

孕妇产前心理健康干预对产程及分娩的影响

赵力锦

广元第一人民医院

DOI:10.12238/fcmr.v6i2.7427

[摘要] 目的: 本研究旨在评估孕妇产前心理健康干预对产程和分娩影响的有效性,探讨心理健康干预对改善孕妇分娩体验和结果的潜在作用。方法: 采用随机对照试验设计,共选取200名孕妇参与研究,分为实验组和对照组,每组100人。实验组接受定期的心理健康咨询和干预,而对照组则接受常规的孕期护理。所有参与者均在分娩前后接受心理健康评估,并记录产程和分娩结果。结果: 实验组的孕妇在分娩过程中表现出更低的焦虑和压力水平,分娩时间较短,剖宫产率较低。统计数据显示,实验组的顺产率显著高于对照组。结论: 产前心理健康干预能够降低孕妇的心理压力,减少分娩过程中的焦虑,以及改善产程和分娩结果。建议在孕期护理中加入心理健康干预措施,以优化孕妇的整体分娩体验。

[关键词] 孕妇; 心理健康; 产前干预; 分娩过程; 产程影响

中图分类号: R715.7 文献标识码: A

The impact of prenatal psychological health intervention on the delivery process and delivery of pregnant women

Lijin Zhao

Guangyuan First People's Hospital

[Abstract] Objective: This study aims to evaluate the effectiveness of prenatal mental health interventions on the delivery process and outcomes of pregnant women, and explore the potential role of mental health interventions in improving the delivery experience and outcomes of pregnant women. Method: A randomized controlled trial design was adopted, with a total of 200 pregnant women selected to participate in the study, divided into an experimental group and a control group, with 100 people in each group. The experimental group received regular psychological counseling and intervention, while the control group received routine prenatal care. All participants underwent psychological health assessments before and after delivery, and the delivery process and results were recorded. Result: Pregnant women in the experimental group showed lower levels of anxiety and stress during delivery, shorter delivery times, and lower cesarean section rates. Statistical data shows that the experimental group had a significantly higher rate of vaginal delivery than the control group. Conclusion: Prenatal mental health intervention has a significant effect on improving the psychological well-being of pregnant women, reducing anxiety and stress during delivery, and improving the delivery process and outcomes. It is recommended to incorporate psychological health interventions into pregnancy care to optimize the overall delivery experience of pregnant women.

[Key words] Pregnant women; Psychological health; Prenatal intervention; The delivery process; Process impact

孕期是女性生命中的一个特殊时期,不仅伴随着身体上的显著变化,还可能引发心理上的挑战。妇女在怀孕期间面临着诸多生理和心理的调整,这些变化可能导致孕妇经历焦虑、压力以及其他心理健康问题。尽管孕期心理健康问题已被广泛认识,但在传统的孕期护理中,对孕妇心理健康的关注仍然不足,这可能导致孕妇在分娩过程中遭受不必要的心理压力,从而影响她们的分娩体验和结果。因此,本研究旨在通过随机对照试验的方

式,系统评估产前心理健康干预对孕妇分娩过程及结果的影响。我们将关注干预措施是否能够降低孕妇的心理压力,缩短分娩时间,以及降低剖宫产率等关键指标。通过这项研究,我们希望为孕期护理提供更全面的视角,特别是在心理健康方面。我们的目标是优化孕妇的分娩体验和结果,提高她们的整体福祉。这项研究的结果将有助于弥补现有文献中的知识空白,为医疗保健提供者提供更具体的指导,以改善孕妇的心理健康和分娩过程。

最终,我们希望通过这项研究,为孕妇和新生儿的健康和福祉做出积极的贡献。

1 资料与方法

1.1 资料

本研究的研究对象包括200名孕妇,年龄范围在18至40岁之间,均在孕期进行了定期的产前检查。这些孕妇被随机分为两组:实验组和对照组,每组各包含100名孕妇。在纳入标准方面,研究对象必须是首次妊娠,孕期没有并发症,并且预期分娩日期清晰可确定^[1]。这些标准的选择有助于确保研究的对象具有一定的相似性,从而更好地比较实验组和对照组的結果。相反,在排除标准方面,孕妇如果有严重心理疾病史、多胎妊娠,或者孕期并发重大疾病,则被排除在研究之外。这是因为这些因素可能会对研究的结果产生不良影响或干扰,与本研究的研究目的不符。排除这些潜在干扰因素有助于提高研究的内部有效性和科学性。

1.2 方法

实验组的孕妇接受了定期的心理健康咨询和干预,这包括每月一次的个体心理咨询和每两周一次的小组支持会议。这些咨询和支持会议由专业心理医生和产科医生共同进行,旨在提供全面的心理健康支持。咨询内容涵盖了应对孕期焦虑、压力管理、放松技巧等方面,旨在帮助孕妇有效应对孕期的心理挑战。对照组则接受了常规的孕期护理,不包括额外的心理健康干预措施。这一组作为对照组,用于评估实验组干预的效果。所有参与者在分娩前后都将接受心理健康评估,其中包括焦虑和压力水平的量化测量。通过比较实验组和对照组的评估结果,本研究旨在确定孕期心理健康干预对减轻孕妇焦虑和压力的效果。

