

情境体验式健康教育对母婴分离初产妇育儿自我效能的影响

徐艳, 傅玉萍, 许佳

南京市大厂医院 江苏南京

【摘要】目的 分析情境体验式健康教育对母婴分离初产妇育儿自我效能的影响。方法 收集2021年3月-12月入住东南大学附属中大医院江北院区产科分娩后的母婴分离初产妇100例为观察对象,随机将其分为试验组与对照组,其中对照组产妇每日接受责任护士的常规宣教,试验组产妇采用情境体验式教学方法,把这两个组产妇和她们的家属对于新生儿的看护与照顾的能力、对于这次护理的满意情况还有产妇在分娩完成1周与1个月后的喂养母乳情况和负面情绪状况进行对比。**结果** 两组产妇及家属新生儿照护能力进行比较,试验组产妇和她们的家属的对于新生儿照顾知识、照顾的能力还有态度的分数都比对照组高些,试验组还有对照组的各个指标的比较差别有点大, ($P < 0.05$);把这两个组产妇和她们的家属对这次的护理干预的满意情况进行对比发现,试验组产妇和她们的家属的总满意度高达百分之九十六,而对照组的满意度为百分之六十八,试验组的满意度要比对照组的高,试验组还有对照组的各个指标的比较差别有点大, ($P < 0.05$);把这两个组产妇在分娩完成1周与1个月后的喂养母乳情况进行对比发现,试验组产妇在分娩完成1周与1个月后的喂养母乳情况都比对照组高,试验组还有对照组的各个指标的比较差别有点大, ($P < 0.05$);把这两个组产妇的负面情绪状况进行对比,试验组产妇负面情绪低于对照组,试验组还有对照组的各个指标的比较差别有点大, ($P < 0.05$);**结论** 情境体验式健康教育能够提高产妇的自我效能,值得推广与应用于临床护理中。

【关键词】情境体验式健康教育; 母婴分离; 初产妇; 自我效能

Influence of situational experiential health education on parenting self-efficacy of primiparous women separated from mother and infant

Yan Xu, Yuping Fu, Jia Xu

Nanjing Dachang Hospital Nanjing, Jiangsu

【Abstract】 Objective To analyze the effect of situational experiential health education on parenting self-efficacy of primiparas separated from mother and infant. **Methods** A total of 100 primiparas who were admitted to the Obstetrics Department of Jiangbei Hospital, Zhongda Hospital Affiliated to Southeast University from March to December 2021 were collected as observation objects and randomly divided into experimental group and control group. The mothers in the experimental group adopted the situational experiential teaching method, and the mothers and their families in the two groups were given the ability to care for and take care of the newborn, their satisfaction with this nursing, and the mothers in childbirth. Breastfeeding and negative emotional status were compared between 1 week and 1 month after completion. **Results** Comparing the neonatal care ability of the mothers and their families in the two groups, the scores of the mothers and their families in the experimental group were higher than those in the control group on the knowledge, ability and attitude of neonatal care. There is a big difference in the comparison of indicators ($P < 0.05$). Comparing the satisfaction of the two groups of puerperae and their family members with this nursing intervention, it is found that the total satisfaction of the puerperium and their family members in the experimental group is as high as 100%. The satisfaction of the control group was 68%, the satisfaction of the experimental group was higher than that of the control group, and the comparison of each index between the experimental group and the control group was slightly different ($P < 0.05$).); comparing the breastfeeding conditions of the two groups at 1 week and 1 month after delivery, it was found that the breastfeeding conditions of the experimental group at 1 week and 1 month after delivery were higher than those

in the control group. The comparison of various indicators between the group and the control group was slightly different ($P < 0.05$). Comparing the negative emotions of the puerperae in the two groups, the negative emotions of the puerperae in the experimental group were lower than those in the control group, and the negative emotions of the puerperae in the experimental group and the control group were significantly different ($P < 0.05$). The comparison of each index is slightly different ($P < 0.05$); **Conclusion** Contextual experiential health education can improve the self-efficacy of puerperae, and it is worthy of promotion and application in clinical nursing.

