

体位干预+产后康复护理预防剖宫产后下肢深静脉血栓的研究

刘 靖, 胡晓燕*, 张东平, 梁 莉, 邓建华, 张文雅, 赵 蒙

内蒙古科技大学包头医学院第一附属医院 内蒙古包头

【摘要】目的 分析体位干预+产后康复护理对剖宫产后下肢深静脉血栓的预防效果。**方法** 将我院在 2021 年 3 月到 2022 年 4 月期间收治的 120 例剖宫产产妇按照入院先后顺序分为实验组（体位干预+产后康复护理）与对照组（常规护理）各 60 例，比较两组给予不同干预方案后的凝血功能差异，以及安全性的评价。**结果** 实验组凝血指标改善情况优于对照组，且该组仅有 1 例并发症，相较对照组的 7 例，其总发生率明显低于对照组，呈 $P < 0.05$ ，组间差异有统计学意义。**结论** 体位干预与产后康复护理的联合应用，可促进凝血指标的健康恢复降低并发症发生率，实现预防剖宫产后下肢深静脉血栓的效果。

【关键词】 体位干预；产后康复护理；剖宫产；下肢深静脉血栓

【收稿日期】 2024 年 1 月 15 日 **【出刊日期】** 2024 年 2 月 23 日 **【DOI】** 10.12208/j.jnmn.20240074

A study on the prevention of lower limb deep vein thrombosis after cesarean section through position intervention and postpartum rehabilitation nursing

Jing Liu, Xiaoyan Hu*, Dongping Zhang, Li Liang, Jianhua Deng, Wenya Zhang, Meng Zhao

First Affiliated Hospital of Baotou Medical College, Inner Mongolia University of Science and Technology, Baotou City, Inner Mongolia

【Abstract】 Objective: To analyze the preventive effect of position intervention and postpartum rehabilitation nursing on lower limb deep vein thrombosis after cesarean section. **Method:** According to the order of admission, 120 cases of parturients with cesarean section admitted to our hospital from March 2021 to April 2022 were divided into the experimental group (postural intervention + postpartum rehabilitation nursing) and the comparison group (routine nursing) with 60 cases each. The differences in coagulation function between the two groups after different intervention schemes were compared, as well as the evaluation of safety. **Result:** The improvement of coagulation index in the experimental group was better than that in the comparison group, and there was only 1 complication in this group, compared with 7 cases in the control group, the total incidence was significantly lower than that in the comparison group, $P < 0.05$, and the difference between groups was statistically significant. **Conclusion:** The combination of position intervention and postpartum rehabilitation nursing can promote the healthy recovery of coagulation indicators, reduce the incidence of complications, and achieve the effect of preventing deep vein thrombosis in the lower limbs after cesarean section.

【Keywords】 Positioning intervention; Postpartum rehabilitation nursing; Cesarean section; Lower limb deep vein thrombosis

剖宫产为当前产妇生产方式之一，但术后恢复期间易形成下肢深静脉血栓等并发症症状^[1]，对产妇的健康安全影响较大，易对产妇的重要脏器器官及组织功能形成严重阻碍甚至造成无法修复的伤害，此时将威胁产妇的生命安全。所以于剖宫产术后应予以相应的康复护理措施^[2]，预防并发症的产生促进产妇健康的恢复，常规护理措施虽能够提高术后康复效果，但对下肢

深静脉等并发症的护理效果较低。据既往研究了解到体位干预与产后康复护理的联合使用，能够有效降低下肢深静脉的产生促进产妇健康的恢复^[3]。为进一步了解该护理措施的干预效果，此次研究中将体位干预后康复护理联合使用对剖宫产后下肢深静脉血栓的预防效果进行分析，详细报告如下。

1 资料与方法

*通讯作者：胡晓燕

1.1 一般资料

回顾性收用 2021 年 3 月至 2022 年 4 月区间的 120 例剖宫产产妇,依据入院先后顺序分为实验组与对比组。实验组 60 例,年龄范畴 23-31 岁,平均 (27.51±3.26) 岁,孕 36-42 周,平均 (39.51±1.23) 周。对比组 60 例,年龄范畴 24-32 岁,平均 (28.47±2.36) 岁,孕 35-41 周,平均 (38.57±1.24) 周。无精神异常;无严重心脏疾病;无肝肾功能障碍;无血液系统疾病;无免疫功能疾病;无凝血异常;无内分泌疾病;产妇及家属了解本次研究目的并同意参与研究,已予以研究过程结果知情权;通过伦理委员会批准;一般资料差异 $P>0.05$ 符合研究前提。

