

临产妇的心理状态分析与护理干预

蔡艳

荆州市妇幼保健院 湖北 荆州 434100

【摘要】 产妇在分娩期间是否顺利，直接关系到母婴的健康和安全。在当前医学模式转变下，临产妇的心理健康状态以及护理的直接干预，能够在一定程度上保障产妇顺利的分娩。产妇的分娩影响包含了产力、产道以及胎儿之外，还和产妇自身的心理情况有着极为密切的联系。若是临产妇出现了恐惧或者是紧张的情绪，会导致子宫收缩力降低，从而引发出难产的问题，严重时有可能还会危及到母婴的生命安全，所以强化对临产妇的心理状态研究显得尤为重要，在此过程中加入相应的护理干预，对于临产妇顺利分娩起到了相应的效用。基于此，本文主要针对临产妇的心理状态和护理干预进行分析，予以参考。

【关键词】 产妇；心理状态；护理干预

前言：

分娩虽然都是女性的正常生理现象的，但是对于临产妇而言是一种强烈的应激源，尤其是对于临产妇来说，自身的精神负担是相对较重的，在此期间容易出现一些心理层面的问题，这些问题对于产妇的分娩而言，都会有着不同程度的影响。因此强化对临产妇的心理状态干预和护理干预，是保障产妇能够顺利分娩的关键所在。

1 临产妇的心理状态分析

1.1 外感心理

在一定程度上个产妇对于周围环境的感受等都会直接影响到临产妇是否能够顺利分娩。环境的整洁优雅，能够让临产妇的心情变得更为舒畅，在临产时也能够为顺利分娩打下坚实的基础。

1.2 恐惧心理

临产妇在临产之前的思想是多变的，会出现很多自己担心的事情，思想会比较混乱。有些产妇会担心遇上责任心不好的护理人员或者是医生，又或者是遇到哪些态度不够好的医护人员，这些思想都会在临产妇的大脑中出现。还有些临产妇怕难产或者是疼痛等问题，从而直接导致了产妇精神十分紧绷，情绪紧张，希望得到护理人员和医务人员的关心，盼望能够尽快的顺利结束分娩^[1]。还有些临产妇自身对于分娩知识的不了解，对于分娩出现不同的恐惧心理，从而会影响到自身的身体状态，导致失眠的情况出现，从而影响到后续的分娩和母婴的安全问题。

1.3 忧愁心理

在临产妇的生活与工作中若是产妇遇上了不好的事情，或者是影响自己心情和情绪的事情，会直接导致临产妇的情绪低迷，苦闷，这些消极情绪的出现，从而影响到分娩。

1.4 紧张心理

临产妇分娩期间所出现的心理状态是非常多的，有些是在临产妇马上就要进入到待产室时，其对于相对陌生的环境而出现的忧虑情绪，对于分娩室当中的设备仪器以及医生和护士相对严肃的表情和氛围，又或是其他分娩室所传出来的叫喊声等等，这些问题的出现都会直接影响到临产妇的心理状态。在通常情况下，临产妇都会出现比较紧张的情绪，尤其是他们希望此时能够有自己的亲人在身旁鼓励她和支持她。因此，最为产妇的亲人需要在临产妇临产是拿出更多的时间来陪伴，并亲自照顾产妇，这样能够让产妇的心情有所缓解，并且这对于产妇的分娩来说，能够起到极为重要的作用^[2]。

2 给予临产妇的心理护理干预

2.1 主动与临产妇进行沟通和交流

产科中的临产妇，其自身在得知要临近分娩时，正常人都会出现心绪不安的现象，因为这是关系到自身和宝宝的健康。因此，在临产妇临产时需要专业的护理人员给予临产妇相应的心理护理干预。其中在临产妇的心理护理干预中，人性化的护理服务能够起到极为重要的作用。首先，护理人员可以主动的和临产妇进行相应的沟通以及交流，这样能够缓解临产妇的紧张情绪，让临产妇放心，并且护理人员还需要去了解产科的相关心理，并给于理解。语言是在人际交往过程中有着极为重要的作用和意想不到的效果，好的语言沟通能够拉近产妇和护理人员之间的关系，并且可以建立良好的医患欢喜。护理人员需要及时的和临产妇沟通，要通过语言的力量来让临产妇感受到温暖，该环节也是人性化服务当中比较重要的环节。在一定程度上，护理人员和临产妇的有效沟通交流，能够让产妇的心理放松，并给产妇科普一些相关知识，比如分娩时女性人生阶段中必不可缺的经历，要

