

产时会阴按摩及热敷 对阴道分娩产妇会阴裂伤程度的影响研究

范柳菲 冯文君 廖榕芳

惠州市第一妇幼保健院产房 广东 惠州 516001

摘要:目的:研究产时会阴按摩及热敷对阴道分娩产妇会阴裂伤程度的影响。方法:选取我院惠州市第一妇幼保健院2022年1月~2023年1月期间收治的单胎足月初产妇120例,按照随机数字表法分为观察组与对照组,各60例。两组均采取常规护理,对照组同时采取会阴按摩及热敷,观察并比较两组产妇产后会阴裂伤情况、产后24h会阴疼痛情况、第二产程时间、产后2h出血量、产后1d疼痛视觉模拟评分(Visual Analogue Score, VAS)、住院时间。结果:观察组的会阴完整率显著高于对照组,会阴侧切率显著低于对照组($P < 0.05$),观察组I度裂伤、II度裂伤的发生率与对照组无显著差异($P > 0.05$);观察组产后24h会阴疼痛率显著低于对照组($P < 0.05$);观察组的第二产程显著短于对照组,产后2h出血量显著少于对照组($P < 0.05$);观察组的产后1d VAS评分显著低于对照组,住院时间显著短于对照组($P < 0.05$)。结论:对阴道分娩产妇宫口开全采取会阴按摩及热敷,能够缩短第二产程,减少会阴侧切,保护会阴完整,降低产后出血量,减轻产后疼痛,缩短住院时间,具有临床推广价值。

关键词:阴道分娩;产妇;会阴按摩;会阴热敷;会阴损伤

Influence of perineal massage and hot compress during labor on perineal laceration degree of parturient parturients

Liufei Fan Wenjun Feng Rongfang Liao

Delivery Room, Huizhou First Maternal and Child Health Hospital, Huizhou, Guangdong, 516001

Abstract: Objective: To study the effect of perineal massage and hot compress on perineal laceration of parturients in vaginal delivery. Methods: A total of 120 full-term single parturients admitted to Huizhou First Maternal and Child Health Hospital of our hospital from January 2022 to January 2023 were selected and divided into observation group and control group according to random number table method, with 60 cases in each group. Both groups received routine nursing, while the control group received perineal massage and hot compress at the same time. The perineal laceration after delivery, perineal pain 24h after delivery, duration of the second stage of labor, 2h postpartum blood loss, 1d postpartum pain Visual Analogue Score (VAS) and length of hospital stay were observed and compared between the two groups. Results: The perineal integrity rate in the observation group was significantly higher than that in the control group, and the lateral perineal incision rate was significantly lower than that in the control group ($P < 0.05$). There was no significant difference in the incidence of degree I laceration and degree II laceration between the observation group and the control group ($P > 0.05$). The perineal pain rate at 24h postpartum in the observation group was significantly lower than that in the control group ($P < 0.05$). The second stage of labor in the observation group was significantly shorter than that in the control group, and the 2h postpartum blood loss was significantly shorter than that in the control group ($P < 0.05$). The postpartum 1d VAS score of the observation group was significantly lower than that of the control group, and the length of hospitalization was significantly shorter than that of the control group ($P < 0.05$). Conclusion: Perineal massage and hot compress can shorten the second stage of labor, reduce perineal lateral incision, protect perineal integrity, reduce postpartum bleeding, relieve postpartum pain, shorten hospital stay, and have clinical value.

Key words: Vaginal delivery; Puerpera; Perineal massage; Hot compress perineum; Perineal injury

阴道分娩是常见分娩方式,但通常会导致会阴损伤,包括会阴裂伤、肛门括约肌裂伤、阴道口裂伤等,严重时可延伸至直肠壁,导致大便失禁、性交疼痛等^[1]。阴道损伤主要为手术

切开、自发性生殖道撕裂等所致,临床数据表明,初产妇发生阴道损伤的几率超过90%^[2]。而即使严格控制会阴切开指征,初产妇会阴损伤的发生率仍高达70%^[3]。会阴损伤不仅会加重

产后疼痛程度,也与远近期并发症具有一定的相关性,损害产妇产身心健康,影响产后康复。常规会阴保护是托举会阴体,以促进胎头俯屈,但发生会阴损伤的情况仍较高。且必要时会采取会阴侧切,但切口出血多,术后疼痛严重。会阴按摩可以促进局部血液循环,恢复组织弹性,从而保护会阴,提升顺产成功率,减轻产后疼痛。热敷也是一种非常普遍和有效的方法,可以帮助减少会阴裂伤的发生率。本研究通过对我院收治的 60 例单胎足月初产妇行会阴按摩及热敷,探究其临床价值。现报道如下:

1 资料与方法

1.1 一般资料

选取我院惠州市第一妇幼保健院 2022 年 1 月~2023 年 1 月期间收治的单胎足月初产妇 120 例,按照随机数字表法分为观察组与对照组,各 60 例。观察组年龄 22~38 岁,平均(29.42±3.47)岁;孕周 37~41w,平均(39.45±1.27)w;新生儿体重 2.8~3.9kg,平均(3.38±0.31)kg。对照组年龄 23~37 岁,平均(29.24±3.32)岁;孕周 37~41w,平均(39.41±1.19)w;新生儿体重 2.9~3.9kg,平均(3.43±0.34)kg。两组产妇年龄、孕周、新生儿体重对比(P>0.05)。本研究获得医院伦理委员会批准通过,所有孕产妇均知情同意,自愿参与本研究,并签署同意书。

纳入标准(1)均为单胎足月初产妇;(2)身体素质良好;(3)临床资料完整。

排除标准(1)阴道分娩禁忌证;(2)患有高血压、糖尿病、心脏病者;(3)胎位不正、胎儿窘迫;(4)凝血功能障碍者;(5)患有生殖器官疾病史者;(6)精神疾病者。

1.2 方法

对照组产妇接受常规护理:行产前健康宣教、心理干预等,并采取常规助产干预:取仰卧位,会阴冲洗、消毒,指导产妇深呼吸,一手顶住会阴部,宫缩时向上托压,一手轻压胎头枕部,使胎头保持缓慢下降。胎儿头部露出后,协助胎头仰伸,将口鼻内残余羊水擦拭干净,并协助娩出胎儿双肩及躯干。

观察组在常规护理上采取会阴按摩配合会阴热敷:第

二产程产妇进入屏气用力阶段,予会阴冲洗,用黄豆袋热敷会阴部 3~5min,热敷温度为 41~48℃,然后碘伏消毒外阴,将润滑油涂抹产妇阴道口周围,助产士将润滑两指放入阴道内 2.5~5cm 处,配合宫缩朝着直肠方向向下按压、向外扩张阴道,然后以 U 型运动来回往复按摩,按摩时需保持均匀用力、动作轻柔。宫缩时按摩 3~5 次,宫缩间歇暂停。

观察指标:(1)比较两组产妇的会阴裂伤情况,包括会阴完整、会阴侧切、I 度裂伤、II 度裂伤、产后 24h 疼痛情况。(2)比较两组患者的第二产程时间、产后 2h 出血量。(3)比较两组患者的产后 1d 疼痛(VAS)评分、住院时间。VAS 分值范围 0~10 分,从无疼痛~剧烈疼痛,分数越高,疼痛程度越严重。

1.3 统计学方法

本院通过 SPSS21.0 统计软件包分析研究,计量资料采用($\bar{x} \pm s$)表示,组间比较采用 t 检验,计数资料采用相对数表示,组间比较采用 χ^2 检验,P<0.05 为差异有统计学意义。

2 结果

2.1 两组会阴情况比较

观察组的会阴完整率显著高于对照组,会阴侧切率显著低于对照组(P<0.05),观察组 I 度裂伤、II 度裂伤的发生率与对照组无显著差异(P>0.05);观察组产后 24h 会阴疼痛率显著低于对照组(P<0.05)。见表 1。

2.2 两组第二产程、产后 2h 出血量比较

观察组的第二产程显著短于对照组,产后 2h 出血量显著少于对照组(P<0.05)。见表 2。

2.3 两组产后 1d VAS 评分、住院时间比较

观察组的产后 1d VAS 评分显著低于对照组,住院时间显著短于对照组(P<0.05)。见表 3。

3 讨论

分娩是一种自然生理过程,胎儿经阴道分娩时,皮肤组织、筋膜组织、会阴肌肉、阴道、宫颈等均保持极度扩张的状态,且分娩会引起强烈疼痛,导致产妇紧张,则有较高的风险导致会阴裂伤^[4-5]。尤其是足月儿分娩时,产妇发生会阴撕裂

表 1 两组产妇会阴情况比较 [n(%)]

分组	例数 (n)	会阴完整	会阴侧切	I 度裂伤	II 度裂伤	产后 24h 会阴疼痛情况
观察组	60	7 (11.67)	10 (16.67)	43 (71.66)	0 (0.00)	0 (0.00)
对照组	60	1 (1.67)	24 (40.00)	34 (56.66)	1 (1.67)	5 (8.33)
χ^2		4.821	8.044	2.936	1.008	5.217
P		0.028	0.005	0.087	0.315	0.000

表2 两组产妇第二产程、产后2h出血量比较 ($\bar{x} \pm s$)

分组	例数 (n)	第二产程 (min)	产后2h出血量 (mL)
观察组	60	43.71±6.42	198.46±22.71
对照组	60	58.41±8.14	238.20±24.19
t		10.983	9.277
P		0.001	0.001

表3 两组产妇VAS评分、住院时间比较 ($\bar{x} \pm s$)

分组	例数 (n)	产后1d VAS评分 (分)	住院时间 (d)
观察组	60	6.21±0.64	2.81±0.34
对照组	60	7.35±0.71	4.64±0.52
t		9.238	22.816
P		0.001	0.001

