

## 妊高症临床护理中预见性运动护理干预的应用效果观察

储小梅, 田晶晶, 顾宏梅

南通大学附属医院 江苏南通

**【摘要】**目的 分析妊高症临床护理中预见性运动护理干预的应用效果。方法 选取本院2021.03—2022.02期间收治妊高症病人作为研究对象, 共计60名, 通过随机分组法分出常规组、实验组, 每组30名。常规组应用常规护理干预, 实验组应用预见性运动护理干预。比较两组护理前后负性情绪评分(HAMA、HAMD)、下肢静脉血流速度和住院时间、妊娠结局、DVT发生率。结果 护理前, 两组对比HAMA、HAMD评分未见差异性,  $P>0.05$ 。护理后, 相较常规组, 实验组HAMA、HAMD评分、住院时间、DVT发生率更低,  $P<0.05$ 。相较常规组, 实验组下肢静脉血流速度更高,  $P<0.05$ 。相较常规组, 实验组妊娠结局更优,  $P<0.05$ 。结论 妊高症临床护理中应用预见性运动护理干预可改善患者妊娠结局, 建议普及。

**【关键词】**妊高症; 预见性运动护理; 效果; DVT

### Observation on the effect of predictive exercise nursing intervention in clinical nursing of pregnancy induced hypertension

Xiaomei Chu, Jingjing Tian, Hongmei Gu

Affiliated Hospital of Nantong University Nantong China

**【Abstract】**Objective to analyze the effect of predictive exercise nursing intervention in clinical nursing of pregnancy induced hypertension. **Methods** a total of 60 patients with PIH admitted to our hospital from March 2021 to February 2022 were randomly divided into routine group and experimental group, with 30 patients in each group. Routine nursing intervention was used in the routine group, and predictive exercise nursing intervention was used in the experimental group. The negative emotion scores (HAMA, HAMD), lower extremity venous blood flow velocity, length of stay, pregnancy outcome and incidence of DVT were compared between the two groups before and after nursing. **Results** before nursing, there was no difference in HAMA and HAMD scores between the two groups ( $P > 0.05$ ). After nursing, compared with the routine group, the HAMA, HAMD scores, length of hospital stay and the incidence of DVT in the experimental group were lower ( $P < 0.05$ ). Compared with the routine group, the blood flow velocity of lower limb vein in the experimental group was higher ( $P < 0.05$ ). Compared with the routine group, the pregnancy outcome of the experimental group was better ( $P < 0.05$ ). **Conclusion** the application of predictive exercise nursing intervention in the clinical nursing of pregnancy induced hypertension can improve the pregnancy outcome of patients, and it is recommended to popularize it.

**【key words】** pregnancy induced hypertension; Predictive sports nursing; effect; DVT

妊高症 (PHD) 全称为妊娠期高血压疾病, 是指妊娠处于24W左右的患者出现高血压、水肿和蛋白尿体征, 患病严重情况下可能会造成患者头痛、耳鸣、抽搐等。依照病情严重性分成子痫前期、先

兆子痫和子痫期。据临床统计 PHD 多见于初产妇人群, 作为妊娠期常见并发症对患者身体健康有较大影响。若未能及时接受临床治疗不仅会影响胎儿健康, 甚至会威胁母体安全。有医学资料显示, 部分

妊高症患者存在促血栓形成的基因突变, 容易和其他致病因子共同发生作用故而导致患者的机体血液转为高凝状态, 有诱发血栓的风险<sup>[1-2]</sup>。因此, 对于妊高症患者积极预防血栓形成控制疾病的风险影响至关重要, 在临床施治过程中还应介入有效的护理措施帮助患者达到良好预后。预见性运动护理干预属于在血栓发生前采取的前瞻性干预措施, 是除借助药物控制外最主要的预防措施, 用于提高患者产后康复<sup>[3]</sup>。基于此, 本研究围绕妊高症预见性运动护理干预应用表现展开统计, 详情如下。

### 1 资料和方法

#### 1.1 线性资料

选择我院于 2021.03——2022.02 期间临床收诊的妊高症病人共计 60 名作为受试者, 以随机分组法将对象分入常规组 30 名、实验组 30 名, 施以不同护理干预方案。

