

产后综合康复护理对产妇康复及产后抑郁的影响

任碧媛

中国人民解放军联勤保障部队第九二〇医院康复医学科 云南昆明

【摘要】目的 研究分析产后综合康复护理对产妇康复及产后抑郁的影响，以此帮助护理人员改进后续产妇护理工作。**方法** 本次实验跨越 2021 年 6 月至 2022 年 6 月这一时间段，研究人员对 108 例产妇进行研究。将双盲对照原则作为本次实验所选产妇的分组依据，研究人员在本次实验中分别采用基础护理、产后综合康复护理来完成对照组及实验组产妇护理工作，记录对照组及实验组产妇恢复情况（平均出院时间、恶露时间、子宫入盆骨时间）、产后抑郁情况（爱丁堡产后抑郁量表）、产妇满意度，并加以分析对比。**结果** 对照组及实验组产妇恢复情况相关数据存在着不容忽视的差异，两组产妇平均出院时间、恶露时间、子宫入盆骨时间方面的数据差异较大，（ $p < 0.05$ ）；对照组及实验组所选产妇产后抑郁评分方面数据之间的差异是不容忽视的，（ $p < 0.05$ ）；对照组及实验组所选产妇中对护理工作持非常满意及比较满意态度的人数分别为 39 人及 51 人，产妇护理满意度分别为 72.22% 及 94.44%，组间对应数据之间的差异是不容忽视的，（ $p < 0.05$ ）。**结论** 产后综合康复护理对产妇康复及产后抑郁有着极大的影响，在产妇护理中产后综合康复护理的应用价值较高。

【关键词】 产妇；产后康复；产后抑郁；产后综合康复护理；基础护理

Influence of postpartum comprehensive rehabilitation nursing on maternal rehabilitation and postpartum depression

Biyuan Ren

Department of Rehabilitation Medicine, No. 920 Hospital, Joint Logistics Support Force of the Chinese People's Liberation Army, Kunming, Yunnan

【Abstract】 Objective To study and analyze the effect of postpartum comprehensive rehabilitation nursing on maternal rehabilitation and postpartum depression, so as to help nurses improve follow-up maternal care. **Methods** This experiment spanned the time period from June 2021 to June 2022, and researchers studied 108 mothers. The principle of double-blind control was used as the basis for the grouping of puerperae selected in this experiment. In this experiment, the researchers used basic nursing and comprehensive postpartum rehabilitation nursing to complete the nursing work of puerperae in the control group and experimental group, and recorded the puerperium in the control group and experimental group. Recovery (average discharge time, time to lochia, time to uterus entering the pelvis), postpartum depression (Edinburgh Postpartum Depression Scale), and maternal satisfaction were analyzed and compared. **Results** There were significant differences between the control group and the experimental group regarding the recovery of puerperae. There were significant differences in the average discharge time, lochia time, and uterine entry time between the two groups ($p < 0.05$). The difference between the data on the postpartum depression scores of the selected puerperae in the experimental group cannot be ignored ($p < 0.05$); the number of puerperae in the control group and the experimental group who were very satisfied with the nursing work and relatively satisfied with the nursing work were 39 people respectively And 51 people, the maternal nursing satisfaction was 72.22% and 94.44% respectively, the difference between the corresponding data between the groups cannot be ignored ($p < 0.05$). **Conclusion** Postpartum comprehensive rehabilitation nursing has a great impact on maternal rehabilitation and postpartum depression, and the application value of postpartum comprehensive rehabilitation nursing in maternal nursing is high.

【Keywords】 maternal; postpartum rehabilitation; postpartum depression; postpartum comprehensive rehabilitation nursing; basic nursing

前言：对于多数女性而言，妊娠和分娩是人生中不可或缺的一个环节。值得注意的是，产妇在分娩过程中生理上承受着较大的痛苦，而且心理上也出现了一些变化，因此，产妇对产后护理工作有着较高的要求。在以往产后护理工作中，护理人员仅仅是采用基础护理手段对产妇进行护理，不能充分考虑到产后生理及心理层面的需求，不利于产妇的术后康复，甚至会导致产妇出现产后抑郁，这对产妇的身心健康造成了较大的威胁。笔者在本文中研究分析了产后综合康复护理对产妇康复及产后抑郁的影响，对比了基础护理、产后综合康复护理的表现，以期能够帮助护理人员优化调整后产妇产后护理方案。参与 2021 年 6 月至 2022 年 6 月期间实验的产妇人数为 108 例，具体情况报告如下。

