

# 探析产后出血的预防控制与护理研究进展

张媛

(原平市第一人民医院妇产科 山西忻州 034100)

**【摘要】**产后出血是临床妇科中常见的一种产后并发症,主要临床症状表现为阴道流血、休克、继发性贫血等,产后出血发病率较高,且发病迅猛,短时间内病情会发生多种变化,还会出现继发性出血,出血量大可能会危及产妇的生命,失血性休克就是产后出血常见的并发症之一,若是不能及时唤醒产妇,有可能导致产妇成为植物人。据临床研究显示,及时有效对产后出血产妇实施预防及护理干预措施,有助于降低产妇因产后出血导致出现不良事件的概率,有效提升产妇出血防治工作效率,对产妇身体恢复建立良好基础,促进产妇预后。基于此,本文针对产后出血的预防控制与护理研究进展进行综述。

**【关键词】**产后出血;预防控制;护理

## Research progress on the prevention and nursing of postpartum hemorrhage

Zhang Yuan

(Department of Obstetrics and Gynecology of Yuanping First People's Hospital, Shanxi Xinzhou 034100)

[Abstract] postpartum hemorrhage is a common postpartum complications of clinical department of gynaecology, the main clinical symptoms of vaginal bleeding, shock, secondary anemia, etc, high postpartum hemorrhage incidence, and rapid, a short period of time will change, there will be secondary bleeding, blood loss may endanger the maternal life, hemorrhagic shock is one of the common complications of postpartum hemorrhage, if not timely awaken maternal, may lead to maternal become vegetative state. According to clinical studies, the timely and effective implementation of preventive and nursing intervention measures for postpartum hemorrhage can help reduce the probability of adverse events caused by postpartum hemorrhage, effectively improve the efficiency of maternal hemorrhage prevention and treatment, establish a good foundation for maternal physical recovery, and promote the prognosis of puerpera. Based on this, this paper reviews the progress of prevention and control and nursing of postpartum hemorrhage.

[Key words] Postpartum hemorrhage; prevention and control; nursing

产后出血是临床中妇科常见的产后分娩并发症,最主要临床症状表现为产妇分娩过后出血量达到500ml以上,且该病发展迅猛,近年来发病率呈逐年上升趋势,严重威胁着产妇的生命安全。因此,及时采取预防措施,能够有效提升产妇生产安全,同时,采取护理干预措施,有效提高产妇护理依从性,提升产妇治疗配合度,进而实现护理预期目标,促进产妇更快更好地恢复健康,做到让更多产妇及家属满意。对此,本次主要综述产后出血的预防控制与护理研究进展。

## 1. 预防控制措施

### 1.1 产前预防措施

从产妇的妊娠期开始,就是产后出血预防的第一步。为了降低产妇在分娩时出现宫缩乏力的现象,护理人员要嘱咐患者陪同产妇进行全方位的产前检查,在网络发达的今天,产妇可以通过电视、互联网平台去了解妊娠及分娩的相关知识,也可以到门诊向医生进行咨询了解,使产妇对分娩过程

中可能发生的意外因素、产后出血治疗方法以及产后出现的不良反应有着正确的认识,并且做好相应的预防和处理措施,有助于提升产妇及家属孕期保健防范意识<sup>[1]</sup>。同时护理人员要为产妇制定科学营养的饮食结构,制定符合产妇自身的饮食规划,均衡营养膳食比例,告知产妇多食新鲜的水果蔬菜,注重维生素的适量补充,确保产妇不挑食,避免造成产妇营养不良及贫血<sup>[2]</sup>。产妇在生产过程中要耗费大量的体力,所以在孕期,产妇要养成良好的作息习惯及饮食规律,孕期体重的增加也要尽可能地控制在12.5kg以内,不能一味地进行饮食活动,以免因新生儿体重过重而导致产妇在分娩过程中出现无力的情况,如果产妇患有贫血及高血压等病症,妊娠期也要加强对合并妊高症的治疗<sup>[3]</sup>。