常规组: 年龄范围 22-41 岁; 孕周范围 32W-39W。

实验组: 年龄范围 23-42 岁; 孕周范围 32W-39W。

资料对比  $P > 0.05$ 。

#### 1.2 方法

常规组: 患者在入院后第一时间由医护人员为其提供常规护理, 随时观察患者的病情变化, 并按照医嘱为其规范用药控制妊高症带来的相关不良反应, 定期检查患者血压值并详细记录, 适当予以情绪安抚, 帮助患者调整体位提高舒适性。协助患者做好产前相关检查, 检测胎心并评估孕妇的个人生产条件。向患者和家属开展全面的母婴健康宣教, 予以正确自我管理健康指导。

实验组: 1. 成立预见性运动护理小组。在科室由护士长、护理人员共同参与, 在患者入院后结合其自身病情状况、生活习惯制定合理、科学的护理方案, 保证患者能够接受全面的护理干预。开展基础健康宣教, 向患者与家属讲解妊高症的发生机制、发展危害、治疗关键, 加强患者对妊高症的正确认知, 确保后续治疗措施能被患者高效接受, 对

护理服务配合积极性改善。2. 心理护理。妊高症的发生可能会影响母婴结局, 对此护理人员应致力于帮助患者营造和谐、安静的治疗环境, 提高在院舒适性。主动和患者建立交流, 及时察觉不良情绪的存在, 分析导致患者产生不良心理的原因, 之后针对性的提出解决问题策略消除问题影响, 给予一定鼓励和支持, 增强康复信心传递正能量。3. 运动护理。指导患者做主动运动, 锻炼开始前指导患者做呼吸锻炼调节气息, 平稳深呼吸十五次, 每次循环三次。首先开始做肌肉收缩活动, 收缩肌肉主要为腓肠肌、股二头肌、股四头肌等。同时, 护理人员应指导患者每次主动活动肌肉收缩 5s, 然后肌肉放松 5s, 收缩放松循环三十次左右作为一组, 每天两组。积极指导其主动做踝关节内翻、外翻活动、屈曲伸展踝关节, 约 20 次, 增加关节的活动活跃性。被动运动下对于意识清醒者护理人员可帮助其完成肩关节屈曲、外展、内旋、外旋活动, 同时帮助其活动患者肘关节、腕关节等, 同样做内外旋、屈伸活动。每次运动时间约十五分钟左右, 按照患者个体情况调整运动频率, 每天一次坚持锻炼。患者的翻身护理约间隔两小时进行一次, 避免压疮风险。

#### 1.3 观察指标

观察两组护理前后负性情绪评分 (HAMA、HAMD)、下肢静脉血流速度和住院时间、妊娠结局、DVT (下肢深静脉血栓) 发生率。

#### 1.4 统计

本次临床试验在 SPSS 23.0 系统中分析, 数据指标则以  $(\bar{x} \pm s)$ 、 $(n, \%)$  表示, 使用 T、 $\chi^2$  检验, 结果表现“差异无统计学意义 ( $P > 0.05$ )”、“差异有统计学意义 ( $P < 0.05$ )”。

### 2 结果

#### 2.1 护理前后负性情绪评分

表 1 中, 护理前两组对比负性情绪评分  $P > 0.05$ 。护理后实验组负性情绪评分更低,  $P < 0.05$ 。

表 1 护理前后负性情绪评分比较表 ( $\bar{x} \pm s$ )

组别	例数	护理前 (分)		护理后 (分)	
		HAMA	HAMD	HAMA	HAMD
常规组	30	19.33±1.46	28.30±0.66	16.39±1.17	20.70±0.75
实验组	30	19.40±1.43	28.40±0.64	8.20±1.13	9.00±0.92
T		0.188	0.596	27.578	53.989
P		>0.05		<0.05	

## 2.2 下肢静脉血流速度和住院时间

常规组: 峰值速度 (29.20±3.16) cm/s、平均血流速度 (24.37±3.01) cm/s; 住院时间 (6.25±1.30) d。实验组: 峰值速度 (38.17±3.66) cm/s、平均血流速度 (35.30±3.15) cm/s; 住院时间 (4.75±1.00) d。可见实验组对象下肢静脉血流速度更高、住院时间更低, 对比差值  $T=10.161$ 、 $13.741$ 、 $5.009$ ,  $P<0.05$ 。

## 2.3 妊娠结局

常规组: 自然分娩 19 例、占比 63.33%。剖宫产 11 例、占比 36.67%。实验组: 自然分娩 28 例、占比 93.33%。剖宫产 2 例、占比 6.67%。可见实验组自然妊娠率更高妊娠结局更优, 对比差值  $\chi^2=7.954$ ,  $P<0.05$ 。