1 资料与方法

1.1 一般资料

本次实验将 2021 年 6 月至 2022 年 6 月期间本院 108 例产妇作为实验对象。研究人员完全了解本次实验的内容及潜在的风险，并在本院伦理委员会的监督和指导下开展研究。纳入标准：研究对象均为本院分娩产妇；产妇均为初次分娩，单胎头位，且年龄在 20 岁至 35 岁之间；研究对象不存在妊娠并发症；充分知情原则与自愿参与原则。排除标准：精神异常、存在认知障碍、患有其他可能影响实验结果疾病的产妇不得参与本次实验；早产、巨大儿等异常情况不得参与本次实验；实验中途退出或是死亡的产妇相关数据不纳入到实验结果之中。两组产妇基础信息相关数据具有可比性，差异微小，（ $p>0.05$ ）^[1]。两组产妇基础信息见表 1。

1.2 方法

将双盲对照原则作为本次实验所选产妇的分组依据，研究人员在本次实验中分别采用基础护理、产后综合康复护理来完成对照组及实验组产妇护理工作。在基础护理中，护理人员应规范完成产后卫生护理、产后饮食干预、会阴伤口护理、乳房清洁、母乳喂养指导等工作。在产后综合康复护理中，护理人员应注意开展心理护理，与产妇进行沟通交流，在护患沟通过程中了解产妇的想法及疑惑，为产妇提供专业的帮助，并实施知识宣讲，帮助产妇正确看待分娩，确保产妇能够掌握产后运动、母乳喂养等知识技巧。对于心理存在负面情绪的产妇，护理人员应注意实施针对性心理疏导，了解产妇的情绪，减轻产妇的心理压力，

使产妇保持积极乐观的心态。在产后综合康复护理，护理人员应注意借助 42 摄氏度至 45 摄氏度的温毛巾对产妇乳房进行热敷，在按摩过程中，护理人员可以对产妇中府穴、膻中穴、乳根穴、乳中穴进行按摩，以此减轻产妇乳房胀痛。在产后综合康复护理中，护理人员还可以实施子宫复旧按摩，在涂抹凡士林后顺时针方向轻柔按摩子宫部位，注意刺激三阴交穴位及关元穴，加快产妇产宫的恢复。此外，护理人员可以开展盆底康复护理，要求产妇保持平卧位，并引导产妇收缩尿道和肛门，促进产妇盆底肌的恢复。

1.3 判断标准

记录对照组及实验组产妇恢复情况（平均出院时间、恶露时间、子宫入盆骨时间）、产后抑郁情况（爱丁堡产后抑郁量表）、产妇满意度，并加以分析对比。

1.4 统计学处理

产妇平均出院时间、恶露时间、子宫入盆骨时间、产后抑郁评分、产妇满意度相关数据均通过计算机软件 SPSS23.0 进行分析处理，本次实验涉及的计数资料产妇满意度相关数据均借助百分比加以指代，本次实验涉及的计量资料产妇平均出院时间、恶露时间、子宫入盆骨时间、产后抑郁评分依靠标准差（ \pm ）进行指代，对应数据的检验使用 χ^2 及 t 。组间相关数据比较分析差距是不容忽视的，则统计学意义显著，（ $P<0.05$ ）^[2]。

2 结果

2.1 两组产妇恢复情况

对照组及实验组产妇恢复情况相关数据存在着不容忽视的差异，两组产妇平均出院时间分别为（ 6.91 ± 2.41 ）天及（ 3.49 ± 1.62 ）天、恶露时间分别为（ 3.31 ± 0.52 ）天及（ 2.47 ± 0.48 ）天、子宫入盆骨时间分别为（ 10.29 ± 2.24 ）天及（ 7.35 ± 1.22 ）天，对应数据方面的数据差异较大，（ $p<0.05$ ）。

2.2 两组产妇产后抑郁评分

对照组及实验组所选产妇产后抑郁评分方面数据之间的差异是不容忽视的，分别为（ 9.27 ± 2.64 ）分及（ 7.18 ± 2.13 ）分，（ $p<0.05$ ）。