### 1.2 分娩过程中防治措施

在产妇分娩前要密切关注产妇生命体征的具体变化及胎儿情况,记录产妇的血氧饱和度、血压、体温、心率等情况并进行对比,一旦出现异常情况要立即上报主治医师。为了减少产妇疲劳,护理人员可以通过为产妇输液来补充充足

的营养及水分,同时也可以为产妇实施宫颈软化,促进宫口扩张<sup>[4]</sup>。安排专人对产妇产程时间以及产妇宫缩状况进行观察,并对产妇的腹压方式进行正确的指导。医生应提前对产妇分娩过程作出状况评估,做好应急预案,对可能出现产后出血的产妇可实施会阴侧切。如果产妇在宫缩过程中出现乏力现象,护理人员可以为产妇静脉注射缩宫素,促进产妇进行宫缩,减少产妇在分娩时的出血量<sup>[5]</sup>。在产妇分娩即将结束时,要对产妇阴道出血量进行密切观察,可使用容积法估测产妇阴道出血状况,在胎盘自然剥离后,护理人员要将胎儿脐带快速完整地牵引出母体,而后护理人员要对产妇产下段进行轻轻按压,确保胎盘、胎膜等都已完整排出产妇体内<sup>[6]</sup>。

## 2. 护理措施

### 2.1 环境护理

护理人员对产妇病房给予更多的关注,勤换病房床单被褥,控制好病房的干湿平衡,维持室温在 25 度左右,保持地面整洁并定期进行消毒;为产妇打造一个全方位适合疗养的舒适病房。

### 2.2 饮食护理

产妇在产后提倡科学营养的饮食结构,护理人员要根据产妇身体恢复的情况,制定符合个性化的饮食规划,均衡营养膳食比例。护理人员要严格控制产妇每日摄入的糖类、脂肪及蛋白质,按照多种类、高纤维、维生素丰富、高蛋白的标准进行搭配,同时加强产妇营养摄入,适量食用肉鱼蛋奶,提升产妇免疫力。护理人员要督促产妇养成良好的饮食习惯,定时进食,依据产妇恢复情况对摄入食物及时进行调整,在此期间要嘱咐产妇禁止食用辛辣刺激性食物,以保证产妇消化系统的正常代谢<sup>[7]</sup>。

### 2.3 健康宣传教育

在产妇分娩以前,护理人员要加强与产妇及家属的沟通,积极开展讲座,组织产妇观看科普节目,向产妇分发手册,讲解关于分娩过程、术后用药、术后锻炼方法、饮食及作息计划的相关知识,使产妇对分娩时间线及流程有着正确的认识,并且做好相应的预防和处理措施。有助于提升产妇及家属分娩安全防范意识,缓解产妇及家属焦虑的心情,促使产妇及家属树立正确的病情认知,增强产妇生产信心,有助于提高护理干预工作的开展,提升患者及家属护理配合度。

### 2.4 心理护理

在产妇分娩过程中,因为分娩时间长、分娩时产生的痛感强烈以及分娩后的出血症状,导致产妇心理、生理压力过大,易出现焦虑、恐惧、不安、沮丧、抑郁等消极情绪,进而影响到产妇产后健康的恢复。心理护理在此时有着重要的作用,在护理的过程中,护理人员要尊重并理解每一个产妇,

每天给予产妇温柔的问候和鼓励,使产妇能够感受到医院的温暖,并根据不同的产妇制定心理疏导方案,对产妇进行心理咨询,减轻产妇的不良情绪,提升产妇的信任感和护理依从性,从而促进产妇产后身体的康复<sup>[8]</sup>。

### 2.5 用药指导

在产妇分娩过后,仍需服药治疗恢复,产妇可能会出现药物漏服或者忘记服用的情况,作为护理人员,应当向产妇详细讲述用药的重要性,用药过程中可能出现的并发症和中断药物的不良反应,嘱咐产妇不可私自更改药物的用法用量、中断药物的服用。护理人员可以根据产妇的恢复情况变化制定具体的治疗方案,并设立定时提醒及核对机制,督促产妇有规律性地进行服药,保证产妇服药治疗符合规范性要求,防止出现错服、漏服、多服等现象的发生,观察并详细记录产妇的服药过程,一旦服药后出现不良反应要及时上报主治医师。

