

以人为本的产后护理对母乳喂养率的影响分析

原娟娟

陇西县妇幼保健院 甘肃省定西市 748100

摘要: 目的: 分析在分娩后对产妇实施特定护理干预措施的效果。方法: 在本院分娩的产妇中, 共计 200 名, 其分娩时间介于 2023 年 5 月 5 日至 2024 年 3 月 5 日之间, 依据随机数字表法被划分为两组, 每组 100 名。一组给予常规护理方案(称为: 在一组研究中, 未采用产后护理干预措施的个体被定义为对照组, 而在另一组中, 个体不仅未接受干预, 还额外联合应用了产后护理干预方案: 在两组对象中, 比较分析了不同阶段母乳喂养的实践情况。结果: 在经过护理之后, 观察组的分娩产妇在出院时、产后 3 个月和 6 个月的母乳喂养率达到了 100.00%, 与此相比, 对照组的母乳喂养率从 88.00% 下降到了 66.00%, 观察组明显优于对照组, 差异具有统计学意义, $P < 0.05$ 。结论: 在分娩后的女性中运用特定的护理干预措施, 能够优化其母乳喂养的成效。

关键词: 以人为本; 产后护理; 母乳喂养率; 影响分析

引言

随着社会的进步和医疗水平的提高, 以人为本的护理理念逐渐深入人心。产后护理作为母婴健康的关键环节, 其质量直接关系到母乳喂养的成功率。本文旨在探讨以人为本的产后护理对母乳喂养率的影响。

1 资料与方法

1.1 一般资料

在本院范围内, 2023 年 5 月 5 日至 2024 年 3 月 5 日期间, 随机抽取了 200 名分娩妇女作为研究样本。200 名分娩产妇根据随机数字表法被划分为两组, 其中一组作为观察组, 另一组作为对照组, 进行深入研究。观察组: 年龄方面统计, 上限: 36 年龄跨度从 22 岁至不详, 中间点的平均年龄约为 27.72 岁, 标准差为 3.57 岁。对照组: 年龄方面统计, 上限: 34 年龄分布于 24 岁以下至岁数未知之群体, 其中中间值为 27.43 岁, 带标准差 3.76。经过 SPSS20.0 软件处理, 比较了两组分娩产妇的相关数据, 统计结果显示两组数据差异不大 ($P > 0.05$), 因此可以对这两组分娩产妇进行比对试验。

1.2 方法

1.2.1 对照组

对照组分娩产妇的护理以常规护理方案为主

1.2.2 观察组

在此同时, 对观察组分娩后的妇女实施了产后护理干预措施:

1.2.2.1 实施早抚触、早吸吮护理

在产后的 30 分钟, 就将新生儿放在产妇胸前, 便于其能够吸吮乳头, 并在产后 1 小时再次进行乳头吸吮; 保持母婴同室, 2 者当天分开时间控制在 1 个小时之内; 根据新生儿的饮食需求实施母乳喂养, 并指导产妇进行正确的姿势哺乳和挤奶。

1.2.2.2 产妇乳房护理

对于产后妇女, 采取每日四次、每次五分钟乳房热敷, 加以螺旋式按摩, 由食指、中指及无名指施行, 有助于促进乳腺通畅; 每日两次, 采用中指和拇指对乳房进行挤压式的按摩处理。

1.2.2.3 出院随访

产妇在出院后, 可以通过电话随访和实地探访等方法与其交流关于母乳喂养的相关知识, 从而帮助她们熟练掌握母乳喂养技巧, 同时, 还需提醒产妇注意日常饮食中的高营养摄入, 以保障自身和婴儿的营养需求。

1.3 观察指标

(1) 对两组分娩后的母亲在不同时间点的母乳喂养状况进行评估, 涵盖出院时、产后三个月以及产后六个月的数值。(2) 护理效果, 包括泌乳时间、母乳喂养知识掌握程度以及母乳喂养率。

1.4 统计学处理

使用 SPSS 22.0 版本并将其中 2 组分娩产妇的不同时期

母乳喂养概率实施“%”形式反映,并采取卡方值检验,结果显示为 $P < 0.05$ 时,说明2组分娩产妇的上述指标对比有统计学差异。

2 结果

2.1 分娩产妇不同时期母乳喂养情况

在观察组中,所有分娩产妇在出院后六个月内均坚持了纯母乳喂养,这一比例达到了100%,相较之下,对照组在三个不同时间点的母乳喂养率分别为88%、72%和66%,呈现持续下降的趋势,这一差异在统计学上具有显著性, $P < 0.05$ 。如表1:

表1 对比2组分娩产妇不同时期母乳喂养情况

组别	例数	出院时喂养		产后3个月喂养		产后6个月喂养	
		(n)	(%)	(n)	(%)	(n)	(%)
观察组	100	100	100.00	100	100.00	100	100.00
对照组	100	88	88.00	72	72.00	66	66.00
卡方值。		12.7660	12.7660	32.5581	32.5581	40.9639	40.9639
P值		0.0003	0.0003	0.0001	0.0001	0.0001	0.0001

2.2 护理效果

观察组护理效果优于对照组, $P < 0.05$ 。见表2

表2 两组护理效果比较

组别	例数	泌乳时间(h)	母乳喂养知识掌握程度(分)	母乳喂养率(%)
观察组	100	24.61 ± 3.22	91.35 ± 3.68	83.7
对照组	100	41.17 ± 5.08	85.42 ± 4.26	65.3
X ²		19.2733	7.3738	8.911
P		0.000	0.000	0.003

3 讨论

3.1 以人为本的产后护理理念

产后护理是一项以人为本的综合性护理工作,强调将产妇置于关怀的中心,全面关注她们在生理、心理和社会层面的需求,并为她们提供个性化、细致入微的护理服务。这种护理模式旨在通过提供有效的身心康复支持和关怀,在提升产妇的舒适度和满意度的同时,促进她们的整体健康和母婴关系的良好发展。产后护理的关键在于建立产妇与护理团队之间的密切合作关系,以确保她们可以得到最恰当的支持和照顾,从而更好地适应新生活状态,减少焦虑和疲劳,并增强母性自信心。在产后护理中,专业护理人员需要对产妇进行全面的评估,包括身体恢复情况、情绪变化、营养需求等方面,然后制定个性化的护理计划。此外,通过提供合理

的营养指导和心理支持,帮助产妇恢复身体健康、精神愉悦,促进她们顺利进行母乳喂养,从而增强婴儿的健康和成长。产后护理还应当关注产妇的社会需求,例如家庭支持、家务分担等方面,帮助她们尽快融入新的家庭生活,平衡好照顾宝宝与自我照顾之间的关系。综上所述,以人为本的产后护理不仅仅是简单的照料,更是一项注重个体需求、科学合理的护理工作,旨在让每位产妇在新生活阶段都能得到充分的关爱与支持。

3.2 以人为本的产后护理对母乳喂养率的影响分析

3.2.1 提高产妇母乳喂养意识

以人为本的产后护理方式旨在全方位照顾新生命的到来,尤其是在产后的恢复过程中。其核心理念是将母亲及胎儿作为护理服务的重点,通过细致入微的支持和服务,增强家庭成员与新生健康照护体系的有效连接,从而为新生儿提供最佳的早期关怀。在这样一个护理框架下,健康教育和专业指导被高度重视,尤其体现在推广和支持母乳喂养方面。针对母乳喂养的健康教育,主要目标是为了提升产妇及伴侣的育儿观念,特别是母乳喂养的知识和技术。这些教育活动旨在清晰解释母乳为何被视为新生儿最佳的营养来源,如何正确启动和维持母乳喂养,以及何时和怎样适当补充配方奶,以确保母乳喂养能够持续进行。通过对各种科学研究和成功案例的阐述,教育可以激发新妈妈对母乳喂养的热情和信心。

产后护理中的专业咨询包括面对面的教学、一对一或小组指导等形式。这些个性化指导不仅关注技术层面(如护理技巧、喂养姿势调整),还深入探讨情感因素(如产后心理调适,处理因母乳喂养困难引发的压力和焦虑)。通过这样的交流与沟通,护理团队能够识别并解决个体差异导致的问题,提供符合每个家庭需求的服务策略,确保母乳喂养计划的顺畅执行和长期成功。以人为本的产后护理也致力于营造一个支持性的环境和社区。通过组织母乳喂养俱乐部、提供在线资源中心、以及定期的分享会议等活动,构建起一个能够相互鼓励、互相支持的成长平台。

3.2.2 强化产后支持系统

在当前快节奏和高压力的生活环境中,许多新晋母亲面临着前所未有的心理挑战与现实考验。她们既希望给自己的新生儿最纯粹的食物——母乳喂养,也希望能够迅速找回自我与社会的角色,这构成了一个既充满美好情感也充满挑