## 2.4 DVT 发生率

常规组: DVT 发生 9 例、发生率 30.00%。实验组: DVT 发生 1 例、发生率 3.33%。可见实验组 DVT 发生率更低, 对比差值  $\chi^2=7.680$ ,  $P<0.05$ 。

## 3 讨论

妊高症是一类能威胁到产妇生命安全的疾病, 发病后不仅产妇存在四肢水肿、头晕眼花等症状, 而且对产妇、胎儿健康均有严重危害性, 而且当产妇血压指数明显升高时若未能得到及时的治疗控制, 会对患者及胎儿健康造成严重影响或诱发产妇产子痫发病。诱使妊高症发生的常见病因包括妊娠期孕妇机体运动量过少因素, 血液循环不畅从而使患者全身小血管流动受阻, 最终导致血压升高表现<sup>[4]</sup>。DVT 是妊高症危害性较大的并发症, 凝血因子的增加诱发病情加重导致下肢深静脉血栓, 有导致不良妊娠结局的风险。现阶段医疗机构为保证母婴良好预后, 通常建议采取预见性护理干预, 避免 DVT 发生。预见性护理运动护理是基于患者病况进行全方位评估与判断, 发现护理服务中可能存在的风险, 谨防并发症的发生。医护人员会实时判断患者个体情况, 建立健康宣教工作普及基础患病知识, 沟通后评估心理状态, 予以有目的性的心理指导增强患者治疗信心, 改善对护理服务的依从性<sup>[5]</sup>。且护理人员会指导患者自主运动、辅助被动运动, 增强下肢的血液循环预防血栓形成, 引导其合理运动从而降低血压水平。预见性运动护理具有针对性, 便于护理人员勤加总结诱使并发症发生因素, 全面评估患者对运动锻炼的适应性, 控制运动定量早期介入, 每项操作指向性更强, 显著发挥了“以人为本”理念, 可以辅助妊高症患者身心健康恢复呈积极影响<sup>[6]</sup>。

结果可见, 护理前, 两组 HAMA、HAMD 评分对比  $P>0.05$ 。护理后, 实验组 HAMA、HAMD 评分、住院时间、DVT 发生率低于常规组; 实验组下肢静脉血流速度高于常规组; 实验组的自然分娩率更高因此妊娠结局更佳,  $P<0.05$ 。

综上所述, 妊高症临床护理中预见性运动护理干预的应用效果理想, 可有效减轻 DVT 并发症影响, 改善妊娠结局, 具有借鉴价值。

## 参考文献

- [1] 韩啸宇, 王方. 预见性运动护理在早发型重度子痫前期剖宫产患者中的应用效果[J]. 中国民康医学, 2021, 33(23): 169-171.
- [2] 张玲, 谢仙萍, 苗华丽. 不同护理干预措施对脑卒中病人下肢深静脉血栓预防效果的网状 Meta 分析[J]. 循证护理, 2021, 7(13): 1720-1726.
- [3] 庞丹丹, 梁园园. 应用预见性护理干预预防脑梗死患者下肢深静脉血栓形成的效果[J]. 中国医药指南, 2021, 19(27): 182-183.
- [4] 毕仁捷, 李梓宁. 分析妊高症临床护理中预见性运动护理干预的应用[J]. 智慧健康, 2020, 5(15): 57-58.
- [5] 雷三菊. 预见性运动护理模式用于妊高症护理中的效果评价[J]. 实用妇科内分泌电子杂志, 2019, 6(30): 132+136.
- [6] 杨春燕. 预见性运动护理在妊高症护理中的应用价值研究[J]. 中国城乡企业卫生, 2019, 34(02): 88-90.
- [7] 段晓萍. 探讨针对性护理措施在产科妊娠合并症患者中的临床应用. 中西医结合心血管病电子杂志, 2018, 6(30): 150.
- [8] 吴瑜瑜, 何瑞君, 许雪. 预见性运动护理在妊娠期高血压疾病患者下肢深静脉血栓预防及护理中的应用. 妇产与遗传 (电子版), 2020, 10(1): 36-40.

收稿日期: 2022 年 7 月 15 日

出刊日期: 2022 年 9 月 2 日

引用本文: 储小梅, 田晶晶, 顾宏梅. 妊高症临床护理中预见性运动护理干预的应用效果观察[J]. 现代护理医学杂志, 2022, 1(4): 13-15

DOI: 10.12208/j.jmm.202200202

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