

## 中药冷敷在早期产后会阴护理中的应用

钟柳燕, 董玉洁

义乌市妇幼保健院 浙江义乌

**【摘要】目的** 探讨早期产后会阴护理中应用中药冷敷的临床效果。**方法** 纳入 2024.04~2025.03 内我院自然分娩产妇 200 例为本次研究对象, 使用随机数字表法分为对照组 (常规会阴消毒护理) 和实验组 (中药冷敷会阴护理) 各 100 例, 对比两组患者会阴疼痛、会阴水肿情况、睡眠状态和患者满意度。**结果** 两组会阴水肿出现时间差异无统计学意义 ( $P>0.05$ )。护理后, 实验组 NRS 疼痛评分各 PSQI 评分均低于对照组, 且会阴水肿消退时间短于对照组, 护理满意度高于对照组, 组间差异均存在统计学意义 ( $P<0.05$ ) **结论** 临床中在早期产后会阴护理中使用中药冷敷能够显著改善患者会阴水肿和疼痛, 加快水肿消退, 提高患者睡眠质量和护理满意度, 具有较高应用价值。

**【关键词】** 中药冷敷; 产后护理; 会阴护理

**【收稿日期】** 2024 年 10 月 14 日 **【出刊日期】** 2024 年 11 月 28 日 **【DOI】** 10.12208/j.jmmn.20240569

### Application of Chinese herbal cold compress in early postpartum perineal care

Liuyan Zhong, Yujie Dong

Yiwu Maternal and Child Health Hospital, Yiwu, Zhejiang

**【Abstract】Objective** To explore the clinical effect of cold compress of traditional Chinese medicine in early postpartum perineal care. **Methods** 200 postpartum women who gave birth naturally in our hospital from April 2024 to May 2023 were included in this study. They were randomly divided into a control group (conventional perineal disinfection care) and an experimental group (traditional Chinese medicine cold compress perineal care), with 100 cases in each group. The perineal pain, perineal edema, sleep status, and patient satisfaction were compared between the two groups. **Results** There was no statistically significant difference in the occurrence time of perineal edema between the two groups ( $P>0.05$ ). After nursing, the NRS pain scores and PSQI scores of the experimental group were lower than those of the control group, and the disappearance time of perineal edema was shorter than that of the control group. The nursing satisfaction was higher than that of the control group, and the differences between the groups were statistically significant ( $P<0.05$ ). **Conclusion** In clinical practice, the use of cold compress with traditional Chinese medicine in early postpartum perineal care can significantly improve patients' perineal edema and pain, accelerate edema disappearance, improve patients' sleep quality and nursing satisfaction, and has high application value.

**【Keywords】** Chinese herbal cold compress; Postpartum care; Perineal care

产后, 女性身体经历了巨大的生理变化, 气血耗损严重, 会阴部作为分娩的直接通道, 其恢复尤为关键。分娩后, 会阴区域经历了前所未有的扩张与压力, 可能伴随着疼痛、肿胀、甚至会阴轻微撕裂或存在侧切伤口<sup>[1]</sup>。这一时期, 正确的护理能够有效减轻不适感, 加速伤口愈合, 预防感染, 对于产妇的身心健康至关重要。因此, 早期、全面且科学的会阴护理是每个产妇不可或缺的康复手段。中医强调“辨证施治”, 即根据产妇产

后体质的寒热虚实、气血盈亏等具体情况, 制定个性化的护理方案。在会阴护理中, 中药冷敷作为中医外治法的一种, 在产妇产后会阴护理中展现了较高优势<sup>[2]</sup>。本研究中即分析了早期产后会阴护理中应用中药冷敷的临床效果, 具体报道如下:

#### 1 对象和方法

##### 1.1 对象

纳入 2024.04~2025.03 内我院自然分娩产妇 200 例

为本次研究对象,使用随机数字表法分为对照组(常规会阴消毒护理)和实验组(中药湿敷会阴护理)各100例。纳入标准:(1)年龄18~35岁;(2)自然分娩的产妇;(3)无严重妊娠并发症及合并症;(4)无外阴炎疾病(急性期);(5)无皮肤破损。排除标准:(1)产钳助产;(2)产后出血>500ml;(3)第二产程延长;(4)阴道壁裂伤;(5)自然分娩后发生严重并发症。其中,对照组产妇年龄20~35岁,平均(23.17±3.22)岁;孕龄38~41周,平均(39.71±1.62)周。实验组产妇年龄21~35岁,平均(23.65±3.28)岁;孕龄38~41周,平均(39.46±1.72)周。两组间差异不具有统计学差异性( $P>0.05$ )。患者对研究均知情同意。研究经过本院医学伦理委员会同意。

