

母乳喂养的护理干预及效果

张娜

(山东省德州市平原县妇幼保健院 253100)

【摘要】目的:为了更好的研究在母乳喂养中运用护理干预能否提高母乳喂养的效果。方法:本研究选取了68名分娩产妇,时间跨度为2022年1月至2023年1月,并根据不同护理方式分为两组。对照组常规护理,观察组母乳喂养护理,比较两组护理结果。结果:通过研究发现,观察组中使用了护理干预的母乳喂养无论是母亲的产奶量还是母乳喂养的成功率亦或是产妇的心理状态都要明显优于对照组患者,且比较组间差异($P < 0.05$),因此统计具有意义。结论:在母乳喂养中加入护理干预可以在临床中推广。

【关键词】母乳喂养; 护理干预; 效果

Nursing interventions and effects of breastfeeding

Zhang Na

(Maternal and Child Health Care Hospital of Pingyuan County, Dezhou City, Shandong Province 253100)

[Abstract]Objective: To better study whether the use of nursing intervention in breastfeeding can improve the effect of breastfeeding. Methods: In this study, 68 pregnant women ranging from January 2022 to January 2023 were selected and divided into two groups according to different care methods. The control group routine nursing, the observation group breastfeeding nursing, compare the nursing outcomes between the two groups. Results: The study found that the breastfeeding of the nursing intervention in the observation group, the success rate or the psychological status of the control group, and compared the difference between the groups ($P < 0.05$), so the statistics were significant. Conclusion: Adding nursing interventions to breastfeeding can be promoted in the clinic.

[Key words]Breastfeeding; nursing intervention; effect

母乳哺育的益处不胜枚举,已在临床实践中得到广泛认可,不仅有助于婴幼儿的成长和发育,同时也能够刺激其智力的进一步发展。母乳中含有丰富的蛋白质及多种维生素和矿物质,能够满足胎儿生长发育所需,并能促进母亲子宫恢复,预防早产、低体重儿等不良妊娠结局的产生。然而,近年来,我国母乳喂养率呈现出下降的趋势,这一趋势受到了社会和产妇心理等多方面因素的影响。尤其是对于一些初为人母的年轻妈妈来说,由于缺乏专业知识和实践经验,导致母乳喂养成功率偏低。在产科护理中,如何增强母乳喂养的能量输出,是一项至关重要的挑战^[1-3]。其中,产后访视是一种有效且常用的方法。产后随访指导是一项针对产妇的专业服务,旨在通过上门随访指导,帮助产妇了解乳房护理方法,提高母乳喂养的认知水平,从而增强母乳喂养的成功率。近年来,随着人们生活水平不断提升以及保健意识增强,越来越多的人选择通过产褥期健康宣教来促进婴儿健康成长,因此,开展产后访视工作显得尤为重要。为了深入研究产后访视护理干预的实施效果,本研究在本院选取了68名产妇,时间跨度为2022年1月至2023年1月,并在此基础上进行了进一步的研究和报告。

1 资料与方法

1.1 一般资料

本研究选取了68名分娩产妇,时间跨度为2022年1月至2023年1月,并根据不同的护理干预方式将其分为观察组和对照组,每组各包含34名产妇。给予观察组常规产

程和产后康复指导及健康宣教,对照组实施传统产前教育与心理疏导等基础上进行系统的临床治疗,对比两组母婴结局以及对医护人员满意度。观察组年龄21~35岁,平均年龄为 (26.89 ± 1.01) 周岁;采取常规护理联合产后访视及健康教育方法进行临床治疗和护理,给予心理支持,饮食指导等综合性措施。共有25例分娩采用阴道自然方式,而有9例进行了剖宫产。对两组新生儿进行出生体重测定和身长测量并记录相关数据。对照组的年龄在20岁至34岁之间,其平均年龄为 (26.49 ± 1.32) 岁;均为初产妇。阴道自然分娩26例次,剖宫产8次。观察组采用会阴侧切和宫口扩张技术进行助产手术。在对两组一般资料进行比较后,发现它们之间的差异并未达到显著水平($P > 0.05$),因此可以得出它们之间具有可比性。

