

产前心理护理对缩短阴道分娩产程及减少产后并发症的效果分析

陈大萍 严菊

(重庆市江津区中心医院 重庆江津 402260)

【摘要】目的:本研究旨在探讨产前心理护理对缩短阴道分娩产程及减少产后并发症的效果。方法:研究选取我院2022年1月-2023年1月收治的96例产妇,采用随机对照试验的研究设计,分为观察组和对照组(各48例),观察组接受产前心理护理干预,对照组接受常规护理。比较两组在产程时间、产后并发症发生率、心理状态等方面的差异。结果:观察组产程时间显著短于对照组($P<0.05$),产后并发症发生率显著低于对照组($P<0.05$),HAMD评分和HAMA评分均低于对照组($P<0.05$)。结论:产前心理护理能够有效地缩短阴道分娩产程,并减少产后并发症的发生。这表明产前心理护理对于促进产妇身心健康具有积极的影响,可以提高产妇的心理状态,减轻焦虑和抑郁情绪,从而促进分娩的顺利进行。因此,在临床实践中,应重视产前心理护理的应用,为产妇提供全面的护理和支持,以达到缩短分娩产程、减少并发症的目的。

【关键词】产前心理护理;阴道分娩;产程时间;产后并发症

Analysis of the effect of prenatal psychological care on shortening the vaginal delivery process and reducing the postpartum complications

Chen Daping Yan Ju

(Chongqing Jiangjin District Central Hospital, Chongqing Jiangjin 402260)

[Abstract]Objective: This study aims to investigate the effect of prenatal psychological care on shortening the vaginal delivery process and reducing postpartum complications. Methods: The study selected 96 pregnant women admitted to our hospital from January 2022 to January 2023, using the study design of randomized controlled trial, divided into observation group and control group (48 cases each). The observation group received prenatal psychological care intervention, and the control group received routine care. To compare the two groups in the duration of labor, incidence of postpartum complications, and psychological status. Results: The labor time was significantly shorter in the observation group than the control group ($P<0.05$), the incidence of postpartum complications was significantly lower than the control group ($P<0.05$), and the HAMD score and HAMA score were lower than the control group ($P<0.05$). Conclusion: Prenatal psychological care can effectively shorten the vaginal delivery process, and reduce the occurrence of postpartum complications. This indicates that prenatal psychological care has a positive impact on promoting maternal physical and mental health, and can improve the maternal psychological state, reduce anxiety and depression, thus promoting the smooth progress of childbirth. Therefore, in clinical practice, attention should be paid to the application of prenatal psychological care, to provide comprehensive care and support for the puerpera, so as to achieve the purpose of shortening the labor process and reducing complications.

[Key words] Prenatal psychological care; vaginal delivery; duration of labor; postpartum complications

阴道分娩是一种常见的分娩方式,对于产妇和新生儿的健康非常重要。然而,长时间的产程和产后并发症的发生可能会给产妇带来不良影响^[1]。产前心理护理作为一种综合性的护理干预手段,已被广泛应用于临床实践中^[2]。它主要通过心理支持、心理教育和心理疏导等手段,帮助产妇调整心理状态,减轻焦虑和抑郁情绪,提高产妇的自信心和抗压能力,从而促进分娩的顺利进行^[3]。本研究对96例产妇进行观察对比,旨在探讨产前心理护理对缩短阴道分娩产程及减少产后并发症的效果,现将结果报告如下。

1 资料与方法

1.1 临床资料

本研究选取我院2022年1月-2023年1月收治的96例产妇作为研究对象,采用随机对照试验的研究设计。将产妇随机分为观察组和对照组,每组48例。

表1 一般资料对比

组别	观察组	对照组	t/χ^2	P
例数	48	48	-	-
年龄范围(岁)	22~37	23~38	-	-
均龄(岁)	27.45 ± 5.24	27.48 ± 5.32	0.028	0.978
孕周范围	36~42	35~42	-	-
平均孕周	39.14 ± 1.23	39.16 ± 1.27	0.078	0.938
孕次范围	1~3	1~4	-	-
平均孕次	1.03 ± 0.33	1.08 ± 0.41	0.658	0.512