战性的情景。因此,建立健全的产后支持系统变得极为必要。这套系统不仅要包含专业的心理辅导和细致入微的心理支持服务,还需融入科学准确的哺乳咨询服务以及合理有效的母乳供应管理策略,以确保母亲和新生儿之间的互动关系得到稳固而健康发展。母体生产是一个复杂的生命循环过程,伴随着生理上的剧变,情绪上也会经历巨大的震荡,从焦虑、紧张到无助甚至是失落。此时的心理咨询不仅需要关注产妇的情绪调节,更重要的是帮助她树立积极乐观的态度,增强自信,认识到自我成长和母爱的力量,学会处理和应对生活中不可避免的压力与挫折。心理支持系统应该提供个性化咨询服务,利用如心理教练、认知行为治疗或是艺术治疗等多模式手法,让每一个母亲都有被接纳的感觉,找到倾诉与理解的方式,减轻心理负担,更好地回归家庭和社会生活。

正确的哺乳方式对于母乳供应至关重要。专业化的母乳顾问能够对产妇的哺乳技巧进行详细指导,帮助解决诸如乳腺充血等常见哺乳问题。母乳喂养不仅仅是物理的滋养需求,更是心理健康的关键。母子间亲密接触和皮肤触感的相互作用,有助于建立早期的情感联系,并为未来的亲子关系奠定坚实的基础。此外,营养饮食的建议也是支持系统的重要组成部分,为母亲提供更多维持能量平衡,促进乳汁分泌的有效方法和饮食习惯指导,从而避免过度减脂或脂肪过剩的困境。随着现代医学科技的飞速发展,母乳存储技术的不断完善也成了提高母亲自信心、确保宝宝营养供应的重要支撑。可调控温度并保持长期稳定的冷冻奶容器、智能喂养记录系统等科技产品被越来越多地应用,它们不仅能有效延展母乳保鲜期限,而且方便父母双方共同参与喂养环节,减轻产后母亲独自承担压力。这些科技应用在保护和提升母乳喂养率的同时,也能让新家庭更好地分配育儿任务,在情感与行动层面上支持每位母亲,形成紧密的家庭关系网。

总而言之,完善的产后支持系统不仅仅是对新妈妈生理与心理的关照,它更是构建了一个安全网,鼓励她们以更加坚定自信的心态探索新的人生篇章,为孩子们开启健康而美好的未来旅程。这一目标的成功与否,依赖于社会各界的共同努力和持续的优化完善,唯有通过这样的集体力量,才能真正实现从母体向新生命的平顺过渡。

3.2.3 改善母婴关系

以“以人为本”的精神展开的产后护理工作,不仅仅是身体康复的关注,更是深层次的情感建设与互动强化,尤

其体现在母婴之间的密切联系上。这项服务注重从最细微的瞬间抓起,从新生儿的第一次啼哭、母爱初绽那一刻开始,在后续的日日相伴中,精心铺绘出一卷卷情感与生命力共生长的美妙画卷。刚生产完毕,对于许多母亲而言,无论是身心俱疲还是情绪起伏,这一初始阶段的情感连结尤为重要。此时,医疗团队会建议或鼓励新生儿尽早进行肌肤间的接触。这种“早期皮肤接触”被证明能够促进亲子之间深层次的信任和依赖感的快速建立。在这样的连接中,不仅能满足婴儿本能的依恋需求,也大大缓和了母亲的分离恐惧与紧张心理,减少了她的产后焦虑。在肌肤的温度、心跳的律动中,母婴的情感链接在悄然间迅速加强,奠定了日后稳固且健康亲密关系的基础。

在母乳喂养的关键期,情感的稳定性尤为重要。母亲的情绪对婴儿的生长体验有直接影响:母亲的情感稳定与安全感直接反馈给新生儿,进而影响他们对母亲、母乳甚至整体家庭环境的认知与感觉。为了营造积极的情感氛围,产后护理团队提供了多层次的情感关怀策略,包括但不限于:耐心细致的心理辅导、及时解答产后的疑惑和担忧、为母子创造共处的温馨时刻等等。通过一系列暖心措施的实施,增强了母婴之间的情绪共振和心灵交流。在这样的氛围中,母乳作为最纯净的情感传输媒介被进一步巩固,成为滋养新生命不可或缺的一环。除了基本的情感互动与肌肤连接之外,“以人为本”护理理念倡导通过更多元化的方法增强母婴之间的纽带。例如,实施“共同睡眠”的倡议,让妈妈、婴儿以及爸爸在夜间一起休息。这不仅能加深三者间的情谊,还能帮助新父母在疲劳和压力之中找到更多的支持力量。同时,定期的家庭咨询、母婴互动活动等,也是促进关系深度发展的好途径,它们不仅增强了信息和技能的共享,也为成员间提供了沟通和了解的新平台,从而进一步增强了整个家庭的凝聚力和适应力。