初为人母的女性符合标准。符合本试验要求的孕妇可参加此次研究,无特殊情况者可不列入病例对照研究范围。2缺乏母乳喂养的实践经验。三份同意书已被签署,以确认本次研究的顺利进行。排除条件:1伴母乳喂养禁忌的产妇。2名分娩后出现并发症的孕妇。③精神障碍,交流不畅的产妇。

1.2 方法

在对照组中,实施了一系列规范的护理措施,并提供了出院指导服务。并根据不同年龄和胎龄选择合适的喂养方法及时间。因为产妇在分娩胎儿的时间为三天,因此需要对产妇进行语言指导,做好健康宣教,向产妇介绍母乳喂养新生儿的相关知识和优势,并告知在喂养时,产妇应该知道的相关注意事项,例如在喂养新生儿时的频率、喂养姿势、相关辅助工具等,并且当新生儿在吮吸后,产妇需要对乳头做

好的清洁护理工作,同时在不进行喂养时或当产妇自身乳汁分泌较少的时候,可以通过哪些科学的方法帮助产妇增大乳汁的分泌量等,这些都应该放进对产妇的健康宣教里,同时由于需要注意的内容颇多,仅仅依靠口头宣教并不能让产妇及其家属全部记住,因此在宣教过程中,可以让产妇的家属准备好纸笔进行记录,同时在宣教完成后可以通过发放相应的手册,方便产妇及其家属查阅,并且要记录产妇的联系方式,方便之后的随访工作的展开。

实施产后随访护理干预,以促进观察组的产后康复。对照组给予常规产科护理,观察组则需要在产妇产后的三天,实施护理干预的方式,具体内容包括以下几个方面:

首先,需要做好对产妇每周一次的上门随访工作,在随访过程中需要了解产妇当前的喂养情况,并且如果在喂养过程中,出现其他问题,需要及时询问原因,并给出相对应的解决方案,为产妇提供有针对性的指导。提供有关母乳喂养的健康宣教,以帮助人们了解相关知识。在进行上门随访期间,护理人员应当对产妇的母乳喂养方式和过程进行紧密监测。此外,要经常向产妇介绍一些常见传染病和妊娠并发症的防治知识。2个饮食指南。对初产和经产均应进行营养教育,使产妇了解分娩过程中所需要补充的营养物质及其合理比例。

其次,做好产妇的饮食指导,例如可以在平时的饮食过程中,增加高蛋白的肉类摄入,例如鱼肉、鸡肉等,同时还要多喝牛奶豆制品等,以此可以增加产妇的分泌乳汁的数量,当然也要注重产妇的蔬菜水果的合理搭配,少吃糖和甜食,多喝些鲜果汁、汽水或咖啡,以帮助身体排出多余水分,减少脂肪积累。不必过于焦虑于产后身材的复原问题。适当运动,如散步、跑步或做瑜伽练习,可帮助消除疲劳。

第三,需要指导产妇做好乳房按摩护理工作。对于女性来说,许多已婚妇女常常患有乳腺方面的疾病,因此为了防止产妇患病,应该做好乳房的按摩护理工作,具体可以通过运用振荡的技巧来演示其效果,这种方法主要是通过各种

不同频率的震动对乳房起到刺激作用,促进乳腺组织血液循环,加快新陈代谢,从而使身体迅速康复。

第四,是采用各种方法对产后妇女的腹部及会阴部位做全面按摩,使之恢复到正常生理状态。在进行按摩时,应当保持适度的匀速,以确保产妇情绪平稳,全身得到充分的放松,同时避免过度的按摩。同时要注意避免损伤乳腺组织和引起其他并发症。

最后,吸乳指南。根据不同情况选用适当方法对患者实施吸乳,根据产妇的实际情况,当出现乳房胀痛的感觉,应该运用电动吸乳器进行吸入,并且具体使用方法和注意事项应该告知产妇及其家属,当然与此同时,还可以选用双侧乳晕的按摩方法,以此来进一步增加电动吸乳的频率,并注意在这个过程中的速度把控。