2.3 两组产妇护理满意度

对照组所选 54 例产妇中对护理工作持非常满意及比较满意态度的人数为 39 人，产妇护理满意度为 72.22%，实验组对应人数为 51 人，产妇护理满意度为 94.44%，组间对应数据之间的差异是不容忽视的，（ $p<0.05$ ）。详细情况见表 2。

表 1 两组产妇基础信息

组别	人数 (n)	年龄区间 (岁)	平均年龄 (岁)	妊娠时间 (周)	体重 (千克)
对照组	54	20-35	28.4±3.1	34-41	65-80
实验组	54	20-34	28.2±3.2	34-42	65-81
t 值	-	0.004	0.005	0.003	0.004
P 值	-	p>0.05	p>0.05	p>0.05	p>0.05

表 2 两组产妇护理满意度

组别	人数 (n)	非常满意 (n)	比较满意 (n)	不满意 (n)	产妇护理满意度 (%)
对照组	54	11	28	15	72.22
实验组	54	20	31	3	94.44
χ^2 值	-	-	-	-	6.901
P 值	-	-	-	-	p<0.05

3 讨论

与其他科室护理工作不同, 产科产妇自身并不患有疾病, 仅仅是因分娩而需要接受护理, 这种情况下, 护理人员在工作中面临着严峻的挑战。产妇在分娩后生理及心理均会出现较为明显的变化, 对护理工作的要求较高, 护理人员应充分认识到自身工作的重要性^[3]。产后护理能够帮助产妇尽快适应自身角色的变化, 加快产妇的恢复进程, 在保障产妇生理及心理健康方面发挥着至关重要的作用。当前形势下, 我国民众的医疗观念随着物质生活水平的提升出现了显著的变化, 对产后护理工作的关注度在不断提升, 如何更好地完成产妇产后护理成为当前护理人员急需解决的突出难题。产后综合康复护理与基础护理之间存在着较为明显的区别, 其要求护理人员在工作中充分考虑到产妇的实际情况, 在开展基础护理的同时实施心理疏导、乳房热敷及按摩、子宫复旧按摩、盆底康复护理等手段, 以此为产妇提供全面、优质的产后护理服务, 以此加强对产妇情绪的干预, 减轻分娩对产妇带来的负面影响, 促进产妇的早日康复。共计 108 例产妇参与 2021 年 6 月至 2022 年 6 月期间的实验, 目的是研究分析产后综合康复护理对产妇康复及产后抑郁的影响, 以此帮助护理人员进一步提高产后护理工作的水平^[4]。分析本次实验, 对照组及实验组产妇在平均出院时间[(6.91±2.41)天/(3.49±1.62)天]、恶露时间[(3.31±0.52)天/(2.47±0.48)天]、子宫入盆骨时间[(10.29±2.24)天/(7.35±1.22)天]、产后抑郁评分[(9.27±2.64)分/(7.18±2.13)分]、产妇满意度(72.22%/94.44%)方面的数据均存在着不容忽视的差距, (p<0.05)。实验结果显示, 产后综合康复护理

对产妇康复及产后抑郁有着极大的影响, 在产妇护理中产后综合康复护理的应用价值较高。

本次实验表明, 产后综合康复护理在加快产妇康复、消除产妇抑郁情绪等方面有着较为突出的成绩。

参考文献

- [1] 李祖隽, 姜佳丽. 产后综合康复护理干预对产妇康复及产后抑郁的影响效果分析[J]. 人人健康, 2020, No.516 (07):232-232.
- [2] 马娜. 产后康复护理对初产妇康复的效果观察及产后抑郁发生率影响评价[J]. 特别健康 2021 年 33 期, 190 页, 2021.
- [3] 杨树敏. 产后综合康复护理在产妇产后康复护理中的应用效果[J]. 健康养生, 2020.
- [4] 吴永芹. 产后综合康复护理对产妇产后抑郁及子宫康复的效果评价[J]. 2021.

收稿日期: 2022 年 10 月 5 日

出刊日期: 2022 年 11 月 4 日

引用本文: 任碧媛, 产后综合康复护理对产妇康复及产后抑郁的影响[J]. 临床护理进展, 2022, 1(5): 129-131

DOI: 10.12208/j.jacn.20220237

检索信息: RCCSE 权威核心学术期刊数据库、中国知网 (CNKI Scholar)、万方数据 (WANFANG DATA)、Google Scholar 等数据库收录期刊

版权声明: ©2022 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