## 1.2 方法

对照组:常规会阴消毒护理,使用聚维酮碘消毒会阴,按照会阴消毒正确步骤进行局部消毒。操作时轻柔地清洗会阴区域,去除血迹和分泌物。消毒后,保持会阴部干燥,一天2次。

实验组产妇自愿接受在常规护理基础上加用中药冷敷会阴,分娩后24小时分时段给予中药冷敷会阴:医护人员向产妇和家属交代实施中药冷敷会阴的目的、意义,取得其配合。告知24小时中药冷敷会阴的时间段。产后2小时,产后6小时,产后12小时,产后24小时,护士会到床边进行中药冷敷会阴共4次。中药方剂为苦参15g、白芨15g、川楝子15g、白鲜皮15g、土茯苓15g、紫花地丁15g,每次一剂,加入120ml温水,放入油膏灌中储存。使用5\*5cm纱布8片放入油膏罐,将油膏罐置入冰箱2-8℃存放,使用时取2片纱布予治疗碗内,供一个产妇使用,20分钟/次。

## 1.3 观察指标

对比患者会阴疼痛、会阴水肿情况、睡眠状态及患

者满意度等指标。

(1)会阴疼痛情况采用NRS(数字评价量表)评估,评分范围0到10分,分数越高疼痛程度越严重。

(2)睡眠状态使用匹兹堡睡眠质量指数量表PSQI评估患者24h睡眠情况。量表共18个条目,7个维度,包括主观睡眠质量、入睡时间、睡眠时间、睡眠效率、睡眠障碍、催眠药物和日间功能障碍,每个维度4个评价等级,很好计为0分,很差计为3分,总分范围为0~21分,总分 $\geq 7$ 为睡眠障碍,总分 $< 7$ 分为无睡眠障碍。

(3)记录患者会阴水肿出现时间和消退时间。

(4)采用浙江省护理质控系统的病人满意度调查表评价患者护理满意度。通过住院安全及环境、住院环境、护理服务的可及性、尊重病人、护理技术、身体舒适护理、健康教育、沟通交流、情感支持、病人家属和朋友参与护理十个维度评价,评估分数 $\leq 50$ 分为不满意、 $> 50$ 分且 $\leq 70$ 分为基本满意、 $> 70$ 分为满意。

## 1.4 统计学分析

应用SPSS24.0,计数资料(%)和计量资料( $\bar{x} \pm s$ )分别行卡方检验和t检验, $P<0.05$ 为差异具有统计学意义。

## 2 结果

2.1 会阴疼痛情况、会阴水肿情况、睡眠状态对比  
两组会阴水肿出现时间差异无统计学意义( $P>0.05$ ),护理后,实验组NRS疼痛评分各PSQI评分均低于对照组,且会阴水肿消退时间短于对照组,组间差异均存在统计学意义( $P<0.05$ ),如表1。

## 2.2 护理满意度对比

经分析显示,实验组患者护理满意度显著高于对照组,差异均有统计学意义( $P<0.05$ ),如表2。

表1 实验组和对照组的会阴疼痛、水中情况及睡眠状态对比( $\bar{x} \pm s$ )

组别	例数	NRS评分(分)	会阴水肿出现时间(h)	会阴水肿消退时间(h)	PSQI评分(分)
实验组	100	2.15±0.96	2.85±0.42	21.53±8.31	12.38±2.47
对照组	100	3.01±1.15	2.96±0.49	37.94±11.62	17.52±2.30
t	-	5.741	1.705	11.487	15.009
P	-	0.001	0.090	0.001	0.001

表2 实验组和对照组的护理满意度情况对比[n, (%) ]

组别	例数	满意	基本满意	不满意	总满意度
实验组	100	66(66%)	31(31%)	3(3%)	97%
对照组	100	51(51%)	39(39%)	10(10%)	90%
$\chi^2$	-	-	-	-	4.031
P	-	-	-	-	0.045