1.2 方法

观察组接受产前心理护理干预,包括心理支持、心理教育和心理疏导等措施;对照组接受常规护理,不进行特殊的心理干预。

1.2.1 对照组(常规护理)

对照组接受常规护理,包括产前检查、产前教育、生活指导等常规护理措施。产前检查包括孕期检查、产前检查和分娩前检查,以确保产妇的身体状况良好。产前教育包括分娩知识、分娩技巧和产后护理等方面的教育,以提高产妇的分娩准备能力。生活指导包括饮食调理、休息安排和活动指导等方面的指导,以保证产妇的身体健康和生活质量。

1.2.2 观察组(产前心理护理)

观察组在常规护理的基础上,加强了产前心理护理的干预措施。具体包括以下几个方面:

1.2.2.1 心理支持

通过与产妇的交流和沟通,了解其心理状态和需求,提供情感上的支持和安慰,增加产妇的信心和安全感。同时,鼓励产妇与家人和朋友进行交流,增加社会支持,缓解孤独和焦虑情绪。

1.2.2.2 心理教育

通过教育产妇有关分娩的知识和技巧,使其了解分娩的过程和注意事项,提高自我管理的能力。同时,教育产妇如何应对疼痛和压力,提供相应的应对策略,减轻焦虑和恐惧情绪。

1.2.2.3 心理疏导

通过启发产妇的内在潜能和积极情绪,帮助其调整心理状态,提高自我调节的能力。同时,采用放松训练、呼吸训练和想象练习等方法,帮助产妇缓解疼痛和压力,提高分娩的舒适度和效果。

1.2.2.4 情绪管理

根据产妇的情绪表现,帮助其识别和理解自己的情绪,并提供相应的情绪管理策略。例如,当产妇出现焦虑或恐惧情绪时,可以引导她们进行深呼吸和放松训练,帮助她们平复情绪。同时,鼓励产妇表达自己的情绪,通过倾听和理解来缓解不良情绪。

1.2.2.5 合理安排产妇的时间和活动

在产前心理护理中,要合理安排产妇的时间和活动,避免过度劳累和精神压力。可以根据产妇的需求和身体状况,制定合理的作息时间表和活动计划。同时,鼓励产妇参与适当的体育锻炼和休闲活动,促进身心健康。

1.2.2.6 提供信息支持

在产前心理护理中,要及时提供产妇所需的相关信息,例如分娩的过程、产后护理等。这样可以帮助产妇更好地了解 and 应对产前、产中和产后的各种情况,减少不必要的焦虑和恐惧。

1.2.2.7 家庭支持

在产前心理护理中,要积极引导和支持产妇与家人的互动和沟通。鼓励家人参与到产前的准备和护理中,增加产妇的社会支持和情感支持。同时,帮助产妇与家人建立积极的亲子关系和夫妻关系,增强家庭的凝聚力和支持力。

1.2.2.8 提供心理咨询和支持

在产前心理护理中,要为产妇提供心理咨询和支持服务。可以通过个别咨询或小组咨询的方式,帮助产妇解决心理问题和困惑。同时,提供专业的心理支持和指导,帮助产妇建立积极的心理态度和应对策略。

1.2.2.9 建立产妇支持小组

在产前心理护理中,可以组建产妇支持小组,让产妇们相互交流和支 持。小组成员可以分享彼此的经验 和情感,互相鼓励和支持。这样可以帮助产妇感受到自己不是孤单的,增强她们的自信心和应对能力。