1.3 观察指标

①比较泌乳量。②比较母乳喂养成功率。③比较产后心理状态评分。

1.4 统计学方法

采用SPSS18.0软件进行数据分析,对计量资料进行了t检验,并以 $(\bar{x} \pm s)$ 的形式呈现;非参数检验方法对数据结果的显著性和独立性进行了分析,并与国外文献报道的研究结果作比较。使用 χ^2 检验对计数数据进行处理,以百分比表示其统计性质。在统计学上, $P < 0.05$ 时,存在显著差异。

2 结果

2.1 两组产妇泌乳量比较

在产后的第三天,两组产妇的泌乳量并未呈现出显著的差异($P > 0.05$);在乳房发育情况方面,观察组高于对照组。在产后的第四和第五天,观察组的产妇泌乳量显著高于对照组,这种差异在统计学上具有显著意义($P < 0.05$)。如表1所示

表1 两组产妇泌乳量比较($\bar{x} \pm s$, mL)

组别	例数	第3天	第4天	第5天
对照组	34	16.59 ± 1.26	40.12 ± 5.26	136.25 ± 17.95
观察组	34	18.32 ± 1.62	48.26 ± 6.29	162.12 ± 23.46
t		4.973	5.862	5.907
P		0.000	0.000	0.000

2.2 两组产妇母乳喂养成功率比较

在产后1个月、2个月、3个月的观察组中,母乳喂养

成功率表现出显著的提高,与对照组相比,差异达到了统计学意义水平($P < 0.05$),详见表2。

表2 两组产妇母乳喂养成功率比较[n(%)]

组别	例数	产后1个月	产后2个月	产后3个月
观察组	34	26 (76.47)	28 (82.33)	30 (88.21)
对照组	34	19 (55.89)	16 (47.05)	13 (38.23)
χ^2		4.082	4.225	4.576
P		0.033	0.033	0.030

2.3 两组产妇心理状态评分比较

在产后1周、4周和8周,观察组的心理状态评分均显

著低于对照组,且组间比较结果表明,这种差异具有显著的统计学意义($P < 0.05$),详见表3。

表3 两组产妇心理状态评分比较($\bar{x} \pm s$, 分)

组别	例数	产后1周	产后4周	产后8周
观察组	34	84.92 ± 8.46	63.23 ± 7.52	58.12 ± 6.23
对照组	34	76.21 ± 12.31	57.16 ± 7.12	43.26 ± 6.12
t		4.792	5.335	5.895
P		0.000	0.000	0.000

3 讨论

产后,产妇通过自身分泌的乳汁为新生儿提供营养,这种喂养方式被临床医师、产妇及其家属广泛认可,被称为母乳喂养。在我国,无偿献血作为一项重要的公共卫生服务,已成为公民自愿无偿使用血液的一种特殊方式。母乳喂养对于新生儿来说是极为重要的存在,因为母乳中含有多种元素,在很大程度上可以帮助新生儿抵御疾病,增强免疫力,并且母乳可以给到新生儿予以充分的营养,同时运用母乳喂养也可以防止产妇患有乳腺癌等风险^[4-5]。因此,如何做好母乳喂养工作一直都受到医学界的广泛关注。随着时间的推移,我国初产妇在母乳喂养方面的经验、社会和心理因素逐渐减少,导致母乳喂养率下降。因此,如何做好产妇的护理工作就成为医护人员需要重点关注的问题之一。由于初产妇缺乏母乳喂养的实践经验,她们无法准确掌握母乳喂养方式,导致含乳姿势不当,从而产生了对母乳喂养的恐惧和信心丧失等这些原因使得很多产妇选择放弃母乳喂养,而将母乳喂养作为首选喂养方式。受到各种因素的影响,当前的母乳喂养方式的成功率正在呈现出逐年下降的趋势,这对于新生儿的成长环境及其智力的开发都是具有一定的负面影响的,因此需要对产妇加以护理干预的手段,以此来不断提高母乳喂养的成功率^[6-7]。

目前,由于产房利用率较高,产妇在分娩后通常会在短时间内出院,因此常规的护理方式主要是提供母乳喂养指导,并通过定期电话随访了解母乳喂养情况,但这种方式缺乏主动性和护理。此外,由于大多数产妇都存在着焦虑情绪,