1.2 方法

对比组:采取常规护理,术前对产妇实施相应产前检查,产看是否符合剖宫产手术标准并予以积极鼓励语言,对其提出的疑问予以解答,降低心理压力、焦虑紧张感等不良心理的影响,提供剖宫产成功案例提高生产信心,告知相关注意事项提高产妇对相关内容的了解。术中配合产科医生完成剖宫产手术,过程中实时监测产妇的体征状态变化情况,予以相应的应对措施保障母婴的生命安全。术后对产妇的创口恢复情况进行检查,依据恢复情况指导下床慢走活动,防止血栓情况的发生,依据产妇机体电解质水平及营养情况,设计相应的计划为产妇补充机体所需营养。

实验组:实施体位干预联合产后康复护理:(1)体位干预,剖宫产术后当产妇进入病房后,将其体位调整为平卧位头向一侧偏转,过程中对其体征状况进行实时检查,于术后至 6 小时辅助其实施床上下肢被动训练,将足后放置软枕使小腿腾空缩小腓肠肌产生的压迫力,促进血液循环功能。指导家属为产妇于小腿向上实施环形按摩,每十分钟按摩一次,促进下肢血液的循环防止血栓的形成。(2)产后康复护理:积极与产妇进行沟通交流,评估其心理状态水平,对其提出的疑问进行解答并予以言语鼓励,提高产妇的康复信心,讲解相关注意事项告知家属给予产妇家庭关爱提高安全感。按时辅助产妇翻身并进行下肢按摩,缓慢进行下

肢弯曲屈伸活动,从上至下对大小腿进行按摩并逐渐加大力度,过程中询问产妇是否有不适感,对按摩力度进行调整,促进血液的循环降低下肢深静脉的形成。产后应尽早适当活动,剖宫产术后 24 小时即可下床活动,适合的运动比较多,可以选择一些动作幅度小、轻柔的运动,比如散步、快走、太极、凯格尔运动、产妇瑜伽、产妇产操等有氧运动,尽量做上半身运动,少做下半身运动。常见的运动项目如凯格尔运动,可通过伸展骨盆底的肌肉,以增强肌肉的张力,预防盆底肌的松弛以及出现尿失禁的情况。任何锻炼均应从轻量开始,根据自身情况逐渐增加运动量、运动频率、持续时间以及运动强度,循序渐进,不可过急、过快、高强度、长时间的锻炼,以免过度,适得其反。此外,注意,产后不宜进行跳绳、慢跑、球类等跳跃或剧烈的运动,避免此类运动导致盆腔脏器松弛或者下垂,甚至可能造成压力性尿失禁的症状。但具体康复运动的情况还是要根据自身状况选择。同时,依据产妇术后康复情况及机体状态,设计饮食计划,叮嘱其选择清淡饮食,补充蛋白质、维生素等元素,减少钠含量多食物的摄入,忌寒凉、辛辣刺激,补充机体所需营养促进术口的恢复。

1.3 观察指标

(1)记录对比实施干预措施后产妇的凝血指标情况,包括 APTT、FIB、D-D、PT。

(2)对比护理后并发症发生率,包含下肢疼痛、下肢肿胀、肠粘连、下肢深静脉血栓。

1.4 统计学方法

以平均数±标准差代替计量资料,n%代替计数资料,行 t 值 χ^2 值检验, $P<0.05$ 数据差异具有统计学意义,采用 SPSS23.0 版本统计学软件进行数据分析。

2 结果

2.1 凝血指标

实验组凝血指标优于对比组,呈 $P<0.05$,见表 1。

2.2 并发症发生率

实验组并发症发生率低于对比组,呈 $P<0.05$,如表 2。

表 1 凝血指标比较

组别	例数	APTT (s)	FIB (g/L)	D-D (mg/L)	PT (s)
实验组	60	32.24±2.56	2.16±0.12	0.21±0.08	11.05±1.21
对比组	60	39.47±2.48	3.26±0.18	0.35±0.03	11.59±1.32
t	-	15.712	39.386	12.692	2.335
P	-	0.000	0.000	0.000	0.021