### 3 讨论

在探讨早期产后护理的关键环节中,会阴消毒护理作为促进产妇康复、预防感染的基石,其传统做法虽在一定程度上发挥了作用,但亦存在不容忽视的局限性<sup>[3]</sup>。传统方法往往依赖于单一的消毒剂进行表面清洁,忽视了产妇个体差异性及各会阴区域独特的生理恢复需求,导致护理效果参差不齐,尤其在缓解会阴疼痛、减轻水肿、促进舒适睡眠及提升患者满意度方面,显得力不从心<sup>[4]</sup>。而近年来,随着中医药与现代医学理念的融合创新,中药冷敷作为一种新兴的护理手段,正逐步展现出其在早期产后会阴护理中的独特优势,为产妇带来了更为全面、温和的康复体验。

中药冷敷利用中药材的天然成分,如白芨、土茯苓等具有清热解毒、消炎止痛的功效,直接作用于会阴部,能够深入渗透,有效缓解因分娩造成的组织损伤所带来的疼痛感。相比传统消毒剂,中药冷敷更能从根源上促进炎症消退,减少疼痛刺激,提高产妇的舒适度<sup>[5]</sup>。分娩后,会阴部常伴随不同程度的水肿,影响产妇的日常活动及恢复。中药冷敷通过其独特的冷敷效应与药材的利尿消肿作用相结合,能够迅速收缩血管,减少渗出,有效缓解并改善水肿状况,加速会阴部组织的恢复与重塑<sup>[6]</sup>。此外,疼痛与不适往往是影响产妇产后睡眠质量的主要因素。中药冷敷在有效缓解会阴疼痛与水肿的同时,其温和的药理作用也帮助产妇放松心情,减少夜间因不适而醒来的次数,从而显著提升睡眠质量,为产妇的身体恢复提供更加充足的休息保障<sup>[7]</sup>。中药冷敷在产后会阴护理中的应用,不仅体现在具体的护理效果上,更在于其对产妇整体护理体验的全面升级。相较于传统护理方式,中药冷敷更加注重个体差异与人文关怀,让产妇感受到更为细致、贴心的服务。这种以人为本的护理理念,无疑极大地提升了患者的满意度与信任度,为构建和谐医患关系奠定了坚实的基础<sup>[8]</sup>。

综上所述,中药冷敷在早期产后会阴护理中的应用,能够改善患者会阴水肿和疼痛,加快水肿消退,提

高患者睡眠质量和护理满意度。

### 参考文献

- [1] 丁艳艳. 凯格尔运动联合会阴按摩对顺产产妇会阴裂伤及会阴侧切率的影响[J]. 基层医学论坛,2024,28(14):26-28,67.
- [2] 余晨,官清清,陈钰. 探究温柔分娩理念联合会阴无创无保护接生技术对初产妇产后睡眠的影响[J]. 世界睡眠医学杂志,2024,11(4):799-802.
- [3] 史从美. 循证护理对经阴道分娩产妇负面情绪、产后会阴疼痛及护理满意度的影响[J]. 实用妇科内分泌电子杂志,2024,11(7):133-135.
- [4] 李悦. 多层次责任护理对产程、母婴预后以及产科护理满意度的影响[J]. 医学信息,2024,37(4):152-155.
- [5] 肖利华. 分组分层管理策略联合多维疼痛护理在产妇产后会阴伤口护理中的应用效果[J]. 当代护士,2024,31(4):77-80.
- [6] 陈宝琼,杨杏娟,黄育霞,等. 循证案例分析下改良护理对产后会阴切口感染的预防价值[J]. 基层医学论坛,2024,28(3):20-22,110.
- [7] 蔡钱莺. 综合护理对产后会阴伤口感染的预防效果研究[J]. 中国医药指南,2024,22(19):177-179.
- [8] 谢顺枚. 循证护理对产后会阴疼痛及护理满意度的影响观察[J]. 妇幼护理,2024,4(2):292-294.

版权声明: ©2024 作者与开放获取期刊研究中心(OAJRC)所有。本文章按照知识共享署名许可条款发表。

<https://creativecommons.org/licenses/by/4.0/>



OPEN ACCESS