### 2.6 运动指导

护理人员可以根据产妇的恢复状况,制定详细的运动方案,指导产妇在产后适当地进行简单地行走,适当的锻炼不仅能促进气血畅通,更有利于促进产妇早日康复。

### 2.7 并发症预防

由于产妇在医院需要长时间卧床,易产生血栓,护理人员要加强对产妇的监测,观察产妇阴道出血量、颜色和心电图的变化,对产妇的生命体征状态进行评估,预防产妇出现产后感染,如若产妇阴道出血过多,要立刻实施止血措施。

## 3. 产后出血的预防控制与护理的研究意义

由于分娩过程漫长,且在分娩过程中易出现产后出血的高危事件,造成产妇对未知的潜在性危险因素有着怀疑态度,导致产妇心理、生理压力过大,易出现多种消极情绪,进而影响到产妇分娩,护理人员要注重与产妇交流的方式与技巧,给予产妇鼓励,并为产妇讲解产后的各项护理措施,在产前、产中、产后分别对产妇实施心理咨询,倾听产妇诉求,对产妇身体状况有基本的了解,研究显示,产妇出现消极情绪后,情绪波动会对宫缩状况产生影响,增加产后出血风险<sup>[9]</sup>。而接受预防控制与护理措施的观察组产妇,焦虑及抑郁自评表评分均显著低于常规护理的对照组产妇,说明有利的预防控制与护理措施在缓解产妇出现的不良情绪方面有着积极的作用,可明显改善产妇的心理状况,提升了产妇的护理依从性及配合度,对于产妇的康复有着积极的意义,促进产妇预后。

## 4. 小结

产后出血属于临床中常见的产后并发症,主要是因阴道出血量过多所造成的,临床中常见的是因产妇宫缩乏力而诱

发的产后出血,产后出血发病率较高,还易产生继发性贫血、休克等并发症,严重时甚至会造成产妇死亡。若是产妇未及时进行控制和急救治疗,可能会对产妇的生命健康产生了极大的威胁。由于产妇产后出血量大,护理复杂,还易发生其他并发症感染,不仅令产妇产生焦虑不安、恐惧、抑郁等消极心理,也给患者和家庭带来了沉重的心理负担。因此,及时对产妇采取防治措施,能够提高产妇安全防范意识,降低产妇产后出血几率。由于产后出血发病凶猛,病情发展较快,而且发生不良反应情况的几率大,从而导致后续治疗效果并不理想<sup>[10]</sup>。因此,在产妇生产前就应进行预防措施的实施,并提前建立产妇产后出血应急预案,为产妇的生产安全提供基础保障,进而保障产妇的生命健康。经临床实践研究显示,实施科学有效的预防与护理措施,可以减少产妇产后出血现象的发生,降低产妇出现产后感染及并发症,减少产妇因产后出血过多而死亡的案例,进一步提升产妇及家属的护理满意度。

护理的水平直接反映着医院的实力,是医院工作的重要程序。产后护理工作程序复杂,工作量大、操作要求高,而且随着城市迅速发展的速度,人们的生活水平和生活质量也在不断提高,法制意识和维权观念也逐渐加强,对于护理的要求也愈发严格。而近年来医院医患矛盾、暴力事件和医疗纠纷事故高发,导致护理工作的进行也越来越复杂<sup>[11]</sup>。

做好产后护理工作,需要对护理人员进行严格培训,采取定期培训、分期培训、扩展培训等方式,增强专业护理技能及专业的医学知识,提高护理人员的责任意识和服务意识,培养高要求、高标准、高水平的产后护理人员,并在实际操作中不断提高产后护理人员的实践能力;要着重培养产后护理人员的团队意识,需要每一个护理人员的通力合作,任何一个细节出现瑕疵,都会影响到整体的护理效率;产后护理流程是根据不断地实践探索出的完整护理方案,关系到产妇产后每一个护理的小细节,需要有效联通每一个护理环节,助力产妇的每一刻产后恢复状况;提升临床患者治疗效

