

心理护理干预对孕产妇的妊娠结局及产后抑郁状况的作用分析

周佳敏

贵阳市第一人民医院产科 贵州贵阳 550001

摘要:目的:本文主要分析和研究了在孕产妇的妊娠结局及产后抑郁状况中,心理护理干预产生的作用。方法:我院选择在2020年3月-2021年1月收治的100例孕产妇作为研究对象,采用随机抽取方式,平均分为对照组和观察组,每组各50例孕产妇。研究对照组和观察组孕产妇的妊娠结局以及产后抑郁情况。结果:无论是在妊娠结局中,包括:产褥抑郁、剖宫产、产后出血,亦或者是在产后抑郁状况中,观察组均低于对照组,数据差异显著,具有统计学意义($P < 0.05$)。结论:通过心理护理干预方法的使用,能够对孕妇的不良情绪进行有效改善,有效控制孕妇的个人心理情绪,从而使得孕妇在面临生产时,能够树立正确、乐观的心态,提升孕妇阴道分娩几率,进而确保孕妇以及新生儿的身体健康。

关键词:心理护理;孕产妇;妊娠结局;产后抑郁

孕产妇分娩属于一种正常生理情况,但是由于各种因素的影响,会让产妇产生一系列的心理障碍,引发各种不良情绪,尤其是初产妇,有较大的心理压力,分娩经验不足^[1],容易引发各种负面心理情绪,这会严重危害母婴健康,怎样对孕妇心理状态进行有效改善,提升分娩率,十分关键。为此,本次实验内容即研究心理护理干预对孕产妇的妊娠结局及产后抑郁状况的作用,具体总结如下:

1 资料与方法

1.1 一般资料

在2020年3月-2021年1月我院收治了100例孕产妇,并将其作为研究对象。按照随机抽取方式,分为了对照组和观察组,每组各50例。24~40为对照组年龄区间,平均(29.31±1.2)岁,其中32例为初产妇人数,18为经产妇人数。25~42为对照组年龄区间,平均(28.18±1.5)岁,其中34例为初产妇人数,16为经产妇人数。从年龄数据、初产妇人数、经产妇人数方面,对照组和观察组不存在明显的差异性,均通过统计学,研究整理组间基本资料,即P值>0.05,具备比较研究意义。

1.2 护理方法

对照组和观察组治疗方式均为护理,常规护理模式用于对照组,心理护理干预模式用于观察组,以下为心理护理干预具体方法:

1.2.1 健康教育

护理人员要全面掌握入院产妇的个人信息资料,例如:受教育程度等。知识水平高的孕妇,有较高的领悟理解力,护理人员在讲解相关内容时,可以采用深入浅出方式。知识水平较低的孕妇,护理人员可以采用由浅入深的方法,也可以通过图片或者视频,加深产妇印象。讲解内容要涉及到分娩基本内容、阴道分娩和剖腹产各自的优缺点、注意事项,使产妇基本了解分娩。护理人员要着重为初产妇讲解分娩理论知识内容,使初产妇能够基本了解分娩内容,提高产妇配合分娩工作的积极性。

1.2.2 有效沟通

护理人员要获取产妇的信任和依赖,积极主动沟通和交流于产妇,在沟通交流期间,展开护理工作,通过诱导式方法,积极提问产妇的心理情况,第一时间熟悉产妇状况,使产妇树立乐观心态,鼓舞产妇做好充足的准备工作,善于聆听产妇的内心苦楚,帮助其解决和处理心理问题,缓解恐惧、紧张等不良心理情绪。

1.2.3 心理训练

针对于产妇,护理人员要积极指导展开冥想活动,以此放松产妇的生理和心理,使产妇学会自我调节和疏通,接受和接纳自我心理情绪,产妇在冥想期间,能够集中注意力,伴随着自我呼吸的速度,能够在自我脑海中沉浸,消除负面情绪,加强治疗效果。不仅如此,护理人员还要正确引导产妇闭目养神,平卧,通过轻松的音乐,引导产妇展开想象和调整呼吸,与此同时,防止外界因素的侵扰。心理训练把控在二十分钟左右,从而能够对产妇的不良情绪进行有效改善。

1.3 观察指标

分别观察对照组和观察组孕产妇妊娠结局,统计发生产褥抑郁、剖宫产、产后出血的具体状况。不仅如此,还要对两组产妇产后发生抑郁率进行统计,采用爱丁堡产后抑郁量表评分产后抑郁情况,满分为三十分,大于等于十三分说明存在产后抑郁。

1.4 统计学分析

通过SPSS21.0统计学软件工具的使用,做好本次研究的统计工作,检验数据时选择卡方,在对比观察组和对照组相关数据后,比如 $P < 0.05$ 证明具有统计学意义。

2 结果

无论是在各妊娠结局(产褥抑郁、剖宫产、产后出血)方面,亦或者是在产后抑郁方面,对照组都高于观察组($P < 0.05$),具体见表1。

表1 对比观察组和对照组妊娠结果以及产后抑郁 [n (%)]

分组	例数	剖宫产	产后出血	产褥感染	产后抑郁
观察组	50	5 (10.00)	2 (4.00)	1 (2.00)	0 (0.00)
对照组	50	13 (26.00)	9 (18.00)	7 (14.00)	6 (12.00)
χ^2		4.3360	5.0051	4.8913	6.3830
P		0.0373	0.0252	0.0269	0.0115

3 讨论

对于女性来说,妊娠是十分关键的生理阶段,在此阶段中,产妇生命会存在十分显著的变化,不仅如此,产妇还要经历分娩过程中的痛苦、产后恢复,为此,产妇往往会存在各种负面情绪,这会对产妇的正常分娩产生严重影响,不仅如此,还会发生产后抑郁不良情况^[2]。而随着人们越来越重视产妇的健康,在产妇妊娠期间,开始采用心理干预方式,从而有效缓解产妇负面情绪,保障母婴身心健康。

心理干预高度重视产妇的内心想法和情绪,采用多样化的方式掌握产妇负面情绪的缘由,在入院后和分娩前,产妇会存在较大的情绪波动,为此,护理人员要高度关注产妇真实的情绪情况,与产妇展开及时交流和沟通,并积极展开健康教育和心理训练^[3],使产妇能够配合相关工作,正确进行分娩,维护产妇和胎儿的健康。在妊娠结局中,包括:产褥抑郁、剖宫产、产后出血等,对照组均高于观察组;在产后抑郁方面,对照组同样高于观察组,存在较为明显的数据差异性,具有统计学意义($P < 0.05$)。

总而言之,在临床妊娠护理中,使用心理护理干预模式,具有积极意义,应当对此给予高度重视,展开高效积极的心理护理,从而对产妇的产后抑郁情况和妊娠结局进行有效改善。

参考文献

- [1]何凤仙,阎悦.心理护理对住院孕产妇妊娠结局的应用效果评价[J].实用临床护理学电子杂志,2020,5(2):81.
- [2]王珊.心理护理干预对孕产妇产后抑郁情况、妊娠结局及生活质量的影响[J].医学食疗与健康,2020,18(1):120-121.
- [3]张莉.产科心理护理对孕产妇妊娠结局及产后抑郁情况的影响[J].中国保健营养,2020,30(4):199.