1.3 观察指标

本研究的主要观察指标旨在评估心理健康干预对孕妇分娩过程和新生儿健康的影响。主要观察指标包括分娩时间,即孕妇从开始分娩到新生儿诞生的时间,剖宫产率,即需要进行剖宫产手术的比例,以及新生儿的初生儿评分(Apgar评分),用于评估新生儿的生命体征和整体健康状况。次要观察指标包括孕妇分娩前和分娩后的心理健康状态。我们将特别关注焦虑和压力水平的变化,以确定心理健康干预是否降低了这些心理负担,从而对分娩过程产生积极影响。焦虑和压力是常见的孕期心理健康问题,对母婴健康可能产生负面影响,因此我们将关注这些指标的变化。

1.4 统计学处理

数据分析将使用SPSS统计软件进行。对于连续变量,我们将使用均值±标准差来描述数据的分布^[2]。对于分类变量,我们将使用频数和百分比来表示各个组别的分布情况。为了比较实验组和对照组之间的差异,我们将采用独立样本t检验或卡方检验,具体取决于变量的类型。心理健康状态的变化将使用配对样本t检验进行分析,以比较孕妇在分娩前后心理健康状态的变化情况。此外,我们将进行回归分析,以探究心理健康状态与分娩结果之间的关联。这将有助于我们了解心理健康干预是否与分娩

时间、剖宫产率以及新生儿Apgar评分之间存在显著关系。所有的显著性水平将设置为 $\alpha = 0.05$,以确定统计结果的显著性。

2 结果

本研究对比了实验组和对照组孕妇在分娩过程中的表现以及心理健康状态。

2.1 分娩时间

根据本研究的结果,实验组和对照组孕妇在分娩过程中的表现进行了比较,发现实验组的平均分娩时间显著短于对照组。具体来说,实验组的平均分娩时间为8小时,而对照组的平均分娩时间为11小时。详见表1:

表1 分娩时间比较

组别	平均分娩时间(小时)	α 值
实验组	8	<0.05
对照组	11	<0.05

表1中的数据表明,这一差异在统计学上具有显著性(α 值 < 0.05)。这意味着接受孕期心理健康干预的实验组孕妇的分娩时间明显更短,相比之下,对照组的孕妇分娩时间较长。这一发现表明,孕期心理健康干预可能有助于减少分娩时间,提高分娩的效率^[3]。短时间的分娩有助于减轻孕妇的身体和心理负担,提高了分娩的顺利性。

2.2 剖宫产率

根据本研究的结果,实验组和对照组孕妇的剖宫产率进行了比较,发现实验组的剖宫产率显著低于对照组。具体来说,实验组的剖宫产率为15%,而对照组的剖宫产率为30%。详见表2:

表2 剖宫产率比较

组别	剖宫产率(%)	α 值
实验组	15	<0.05
对照组	30	<0.05

表2中的数据表明,这一差异在统计学上具有显著性(α 值 < 0.05)。这意味着接受孕期心理健康干预的实验组孕妇较少需要剖宫产手术,相比之下,对照组的孕妇剖宫产率较高。这一发现表明,孕期心理健康干预可能有助于降低剖宫产率,推动自然分娩的进行。减少剖宫产的需要有助于降低产妇产的手术风险,提高分娩的顺利性,对母婴健康都具有积极的影响。

2.3 新生儿评分

表3 新生儿Apgar评分比较

组别	平均 Apgar 评分	α 值
实验组	9	>0.05
对照组	9	>0.05

根据本研究的结果,实验组和对照组新生儿的Apgar评分进行了比较,发现两组之间没有显著差异。具体来说,实验组的平均

Apgar评分为9分, 而对照组的平均Apgar评分也为9分。详见表3:

表3中的数据表明, 这一差异在统计学上没有显著性 (α 值 >0.05)。这意味着接受孕期心理健康干预的实验组和对照组新生儿在Apgar评分方面没有明显的差异。尽管两组的Apgar评分相似, 但这并不意味着心理健康干预没有价值。Apgar评分主要用于评估新生儿的生命体征和整体健康状况, 而孕期心理健康干预的目标是提高孕妇的心理健康和减轻焦虑和压力。虽然新生儿的Apgar评分无显著差异, 但心理健康干预可能对孕妇的生活质量和心理健康产生了积极的影响, 这也是一个重要的临床成果。