因此,为了保证母婴安全,需要加强对于产妇的健康宣教和心理疏导工作,从而促使其养成良好的喂养习惯,促进乳汁分泌。尽管通过电话随访可以一定程度上督促产妇坚持母乳喂养,但是也有部分产妇因为依从性比较差、母乳喂养方式不正确等情况而放弃母乳喂养^[8-9]。所以,为了进一步提升母乳喂养效果,必须加强对产后访视护理工作的重视力度,从而促进临床护理水平的不断发展和进步。针对当前产妇院内护理的局限性,产后访视护理被提出作为一种创新的护理模式,旨在提高护理质量和效果。它包括了医护人员和家属共同参与下的延续性护理活动。在产妇出院后,需要做好对产妇的上门随访工作,可以通过运用护理干预的方法,去帮助产妇在实际操作过程中面对的各种问题,做好被动随访向主动随访的转变,当然还要刺激好产妇的乳汁分泌工作,这样可以有效提高母乳喂养的概率^[10-11]。

实施产后访视护理干预,可显著提升产妇母乳喂养率,从而刺激其乳汁分泌。因此,应加强产后访视护理,促进泌乳功能恢复和良好妊娠结局的建立。实施产后访视护理干预的方式多种多样,包括喂养健康宣教、饮食指导、乳房按摩等,以帮助产妇全面了解母乳喂养的重要性,掌握正确的喂养方式,缓解负性情绪,改善心理状态;同时一定程度上还能促进母婴感情交流和情感沟通,消除焦虑抑郁情绪^[12]。为了缓解部分产妇出现的乳房胀痛情况,我们可以采用饮食指导和乳房按摩等方法,以促进乳汁的分泌。

总之,实施产后访视护理干预,可显著提升产妇的泌乳量和母乳喂养成功率,同时有效改善其负面情绪,提高护理满意度,具有广泛的推广应用价值。

参考文献:

- [1]黄春华,尚剑,蒋娜,等.基于孕产期保健指导的精细化护理对产妇母乳喂养的影响[J].循证护理,2023,9(9):1650-1654.
- [2]钱俊婷,王蓓蓓.基于网络的延续随访护理对初产妇母乳喂养行为及负性情绪的影响[J].中国医药导报,2023,20(8):167-170,175.
- [3]杨立娜.剖宫产初产妇母乳喂养自我效能影响因素及护理对策探讨[J].基层医学论坛,2023,27(9):55-57.
- [4]闫婷,郭巧慧,王伟霞.亲情-责任交互式护理模式对自然分娩初产妇母乳喂养效能感的影响[J].临床心身疾病杂志,2023,29(2):149-152.
- [5]江丽珠,江丽平.以微信平台为基础的延续性护理干预对产妇母乳喂养行为及睡眠质量的影响[J].世界睡眠医学杂志,2023,10(1):69-71,75.
- [6]雷芳,席娅娟.责任亲情交互护理模式对初产妇母乳喂养自我效能和新生儿护理能力的影响[J].临床医学研究与实践,2023,8(7):139-141.
- [7]张霞.综合护理对剖宫产产妇母乳喂养的影响[J].妇儿健康导刊,2023,2(4):177-179.
- [8]杜青.袋鼠式护理在改善剖宫产初产妇母乳喂养与子宫复旧中的价值[J].基层医学论坛,2023,27(5):127-129.
- [9]付晓燕,王盼,李娇娇.医院一体化护理对剖宫产产妇术后心理状态及母乳喂养的影响[J].医学信息,2023,36(8):159-162.
- [10]王小莲,张万慧.产房早期护理干预联合健康宣教对产后母乳喂养成功率及乳汁分泌状况的影响[J].中外女性健康研究,2023(5):18-19,45.
- [11]魏娟豪.细节优化护理对初产妇产后抑郁情绪、睡眠治疗以及新生儿母乳喂养率的影响[J].黑龙江医药,2023,36(1):234-236.
- [12]刘卫兴,陈梅洲,李凤丽,等.乳房生理心理双维度促适应训练活动在母乳喂养护理中的应用研究[J].当代护士(下旬刊),2022,29(11):77-79.

作者简介:张娜,女,汉,山东省德州市平原县王凤楼镇张辛村,本科,主管护师,母乳喂养的护理干预及效果。