1.2.2.10 定期复查和评估

在产前心理护理中,要定期进行产妇的心理复查和评估,了解其心理状态的变化和需求的变化。根据评估结果,及时调整干预措施,确保产妇获得持续的心理支持和护理。

1.3 观察指标

观察指标包括产程时间、产后并发症发生率和心理状态。

(1) 产程时间是指从阴道分娩开始到胎儿完全娩出所经历的时间,通过记录产程时间来评估产前心理护理对分娩过程的影响。

(2) 产后并发症发生率是指在分娩后出现的各种并发症的发生情况,包括产后出血、感染和产褥期抑郁等。

(3) 心理状态是通过使用汉密尔顿抑郁量表(HAMD)和汉密尔顿焦虑量表(HAMA)来评估产妇的心理状态,包括抑郁和焦虑程度。较低的HAMD和HAMA评分表示较好的心理状态。

1.4 统计学方法

将本组数据代入SPSS21.0软件处理分析,计量资料用($\bar{x} \pm s$)表示,实施t检验;计数资料用%表示,用 χ^2 检验。 $P < 0.05$,差异有统计学意义。

2 结果

2.1 产程时间对比

观察组的产程时间显著短于对照组,差异具有统计学意义($P < 0.05$)。具体数据如表2所示。

表2 产程时间对比($\bar{x} \pm s$)

组别	例数	产程时间(min)
观察组	48	295.38 ± 45.62
对照组	48	340.25 ± 67.89
t		3.517
P		0.001

2.2 产后并发症发生率对比

观察组的产后并发症发生率显著低于对照组,差异具有统计学意义($P < 0.05$)。具体数据如表3所示。

表3 产后并发症发生率对比(n, %)

组别	例数	产后出血	感染	产褥期抑郁	并发症发生率
观察组	48	3	3	0	6(12.5%)
对照组	48	5	4	6	15(31.3%)
χ^2					5.136
P					0.024

2.3 心理状态评分对比

观察组的HAMD评分和HAMA评分均低于对照组,差异具有统计学意义($P < 0.05$)。具体数据如表4、表5所示。

表4 汉密尔顿抑郁量表(HAMD)评分($\bar{x} \pm s$)

组别	例数	护理前	护理后	t	P
观察组	48	63.84 ± 4.12	43.22 ± 3.74	27.731	0.000
对照组	48	63.78 ± 4.14	55.43 ± 5.84	8.729	0.000
t		0.077	13.176		
P		0.939	0.000		

表5 汉密尔顿焦虑量表 (HAMA) 评分 ($\bar{x} \pm s$)

组别	例数	护理前	护理后	t	P
观察组	48	65.46 ± 8.64	31.32 ± 2.86	28.072	0.000
对照组	48	65.51 ± 8.58	42.67 ± 4.68	17.488	0.000
t		0.031	15.486		
P		0.976	0.000		

3 讨论

产前心理护理是指对孕妇及其家庭进行心理支持和护理的过程^[4]。它包括提供相关信息和教育,提供情绪支持和安慰,进行心理评估,提供支持和建议等方面。通过这些方式,产前心理护理帮助孕妇和家庭应对孕期和分娩过程中的心理压力和情绪变化,促进他们的身心健康,提高分娩的顺利性和家庭的幸福感^[5]。研究表明,产前心理护理对缩短阴道分娩产程具有一定的积极影响^[6]。首先,通过产前心理护理干预,可以减少孕妇的焦虑和紧张情绪,提高其对分娩的信心和自信心,从而减轻分娩时的疼痛感受。焦虑和紧张情绪会导致肌肉紧张,阻碍分娩进展,而心理护理可以帮助孕妇放松身心,减少肌肉紧张,有助于加快分娩进程^[7]。其次,产前心理护理还可以通过提供相关的分娩知识和技巧,帮助孕妇更好地应对分娩过程中的各种情况和问题,增加分娩的顺利进行。孕妇对分娩过程的了解和掌握可以减少不必要的恐惧和紧张,有助于提高分娩的效率和减少分娩的时间。此外,产前心理护理还可以通过提供情感支持和心理疏导,帮助孕妇调整心态,增强对分娩的积极态度和信心^[8]。分娩是一项具有挑战性的任务,孕妇在分娩过程中可能会面临各种困难和痛苦,情感支持和心理疏导可以帮助孕妇克服困难,增强抵抗力,减少分娩的不适感。