【Keywords】 Contextual experiential health education; Mother-infant separation; Primipara; Self-efficacy

国外从1980年代开始就对育儿的自我功效进行了研究,临床上初产妇由于刚刚经历了妊娠、生育等巨大变化,而产后要适应母亲的角色、承担育儿任务,对没有育儿经验的初产妇来说是很大的冲击^[1]。母婴分离是指婴儿和母亲在一定条件下不能在同一空间生活一定时间的负面生活事件,会对初产妇精神与心理造成不良作用。会对初产妇造成自我效能影响的原因分为心理因素、生理状况、年龄和教育程度、护理介入^[2]。有研究报告显示,通过情境体验式健康教育的护理介入,可以明显提高产妇在育儿中的自效^[3]。本次研究为了分析情境体验式健康教育对母婴分离初产妇育儿自我效能的影响,具体报告如下。

1 资料及方法

1.1 一般资料

本次研究收集2021年3月-12月入住东南大学附属中大医院江北院区产科分娩后的母婴分离初产妇100例为观察对象,入选标准:①产妇既往无精神心理障碍;②年龄19~36岁,文化程度:高中及以上;③孕周为34~42周,新生儿出生1min Apgar评分 >7 分,转NICU康复出院;④无产后合并症及医疗纠纷;⑤全部的产妇自愿到医院来治疗的,他们的家人也都知道这次的研究,还和医院签了协议。排除标准:①产妇中途不愿继续接受情景体验式健康教育;②患儿预后差或死亡。根据全部的病人在到医院来的顺序分成两个组,其中试验组病人有五十名,病患年纪最小的岁数是十九岁,年纪最大的岁数是三十岁,计算出来的平均年纪是 (32 ± 5.34) 岁,对照组病人有五十名,病患年纪最小的岁数是十九岁,年纪最大的岁数是三十岁,计算出来的平均年纪是 (33 ± 0.31) 岁。两个组全部的病人相互之间的各种资料总体差异都不是特别大,可以用来统计研究($P > 0.05$)。

1.2 方法

(1) 对照组

对照组产妇每日接受责任护士的常规宣教,采用理论讲解、宣传画册等多种形式将母乳喂养知识、育

儿护理知识传授给产妇及家属,每天两次,每次二十分钟。

(2) 试验组

试验组产妇采用情境体验式教学方法,主要为对照组基础上加上情境体验,①产前健康教育,专业素养护理人员及助产师主要根据理论说明进行授课,回答初产妇的问题,每周实施一次。主要内容包括:与怀孕和生产有关的准备和护理,积极引导初产妇的工作强度、心理调整、日常生活、运动、减肥和骨盆底运动。b:分娩过程:详细说明具体的生孩子过程和孕妇的生孩子心理调整方法。C:产后康复训练:告知产后康复按摩、心理健康、胸部健康管理、身体的形态恢复、产后骨盆底部肌肉恢复和其他健康知识。②心理评估,评估孕妇分娩前的心理状态,筛选有心理不稳定的孕妇,帮助孕妇解决问题,培养自我调节能力,以心理学家的心理介入为目标。床位医生和护士为了和怀孕的女性沟通,每天安排30分钟,及时了解他们的心理变化,并给予建议。③产妇护理,将母婴分离产妇转入单间病房或非母子同室病房,避免同室新生儿的哭声和哺乳声刺激产妇,减少不良刺激。安排沟通能力强的资深护理人员作为母婴分离产妇的责任护士,及时沟通新生儿生病的原因和母子分离治疗的必要性。④育儿护理,教导产妇学习新生儿换衣、换尿布的方法,鼓励产妇亲身体验,及时指出有问题,提出修正的方法;教导产妇学会黄疸观察、脐带护理、呃逆、鼻塞及痰音处理技能,乳具的清洁、消毒方法及消毒用品的选择。告诉产妇新生儿淋浴用品的选择、淋浴的顺序和注意事项,学习新生儿抚触。⑤情境模拟课堂,开展日常生活状况模拟教学,借用孕妇服、假乳房、假妊娠腹、假婴儿等工具,让产妇家人体验孕妇日常生活的感觉,例如系鞋带、哺乳等活动,应用假婴儿的模范正确的母乳喂养知识、抱婴儿的姿势等让产妇充分理解母乳喂养对新生儿成长发育的重要意义。母乳喂养的方法(哺乳姿势、喂奶时间及次数、新生儿正确的吸吮方法的重点)、催乳方法(挤奶方

法及合理的饮食)、乳头护理方法等。由妇科专业护士进行喂养方法和乳头护理方法的规范示范,再由产妇产来模拟操作,保证其能掌握要点。⑥乳房护理,产后第一天开始用按摩等方法挤乳汁,每天8次以上,每次15~20min,把挤好的乳汁收集到消毒容器里,放入冰箱冷藏保存,送到NICU。同时指导产妇乳房按摩的护理方法,注意不使用乙醇之类擦拭,以免引起皮肤干燥的裂痕影响哺乳。