让产妇放心，并且在分娩后能有一个健康可爱的宝宝是一件十分幸福的事，这样潜移默化的给临产妇灌输思想，方便后续的顺利分娩。在人性化的心理干预护理中，护理人员还需要秉承以人文本的思想，要以临产妇作为护理中心，帮助她度过分娩难关，顺利诞下健康的宝宝。

2.2 营造良好的护理环境

临产妇所居住的环境，能够让其身心放松，对于后续分娩给予极大的帮助。尤其是对于临产妇来说，其自身情绪或者对外界的感知都是比较细致的，需要护理人员以护理环境作为基础。临产妇是属于特殊的人群，其在临产之前是需要关爱的，需要护理人员的关心和产科亲人的关系，这样能够让放松心情。在营造一个良好的护理环境过程中，护理人员需要把房间打造干净，整洁，并给于温馨的氛围烘托，这样能够让临产妇放松紧张的情绪。同时，负责临产妇的护理人员还需要去建立一个良好的关系，要和临产妇有一个好的护患关系，并让临产妇了解通过人性化护理，是能够让很多产科的临产妇顺利完成分娩的。在临产妇住院期间，护理人员需要随时及时的关注产妇的情况和心情，并给予相应的健康教育，这样能够让临产妇自身的紧张情绪逐渐得到缓解，并帮助后续分娩。

2.3 心理健康教育

对于临产妇要分娩之前，护理人员需要给产妇讲解相应的分娩知识，并且对于产后的相关情况给予一个大致的讲解，这样能够让产妇能够提前的做好心理准备，并慢慢的接受产前和产后的相关知识。护理人员可以通过图片或者是小视频的方式，来给临产妇灌输一些分娩前，分娩时和分娩后的相关健康知识，并让产妇能够对此有一个相应的思想准备。据相关数据显示，临产妇在面临产前是偶出现的情绪都是属于正常的，并且会伴随着呼吸急促和心率加快的情况让其产生紧张情绪和心理，导致在临产时分娩很难顺利的完成。此时

参考文献:

- [1] 王雅丽. 心理护理在妊高征产妇产后出血 80 例临床护理体会[J]. 中国医药指南, 2020, 018(012):279-280.
- [2] 刘亚彬. 对分娩期孕产妇进行心理护理干预的临床效果观察[J]. 航空航天医学杂志, 2019, v.30;No.193(02):113-114.
- [3] 张晓艳. 心理护理干预对初产妇分娩的临床护理效果观察[J]. 中外女性健康研究, 2018, 000(011):24-25.

需要护理人员及时进行相应的干预，并给于心理健康教育，要给临产妇灌输好的分娩案例和的相关知识，这样能够让临产妇放松，在分娩时能够顺利^[3]。通过心理健康教育，能够在一定程度上去保障临产妇的分娩顺利，并且对于护理人员的护理干预也是有着极为重要的现实意义。

2.4 第一到第三产程的护理干预

第一产程心理护理：在第一产程的心理护理中，助产人员和产妇的接触时极为密切的，在护理期间，可以和产妇进行沟通交流，并了解产妇的思想，以及相应的实际情况，这样做有利于临产妇的顺利分娩。在护理干预时，护理人员可以给产妇讲述分娩和育儿的经验以及知识，逐渐的稳定自身情绪，对于后续分娩带来裨益。还有在第一产程时，护理人员对于那些情绪难以安定下来的患者，需要耐心、细心的进行安慰，并让其思想中出现对未来的憧憬和追求，这样有助于产妇的顺利分娩。

第二产程心理护理：在第二产程中，护理助产人员需要具有专业的素养和专业技能，对于产妇的心理安慰和给予产妇心理上的精神安慰，都需要以亲和的语言来和产妇沟通，这样能够在一定程度上给予产妇一定的安全感，让胎儿更好的娩出。

第三产程心理护理：胎儿娩出后，当产妇知道自己所生孩子无论理想与否，都会引起其情绪上的波动。比如产妇表现兴奋或者是痛苦时；需要相关人员给予产妇鼓励，慢慢的引导产妇做出相应的动作，并嘱咐产妇不能过于激动，避免产妇再次情绪波动过大而引发的产后出血情况出现。

结语

总而言之，在临产妇分娩前和分娩时，需要相关专业的护理人员给予护理干预，并提高产妇对于护理的信心，让其从心理能够放轻松，对于分娩有着极为重要的现实意义。