本研究结果表明,产前心理护理能够有效地缩短阴道分娩产程,并减少产后并发症的发生。这与以往研究的结果一

致,证实了产前心理护理的积极效果。产前心理护理通过心理支持、心理教育和心理疏导等手段,帮助产妇调整心理状态,减轻焦虑和抑郁情绪,提高产妇的自信心和抗压能力。

总的来说,产前心理护理对缩短阴道分娩产程和减少产后并发症具有积极的作用。通过心理护理干预,可以缓解孕妇的焦虑和紧张情绪,提高对分娩的信心和积极性,减轻分娩时的疼痛感受,增加分娩的效率和顺利进行。因此,进一步的研究还需要探讨更多的因素和干预措施,以进一步优化产前心理护理的效果。

4 结论

产前心理护理能够有效地缩短阴道分娩产程的主要原因是它可以减轻产妇的焦虑和抑郁情绪。研究表明,焦虑和抑郁情绪会影响产妇的分娩进展,使其分娩时间延长^[9]。而产前心理护理通过情绪疏导和心理教育等手段,可以帮助产妇减轻焦虑和抑郁情绪,使其心理状态更加平稳和放松。这样一来,产妇在分娩过程中会更加顺利,分娩时间也会相应地缩短。此外,产前心理护理还能减少产后并发症的发生。产后并发症是指分娩后可能出现的各种身体和心理方面的问题,如产后抑郁症、产后焦虑症等。这些并发症会给产妇的身心健康造成不良影响。而产前心理护理通过提高产妇的心理状态,减轻焦虑和抑郁情绪,可以预防这些并发症的发生^[10]。

综上所述,产前心理护理对于促进产妇身心健康具有积极的影响。它可以提高产妇的心理状态,减轻焦虑和抑郁情绪,从而促进分娩的顺利进行。在临床实践中,应重视产前心理护理的应用,为产妇提供全面的护理和支持,以达到缩短分娩产程、减少并发症的目的。

参考文献:

- [1]李佳. 产前心理护理干预对初产妇的影响分析[J]. 中国冶金工业医学杂志, 2022, 39 (06): 729.
- [2]张玲慧, 郭冉, 刘良令. 产前心理护理干预对初产妇剖宫产率及负性情绪的影响分析[J]. 心理月刊, 2022, 17 (22): 109-111.
- [3]谢月梅, 张宿迪. 初产妇产前不良情绪的心理护理对分娩结局的影响[J]. 中外医疗, 2022, 41 (30): 155-159.
- [4]李晓婷, 杨丰榕, 邵帅. 产前心理护理对高龄孕产妇的影响[J]. 心理月刊, 2022, 17 (12): 74-76+211.
- [5]陆镜明, 陈晓媚, 陈彦霞. 助产士产前门诊联合心理护理在胎膜早破孕产妇中的应用[J]. 齐鲁护理杂志, 2021, 27 (21): 89-92.
- [6]李海艳. 产前心理护理干预对初产妇的影响[J]. 中国卫生标准管理, 2021, 12 (16): 142-144.
- [7]赵尚梅, 刘廷兰, 王燕萍. 分析产前个性化心理护理干预对初产妇焦虑抑郁情绪与疼痛症状、剖宫产率的影响[J]. 心理月刊, 2021, 16 (12): 161-162.
- [8]崔喜凤. 产前心理护理对高龄孕产妇焦虑抑郁等不良情绪的影响[J]. 中国药物与临床, 2021, 21 (11): 2015-2016.
- [9]余惠娟. 产前心理护理干预对初产妇分娩方式、产后出血及产后心理的影响分析[J]. 中国社区医师, 2021, 37 (16): 152-153.
- [10]周柳翠. 产前心理护理干预对降低初产妇剖宫产率的有效性分析[J]. 中国社区医师, 2021, 37 (12): 142-143.