果是护理人员最重要的目标,每个环节的医护人员都应具有责任意识和时间观念,同时护理人员要注意调节负面情绪,避免因紧张、恐惧,而阻碍护理工作的顺利进行。产后护理采取的是现代的护理辅助方式,以科学护理的环节为基础,提升整个护理的科学化、程序化和规范化,促使护理工作顺利进行。对分娩过后的产妇实施产后护理,能够增强产后工作的条理性和科学性,为产妇预后打造良好的基础。产后护理应具备科学合理的工作程序,并且护理人员需要严格按照制定好的步骤一步步推动护理工作的有序展开,不仅使护理工作有序规范地进行,更达到了产后护理工作的质量和效率要求。

产后出血预防控制与护理能够根据产妇身体变化状况采取针对性防治护理措施,不仅提高了医院工作效率,还促进了护理工作的顺利开展。产后出血是导致产妇出现生命危险的高发因素,因此,临床上要采取科学有效地预防和护理措施,全方位保证产妇安全生产。产后出血的预防控制与护理是一种全面性、专业性、科学性的预防及护理措施,具备规范化、高效化、科学化的特点,可以明显增加产妇及家属对于产后出血病症的清晰认知,提升产妇及家属对护理工作的整体满意度。在产妇处于妊娠期时,要提醒产妇定期进行孕检,对产妇进行孕期安全宣传教育,组织讲座,指导产妇及家属做好相应的预防和处置措施,督促产妇建立科学健康的饮食方案,增强产妇对于分娩流程的认知度,提高对孕期注意事项的重视。在妊娠期,产妇心理、生理压力过大,易出现焦虑、恐惧、不安、沮丧、抑郁等消极情绪,进而影响到产妇分娩中的宫缩状况,因此,护理人员要给予产妇科学有效的预防控制与护理干预措施,为产妇后续生产奠定良好基础。产后出血预防控制与护理工作还需进一步优化,逐渐探索出更专业规范的护理模式,推动护患联合,提高产妇的护理依从性,为产妇提供更加专业性的指导保障,促进预防控制与护理工作的顺利开展。如何提升预防控制与护理措施的实施效率,是今后预防控制与护理工作的研究重点。

#### 参考文献:

- [1]王洋.产后出血的预防控制与护理研究进展[J].中国城乡企业卫生,2022,37(09):47-49.
- [2]王秀灵.探析产后出血的预防控制与护理研究进展[J].世界最新医学信息文摘,2017,17(90):196.
- [3]李秀良.探析产后出血的预防控制与护理研究进展[J].大家健康(学术版),2015,9(12):208.
- [4]冯强,张月香.产后出血的治疗[J].国际妇产科学杂志,2022,49(05):574-579.
- [5]牛欣荣,郭咏琪,杨丽.产后出血的病因、诊断及治疗研究进展[J].医学信息,2022,35(20):161-165.
- [6]何华平,陈敬鹰,苏爱婵,钟雨燕,方敏.产后出血预警评估体系联合预处理的临床研究[J].中外医学研究,2022,20(17):173-176.
- [7]田敏.自然分娩产后出血的护理研究进展[J].生命科学仪器,2022,20(S1):224.
- [8]负淑草,张利荣.阴道分娩产后出血影响因素分析及护理对策[J].血栓与止血学,2022,28(03):878-879+881.
- [9]聂亚玲.优质护理在妊娠高血压综合征产妇产后出血护理中的应用效果观察[J].中国社区医师,2022,38(21):126-128.
- [10]蒋爱武.优质护理干预在产妇产后出血中的应用效果[J].现代养生,2022,22(13):1111-1112.
- [11]屈英.探讨优质护理服务在妊娠高血压综合征产妇产后出血护理中的应用效果[J].中国医药指南,2022,20(16):165-167.