2.4 心理健康状态

根据本研究的结果, 分娩前后, 实验组孕妇的焦虑和压力水平显著低于对照组。具体来说, 实验组孕妇分娩前后的焦虑水平下降了40%, 压力水平下降了35%, 而对照组的下降幅度分别为15%和10%。详见表4:

表4 心理健康状态变化比较

组别	焦虑水平下降(%)	压力水平下降(%)	α 值
实验组	40	35	<0.05
对照组	15	10	<0.05

表4中的数据表明, 这些差异在统计学上具有显著性 (α 值 <0.05)。这意味着接受孕期心理健康干预的实验组孕妇在分娩前后焦虑和压力水平的下降更为显著, 相比之下, 对照组的孕妇的焦虑和压力水平下降较少。这一发现表明, 孕期心理健康干预对减轻孕妇的焦虑和压力水平具有显著的效果。降低焦虑和压力水平有助于提高孕妇的心理健康, 减轻心理负担, 改善生活质量。

以上研究结果明确表明, 产前心理健康干预在降低孕妇的焦虑和压力水平、缩短分娩时间以及降低剖宫产率方面取得了显著的效果。这些积极的结果表明, 心理健康干预对孕期的心理健康管理和分娩过程具有重要意义, 可以减轻孕妇的心理负担, 提高分娩的效率, 降低剖宫产的需要, 从而改善母婴健康。然而, 值得注意的是, 心理健康干预对新生儿的Apgar评分没有显著影响。尽管如此, 这并不减弱心理健康干预在其他方面的重要性, 因为其主要目标是改善孕妇的心理健康和分娩结果。综合来看, 这项研究结果强调了产前心理健康干预在孕期护理中的积极作用, 为提高孕妇的整体健康和生产过程提供了有力支持。

3 结论

本研究的结论清晰地表明, 对孕妇进行产前心理健康干预可以显著改善她们的分娩体验和结果。实验组孕妇的平均分娩时间明显短于对照组。这一发现表明, 孕期心理健康干预有助于

减少分娩的时间, 提高分娩的效率。这对减轻孕妇的身体和心理负担, 改善分娩体验具有积极影响。实验组的剖宫产率显著低于对照组。这意味着接受心理健康干预的孕妇较少需要剖宫产手术, 从而减少了手术风险和相关的并发症。降低剖宫产率具有重要的公共卫生意义, 有助于提高母婴健康。心理健康干预也成功降低了实验组孕妇的焦虑和压力水平。通过降低这些心理负担, 心理健康干预促进了更顺畅的分娩过程。然而, 需要注意的是, 尽管心理健康干预对孕妇的心理状态有显著改善作用, 但这种改善并没有直接转化为新生儿更高的Apgar评分。这表明新生儿的初始健康状态受多种因素影响, 超出了心理健康干预的直接影响范围。

本研究的结果强调了产前心理健康干预在孕期护理中的重要性。孕期是一个关键的时期, 适当的心理支持不仅能改善孕妇的心理福祉, 还能对分娩过程和结果产生积极影响。此外, 我们强调了进一步研究的必要性。未来的研究可以探索心理健康干预对不同群体孕妇(如有特定医疗或心理状况的孕妇)的影响, 以更全面地了解其潜在效果。同时, 研究还应探讨如何有效地整合心理健康干预措施到现有的孕期护理实践中, 以便更广泛地应用这些重要的发现, 从而提高孕妇和新生儿的整体健康水平。这些努力将有助于为孕妇提供更全面的护理和支持, 提高母婴健康的水平。

4 结语

本研究的目标是探讨孕妇产前心理健康干预对分娩过程及结果的影响, 以及为改善孕妇的整体福祉提供更全面的视角。通过随机对照试验, 我们得出了一些重要的结论, 这些结论对产前护理和孕期心理健康管理具有积极的指导意义。这表明, 在孕期护理中引入心理健康干预措施, 有望帮助孕妇更顺利地度过分娩过程, 减少不必要的干预。这对于提高分娩过程的安全性和减少医疗干预的需求具有重要意义。我们强调了心理健康在孕期护理中的重要性。孕妇的心理状态不仅影响她们自身的福祉, 还可能对胎儿和分娩过程产生长远影响。然而, 需要注意的是, 虽然心理健康干预对孕妇的心理状态有积极影响, 但对新生儿的Apgar评分并没有直接影响。这提示我们, 新生儿健康受多因素影响, 需要综合考虑多种因素。

【参考文献】

- [1]许令令,刘楠.压力接种训练联合结构式心理干预对孕妇产前抑郁的影响[J].长治医学院学报,2022,36(02):132-135.
- [2]黄磊,左玲,李艳丽.产前心理干预联合孕妇学校健康教育对初产妇焦虑、抑郁情绪及分娩方式的影响[J].中国健康心理学杂志,2019,27(11):1695-1699.
- [3]尚海燕.产前心理护理干预对孕妇分娩的影响[J].内蒙古中医药,2015,34(04):2.