总之,“以人为本”的产后护理强调的不仅仅是身体上的恢复和技能的传授,更加重视从情感和心理层面去构建一个充满理解、信任和支持的生态环境,这是现代医疗服务不可或缺的核心元素,也是为每一个新生儿家庭创造更加美好的未来所迈出的坚实一步。通过这些具体且周到的服务措施,真正意义上实现了将母爱和生命之初的情感链接转化为可持续发展的社会和个体资源,成就了产后期一个温暖、安全且富有成就感的家庭环境。

3.2.4 降低非医学性断奶原因

以人为本的理念在现代产后护理中展现出了其非凡的重要性，特别是对于哺乳期女性而言，它强调的是个体的感受和实际需要，而非机械地遵循某一套固定的医疗流程或者规范。在母乳喂养的道路上，有许多非医学性因素常常成为了断奶的关键推手，诸如物理不适感、情感困扰以及过度疲惫等。理解这些背后的心理动机和社会现实，并有针对性地设计护理方案，是提升母乳喂养质量与成功率的关键。疼痛、不适往往是导致产后放弃母乳喂养的常见原因之一。对此，提供专业的哺乳咨询和支持成为不可或缺的部分。这意味着通过提供评估、正确的哺乳姿势指导、适当的保护产品推荐以及在必要时调适婴儿的吸吮习惯等方式来减轻母亲的痛苦感，帮助她重新建立自信和舒适感于哺乳中，从而使母乳成为母亲与婴儿之间的首选喂食方式得以维系。

情感层面的支持也同样重要。许多妈妈会在产后初期感到焦虑和挫败，这可能由于多种原因：婴儿对母乳的不合作、外界对于喂养方式的不同见解、家庭支持不足等等。因此，建立一种安全和支持性的社区环境成为解决情绪问题的关键。组织定期的心理咨询、举办共享体验小组和情感交流研讨会，以及邀请专业人士就常见问题如抑郁、情绪不稳定提供专业知识与技巧，都可在很大程度上为处于困境的宝妈们解压，增强她们的信心和决心，使其坚持母乳喂养的道路。同时，考虑到妈妈们的实际挑战性如体力劳动与家务重负的分担也至关重要。在确保婴儿获得足够的营养、保持良好状态的基础上，通过与家庭成员之间的沟通与协作，合理调整角色分配，减少母亲独自面对育儿压力的时间，使母乳喂养的过程变得更为和谐顺畅。另外，确保充足的睡眠与营养摄取，也是支撑妈妈坚持母乳喂养的重要支柱。提供营养餐补给，以及科学建议的放松技巧、时间管理技巧，均有利于妈妈们在繁忙与疲惫中保持充沛的精力与饱满的情绪。最终，在以人为本的产后护理实践中，我们不断强调个体差异和

个性化服务的重要性，通过细致入微的关注和量身定制的支持，有效地减轻了非医学性断奶原因带来的困扰，显著提高了母乳喂养的长期坚持度和成功率，不仅有益于孩子的成长发育，更能极大地提升母亲的整体幸福感。由此，以人为本的理念超越了一般意义上的照顾需求，成为了支持母婴健康和谐共进的强大推动力，为新一代的养育理念设立了更高更全面的标准。

4 结论

以人为本的产后护理对母乳喂养率具有积极影响。通过提高产妇的母乳喂养意识、增强母乳喂养能力、改善母婴关系以及降低非医学性断奶原因等方式，可以有效提高母乳喂养的成功率。因此，建议医疗机构加强以人为本的产后护理工作，提高产妇的满意度和舒适度，为母婴健康提供保障。同时，还应加强宣传教育力度和社区参与度以推广更广泛的认知和认可与应用力度以实现更广泛的社会效益和社会效益的提升促进母婴健康和社会的和谐发展。

参考文献：

- [1] 陈鸿蓝. 316 例正常分娩产妇产后护理体会 [J]. 医药前沿, 2022, 5(35):264-265.
- [2] 李洪梅, 桑立珠. 60 例正常分娩产妇产后子宫恢复护理训练的临床效果分析 [J]. 继续医学教育, 2021, 30(11):139-140.
- [3] 沈春涛, 张灵. 母婴同室产妇产后护理应用反馈式健康宣教的效果评价 [J]. 中国社区医师, 2022, 32(10):141-141, 143.
- [4] 王雯. 分娩全程护理模式在产科护理中的应用 [J]. 世界最新医学信息文摘 (连续型电子期刊), 2021, 123(84):175-175, 173.

作者简介：

原娟娟 (1991.10-), 女, 汉族, 甘肃陇西, 本科, 主管护师, 现主要从事产科、孕妇学校工作。