发挥保健操的作用,加快恢复速度。

六是饮食指导。生产及后期婴儿照顾等工作都存在大量的体能消耗。所以护理人员应根据产妇身体特征,有针对性的制定膳食计划,帮助产妇恢复体能,提高身体素质。在膳食计划编制中,应增加蛋白质、维生素的摄入量,减少生冷和辛辣食物的摄入。产后第一餐要以清淡易消化的流质食物为主,如蛋花汤、藕粉等。产后2-7天内不能摄入过多油腻食物,主食选择面条、蛋汤及米粥等。一周后逐渐摄入猪肉、鸡肉,保证充足乳量。少食多餐,且每天多补充饮水量,以防出现便秘的情况。

1.3评价指标。本次评定主要针对患者心理状态以及分娩后母乳分泌情况,前者可直接采用焦虑自评量表、抑郁自评量表对患者护理前后5天内的变化加以评估,后者则是对分娩后3天内的情况进行准确计算和分析。

1.4统计学方法。采用SPSS24.0软件实行统计学分析,计量资料运用t的检验原理,计数资料主要采用 χ^2 进行检验,以 $P < 0.05$ 则表示差异具有统计学的意义。

2 对比结果

2.1心理状态对比结果。借助焦虑和抑郁评分表对对照组和研究组患者治疗前后进行打分,具体数据为:对照组的焦虑评分为,治疗前53.64-60.84,治疗后35.19-43.19;抑郁评分为,治疗前54.37-62.57,治疗后34.82-40.02。研究组组的焦虑评分为,治疗前51.83-60.83,治疗后31.61-38.61;抑郁评分为,治疗前56.51-61.51,治疗后30.17-39.37。从这组数据中不难看出,在护理干预后,患者心理压力逐渐减轻,且研究组患者在接受产后康复治疗后,心理状态的改变明显优于对照组。

2.2母乳分泌情况对比结果。按照奶量多、中、少、无四个层级对两组患者的母乳分泌情况加以分析。对照组中奶量多的共5人,奶量中等23人,奶量少的16人,无奶6人。奶量分泌优良率在56%;研究组中奶量多的共36人,奶量中等10人,奶量少的4人,无奶0人。奶量分泌优良率在92%。研究组明显优于对照组,差

异性较为明显,具有统计学意义。

3 讨论

分娩后,产妇的心理和生理均发生较大变化,再加上在分娩过程中,消耗较大体能,会使产妇产生各种不良情绪和心理疾病,如果不能对此予以及时解决,会使产妇存在产后功能不协调、暴躁易怒等多方面问题。部分产妇在分娩完成后,会因为乳汁分泌不旺盛,婴儿喂养出现问题,影响产妇自身的身体状况,引起各种并发症。而产后康复治疗则主要是借助低频脉冲,加速产妇的恢复速度,满足女性爱美需求。现阶段,我国很多产妇在分娩之后都存在盆底肌肉松弛的情况,导致子宫承担重量增加,生成各种不良问题。目前,传统的坐月子风俗仍在产妇产后康复中占有很大比例,产妇产后接受出院指导,返家接受家庭照料,但无法有效保证产后康复效果。对此,加强对产后康复治疗的宣传工作,大力开展产后康复治疗尤为必要。

本文中参照心理状态和母乳分泌情况,对两组患者护理后的状态实行对比分析。研究结果表明,在使用产后康复治疗的研究组中,患者心理治疗效率明显高于对照组的常规护理结果,母乳分泌情况也明显高于对照组,且差异较为明显。这足以说明,产后康复治疗对于产妇身体的恢复、产妇健康状况有着重要作用,值得在临床上大力推广和应用。

[参考文献]

[1]张志佳,吴立英.改善妊娠期糖尿病产后6~12周电话随访形式在临床应用效果分析[J].实用临床护理学电子杂志,2019,4(44):127+130..

[2]诸小丽,孙云,胡欣欣,等.产后盆底康复治疗在盆底功能障碍性疾病中的临床应用效果分析[J].中国妇幼保健,2020,(9):1631-1634.

[3]马艳红.产科产后康复治疗应用的效果研究[J].健康之友,2019,(10):174.

[4]王晶.产后康复治疗在产科的临床应用效果观察[J].实用妇科内分泌杂志(电子版),2019,6(04):108-109.

[5]李洁.观察产后康复治疗在产科的临床应用效果[J].医学美容,2020,29,(5):61-62.