注: APTT (活化部分凝血活酶时间正常值 31-43s)、FIB (纤维蛋白原正常值 2-4g/L)、D-D (D-二聚体正常值 0-0.5mg/L)、PT (凝血酶原时间正常值 11-13s)。

表 2 并发症发生率对比 (n, %)

组别	例数	下肢疼痛	下肢肿胀	肠粘连	下肢深静脉血栓	发生率
实验组	60	1 (1.67)	0 (0.00)	0 (0.00)	0 (0.00)	1 (1.67)
对比组	60	3 (5.00)	2 (3.33)	1 (1.67)	1 (1.67)	7 (11.67)
χ^2	-	-	-	-	-	4.821
P	-	-	-	-	-	0.028

3 讨论

因孕激素导致产妇的肥胖等因素于剖宫产手术实施后的恢复过程中^[4], 易促使下肢深静脉并发症的产生, 若未予以相应的干预措施将威胁产妇的生命安全。常规护理干预虽能够促进术后创口的恢复但无法有效预防并发症, 而将体位干预与产后康复护理联合使用^[5], 能够实现对并发症的预防效果。当产妇剖宫产完成后将其送入相应病房, 将产妇体位调整为去枕平卧位后将头转向一侧, 过程中需监测产妇的体征状态。于术后六小时内辅助其于床上实施被动下肢训练后于足后放置软枕^[6], 将小腿腾空从而降低小腓肠肌的压迫影响促进血液的循环, 指导家属于小腿位置逐渐向上进行环形按摩强化血液循环, 十分钟按摩一次。过程中积极与产妇进行沟通交流, 对其心理状态予以评估^[7], 使用温柔的语言予以言语鼓励提高信心, 对提出的疑问予以详细解答, 叮嘱家属给予其家庭关爱提高产妇的安全感。辅助产妇床上翻身协助其实施下肢弯曲屈伸运动, 对大小腿实施按摩过程中对不适感进行询问^[8], 予以力度调整, 进一步促进下肢血液的循环有效预防下肢深静脉的形成。依据术后产妇恢复情况为其设计相应的饮食计划, 告知其选择清淡的饮食补充蛋白质、维生素补充机体所需营养促进术口的恢复。将同意参与此次研究的产妇依据入院顺序分成两组并予以不同护理措施^[9], 比较最终的干预效果。通过以上干预结果了解到, 实验组的凝血指标优于对比组, 术后并发症发生率低于对比组, 呈 $P < 0.05$; 体现了体位干预与产后康复护理联合应用, 能够促进术后凝血指标的恢复降低并发症发生率, 实现最终的下肢深静脉血栓预防效果。

综上所述, 体位干预+产后康复护理对剖宫产后下肢深静脉血栓的预防效果显著, 具有在相关产后护理中推广应用的价值。

参考文献

- [1] 刘玉兰. 产后全面护理预防产妇剖宫产下肢深静脉血栓的有效性观察[J]. 实用妇科内分泌电子杂志, 2021, 8(34): 107-109.
- [2] 林少新. 体位干预联合产后康复按摩在预防剖宫产术后产褥期下肢深静脉血栓形成中的效果分析[J]. 中国实用医药, 2021, 16(24): 193-196.
- [3] 曾春英. 护理干预对孕产妇高危人群下肢深静脉血栓形成的影响研究[J]. 中外医疗, 2021, 40(19): 139-142.
- [4] 李丹妮. 优质护理对预防产妇剖宫产后下肢深静脉血栓的影响[J]. 中国冶金工业医学杂志, 2021, 38(01): 60.
- [5] 余静, 顾彬. 体位干预、产后康复按摩护理联合预防剖宫产术后产褥期下肢深静脉血栓形成的效果观察[J]. 实用妇科内分泌电子杂志, 2020, 7(31): 106+108.
- [6] 邢洁. 优质护理干预对剖宫产后下肢深静脉血栓形成的影响[J]. 中国医药指南, 2020, 18(18): 255-256.
- [7] 马秀春. 产后下肢深静脉血栓(DVT)形成的预防性护理研究进展[J]. 吉林医学, 2020, 41(03): 706-708.
- [8] 梁燕桃. 产后全面护理在预防产妇剖宫产后下肢深静脉血栓中的应用[J]. 齐齐哈尔医学院学报, 2020, 41(04): 509-511.
- [9] 刘国静. 护理干预对预防剖宫产后下肢深静脉血栓的效果观察[J]. 中国医药指南, 2020, 18(01): 221.

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