1.3 观察指标

①将两组产妇及家属新生儿照护能力进行比较,通过新生儿照护能力评价指标量表评估产妇及家属新生儿照护能力,主要分为照护知识、照护技能与照护态度3方面,分值越高表示照护能力越高。②将两组产妇及家属的护理满意度进行比较,用医院自制的测评表,满分一共是一百分,八十分以上表示满意,分数在六十分到七十九分之间是一般满意,分数在五十九分以上的是不满意,最后把病人的总的满意程度计算出来。③将两组产妇产后1周与产后1个月的母乳喂养率进行比较,通过电话随访产妇1个月内的纯母乳喂养情况,将随访结果进行整理统计。④将两组产妇产后抑郁情况进行比较,采用测评系统中的爱丁堡产后抑郁量表评估产后抑郁情况,爱丁堡产后抑郁量表总分为30分,分数越高表示患者抑郁情况越严重。

1.4 统计学方法

用SPSS 20.0软件对所统计的研究数据进行处理和分析,计量资料用均数±标准差($\bar{x} \pm s$)表达,采用t检验,计数资料用率(%)表达,采用 χ^2 检验。如果 $P < 0.05$,则说明差异有统计学意义。

2 结果

2.1 两组产妇及家属新生儿照护能力比较

将两组产妇及家属新生儿照护能力进行比较,通过新生儿照护能力评价指标量表评估产妇及家属新生儿照护能力,试验组产妇及家属的照护知识、照护技能与照护态度评分分别为(92.36±10.54)分、(91.45±11.32)分、(93.14±10.56)分,对照组产妇及家属的照护知识、照护技能与照护态度评分分别为(75.67±12.34)分、(79.83±11.35)分、(83.64±12.31)分,试验组产妇和她们的家属对于新生儿照顾知识、照顾的能力还有态度的分数都比对照组高些,试验组还有对照组的各个指标的比较差别有点大, $(P < 0.05)$ 。

2.2 两组产妇及家属护理满意度比较

把这两个组产妇和她们的家属对这次的护理干预的满意情况进行对比发现,试验组产妇和她们的家属

满意度为72.0%(36),一般满意度为24.0%(12),不满意度为4.0%(2),总满意度为96.0%(48),对照组产妇及家属的满意度为26.0%(13),一般满意度为42.0%(21),不满意度为32.0%(16),总满意度为68.0%(34),试验组的满意度要比对照组的高,试验组还有对照组的各个指标的比较差别有点大, $(P < 0.05)$ 。

2.3 两组产妇母乳喂养率比较

把这两个组产妇在分娩完成1周与1个月后的母乳喂养情况进行对比,随访时间内可以通过电话进行联系,结果发现,试验组产妇在分娩完成1周与1个月后的母乳喂养情况是98.0%(49)、90.0%(45),对照组产妇产后1周与产后1个月的母乳喂养率分别为46.0%(23)、40.0%(20),试验组产妇在分娩完成1周与1个月后的母乳喂养情况都比对照组高,试验组还有对照组的各个指标的比较差别有点大, $(P < 0.05)$ 。

2.4 两组产妇产后抑郁情况比较

将两组产妇产后抑郁情况进行比较,采用测评系统中的爱丁堡产后抑郁量表评估产后抑郁情况,试验组的爱丁堡产后抑郁量表评分为(8.63±1.93)分,对照组的爱丁堡产后抑郁量表评分为(10.56±1.56)分,试验组产妇负面情绪低于对照组,试验组还有对照组的各个指标的比较差别有点大, $(P < 0.05)$ 。

3 讨论

母乳是最适合幼儿的自然安全的食物,母乳中富含维生素、矿物质、乳糖、高质量蛋白质,同时在喂养过程中可以培养母子之间感情^[4-5]。但是,因为大部分初产妇都不了解生产过程,所以生产过程中存在很重的心理负担,生产性的痛苦,不仅仅是通常的生理反应,也会受到周围环境的刺激、不安、恐怖等消极情绪的影响,有很深的主观经验,导致产妇自我效能直接影响到母乳喂养^[6]。自我效能属于主要观点的判断,意味着人们对自己是否能自信地行动进行评价。根据班德拉的自我效能学说,自我效能的形成和发展来自四大信息源:生理、情感状态、口头说服、直接经验和替代经验。因此,提高自我效能的关键在于强化或除去上述四个信息源。研究表明,产妇抑郁与自我能力呈负相关。一般来说,随着抑郁症的缓解,自我效能感会提高^[7]。