的风险更大。临床通常通过常规会阴保护以控制娩出力,可降低会阴裂伤的风险。但分娩期间,对会阴的长时间压迫,可引发局部组织缺血水肿,引起产妇不适,同时加重疼痛程度,延长住院时间^[6-7]。此外,分娩时通常会选择会阴侧切术预防会阴裂伤,但由于操作者经验不足、熟练度不高,加上产妇不易配合,仍可能引起会阴损伤,发生III度裂伤,其他并发症的发生风险也显著增加。

现阶段,临床提倡自然分娩时不采取医疗干预,以减少会阴侧切,保护会阴完整,故选择科学的自然分娩保护方式尤为重要^[8-9]。产时会阴按摩及热敷是预防阴道分娩产妇产裂伤的推荐方法,其可以减少会阴组织僵硬,使其延展性增加,能够提升产妇的舒适度与安全感,改善产妇的紧张情绪,促进软产道组织放松,起到缩短产程,降低裂伤发生率的作用。通过会阴按摩,可以有效地保护盆底相关肌群功能,减少盆底组织损伤,有助于保持会阴结构的完整,降低因软产道裂伤引起的血肿、产后出血、伤口疼痛的风险,进而保护母婴安全^[10-11]。热敷是指在分娩过程中给予产妇局部的热敷,以促进血液循环和减轻疼痛感。这两种方法可以有效地缓解分娩过程中的疼痛感和减少阴道裂伤的发生。本研究结果显示,观察组的会阴完整率显著高于对照组,会阴侧切率显著低于对照组($P < 0.05$),观察组I度裂伤、II度裂伤的发生率与对照组无显著差异($P > 0.05$);观察组产后24h会阴疼痛率显著低于对照组($P < 0.05$)。提示通过会阴按摩及热敷确实可以减少会阴侧切,保护会阴完整,缓解患者产后24h会阴疼痛程度。对于初产妇而言,其没有分娩经验,通常伴随有紧张、焦虑等不良情绪,导致会阴部肌肉

紧张。通过会阴按摩,可以促进阴道内肌肉紧张程度的缓解,增加阴道组织弹性与柔韧性,保证分娩顺利进行,减少会阴侧切;通过持续、缓慢地按摩,可以促进阴道壁肌肉的扩张,使阴道壁弹性增强,避免阴道内黏膜、肌肉等组织的延伸撕裂,保护会阴完整^[12]。热敷是在分娩过程,对会阴区域进行局部热敷,放松会阴部的肌肉组织,增加软组织延展性,避免会阴裂伤、减轻产后会阴伤口疼痛。本研究结果显示,观察组的第二产程显著短于对照组,产后2h出血量显著少于对照组,产后1d VAS评分显著低于对照组,住院时间显著短于对照组($P < 0.05$)。提示会阴按摩可以缩短第二产程,减少产后出血,减轻产后伤口疼痛,促进产后恢复,缩短住院时间。通过会阴按摩及热敷,可以促进阴道肌肉组织情况的改善,减轻盆底肌肉、产道因扩张而引发的疼痛,使阴唇、阴道、肛门区松弛,减少会阴紧张对胎头娩出带来的阻力,由此缩短第二产程时间^[13-14]。由于会阴按摩及热敷可以促进阴道的充分扩张,对会阴影响较小,可以降低产后出血量。通过会阴按摩及热敷,可以减轻疼痛,改善产妇紧张、焦虑等不良情绪,进而避免因负面情绪、疼痛所致的宫缩乏力,降低产后出血的风险。会阴按摩会使产妇受到的损伤减小,减轻产后疼痛,促进伤口愈合,从而加快产妇产后恢复,可以尽早出院。当然,在对阴道分娩产妇进行会阴按摩时,需要保持轻柔的动作,均匀用力,同时询问产妇的主观感受,尽最大可能提升产妇的舒适度与安全感。还需注意会阴按摩时间应短于30min,避免反复摩擦引发会阴水肿。

综上所述,会阴按摩及热敷可以改善阴道肌肉组织情况,增加阴道壁弹性,提升阴道分娩产妇的舒适度,缩短第二产程,减少会阴侧切,保护会阴完整,降低产后出血量,减轻产后会阴疼痛,缩短住院时间,保证母婴安全,值得临床推广。

参考文献:

- [1] 杨素勉,赵海峰,桑文淑.会阴体按摩联合生物反馈电刺激对产妇盆底功能及性功能的影响[J].实用医学杂志,2022,38(24):3118-3124.
- [2] 李俊利.产时会阴按摩在单胎足月初产妇阴道分娩中的应用效果[J].临床医学,2022,42(7):59-61.
- [3] 郭彩霞,李志红.按摩热敷会阴对减轻产妇产会阴损伤程度的影响[J].中国民间疗法,2021,29(1):61-63.
- [4] 孙幼峰,黄静丽,汪慧媛,等.会阴体按摩联合无保护会阴接生在产妇产分娩中的应用效果[J].大医生,2021,6(12):25-27.