孕妇的心理准备得更充分,就会有更积极的分娩情绪,也会更好地完成母乳喂养行为,情境体验式健康教育一方面,可以直接、间接地获得各种场面的演

示和现场指导。另一方面, 为了提高初产妇的自我效能感, 可以提高初产妇的意识和心理调整能力, 提高心理地位。情境体验式健康教育弥补了常规健康教育形式单一枯燥的不足, 可以提高初产妇的分娩认知和分娩体验, 有利于消除因缺乏分娩认知和分娩体验而产生的恐惧^[8-9]。在改善传统的护理模式的基础上, 制定个性化的孕妇护理计划, 可以让孕妇完全理解分娩后的注意事项, 改善孕妇产后健康的注意事项从全面、全面的观点可以提供相关的心理护理和产后知识指导。然后, 促进新生儿健康成长^[10]。本次研究报告中, 试验组产妇经过情境体验式健康教育护理后, 与对照组产地常规护理效果相比, 试验组产妇和她们的家属的对于新生儿照顾知识、照顾的能力还有态度的分数都比对照组高些; 把这两个组产妇和她们的家属对这次的护理干预的满意情况进行对比发现, 试验组产妇和她们的家属的总满意度高达百分之九十六, 而对照组的满意度为百分之六十八, 试验组的满意度要比对照组的高; 将两组产妇产后 1 周与产后 1 个月的母乳喂养率进行比较, 试验组产妇产后 1 周与产后 1 个月的母乳喂养率均高于对照组; 试验组的爱丁堡产后抑郁量表评分为 (8.63±1.93) 分, 对照组的爱丁堡产后抑郁量表评分为 (10.56±1.56) 分, 试验组产妇的与爱丁堡产后抑郁量表分值均于对照组, 试验组还有对照组的各个指标的比较差别有点大, (P<0.05), 均说明情境体验式健康教育对母婴分离初产妇育儿自我效能具有积极影响, 有重要应用价值。

综上所述, 采用情境体验式健康教育对母婴分离初产妇能减少产妇及家属的焦虑具有良好的社会效益、经济效益, 值得推广与应用于临床护理中。

参考文献

- [1] 何寅钊. 探讨早期护理干预对母婴分离产妇心理状况以及母乳喂养的作用和影响[J]. 人人健康, 2020, 515(06):141-142.
- [2] 冯文兰. 母婴分离早产母乳喂养产妇自我效能影响因素调查[J]. 护理实践与研究, 2020, 17(22):3.

- [3] 丁蕾, 贺静, 魏卫红, 等. 无缝隙护理管理模式对母婴分离产妇母乳喂养及亲职压力的影响[J]. 中外女性健康研究, 2021(17):2.
- [4] 徐莲. 优质护理对母婴分离产妇产后抑郁症的影响[J]. 养生保健指南, 2020, 01(52): 219-220
- [5] 孟庆玲, 刘静, 石丹丹, 等. 以多媒体为载体的健康教育模式对初产妇母乳喂养自我效能的影响[J]. 中国保健营养, 2020, 30(35): 148.
- [6] 王娅, 王迎春, 杨伶俐, 等. 以多媒体为载体的健康教育模式对初产妇母乳喂养自我效能的影响[J]. 饮食保健, 2020, 7(29): 5-6.
- [7] 骆淑华, 王桂英. 以家庭为中心延续性健康教育对特异性皮炎孕妇自我效能的影响[J]. 循证护理, 2019, 5(9):3.
- [8] 单洁. 行为分阶段转变理念临床干预对初产妇自我效能感和育儿胜任感及满意度的影响[J]. 我和宝贝, 2021, 11(11):3.
- [9] 吴希静, 章强凤, 黄义, 等. 健康教育对老年子宫脱垂术后患者自我效能、生活质量及负性情绪的影响[J]. 老年医学与保健, 2022, 28(01): 178-182.
- [10] 毛丽华, 陈卫忠, 李晶, 等. 自我效能健康教育对子宫肌瘤手术患者自我效能及婚姻状况的影响[J]. 基层医学论坛, 2022, 26(3):3.

收稿日期: 2022年5月26日

出刊日期: 2022年7月13日

引用本文: 徐艳, 傅玉萍, 许佳, 情境体验式健康教育对母婴分离初产妇育儿自我效能的影响[J]. 当代护理, 2022, 3(5): 60-63

DOI: 10.12208/j.cn.20220186

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