

# 以家庭为中心的产后护理对产妇生活质量及产后抑郁发生情况的影响

朱琳, 张颖莉\*

(西安市第四医院, 陕西 西安, 710004)

**摘要:**目的 分析以家庭为中心的产后护理对产妇生活质量及产后抑郁发生情况的影响。方法 选取我院 2018 年 2 月至 2020 年 2 月接收的 110 例产妇作为研究对象,按照随机数字表法将其分为对照组(55 例,常规产后护理)和观察组(55 例,家庭为中心的产后护理)。比较两组的护理效果。结果 观察组的 CSQ-8 和 GWBS 评分均显著高于对照组( $P<0.05$ )。护理后,两组各项 GQOL-I274 评分均升高,BDI 和 EPDS 评分均降低,且观察组优于对照组( $P<0.05$ )。观察组的母亲角色适应良好率显著高于对照组( $P<0.05$ )。结论 以家庭为中心的产后护理能够有效提高产妇的幸福感和对母亲角色的适应能力及护理满意度,减少产后抑郁的发生,改善产妇生活质量水平,值得临床应用。

**关键词:**以家庭为中心的产后护理;生活质量;产后抑郁

中图分类号: R473

文献标志码: A

文章编号: 2096-1413(2020)32-0187-03

## Effect of family-centered postpartum nursing on quality of life and the occurrence of postpartum depression of parturients

ZHU Lin, ZHANG Yingli\*

(Xi'an Fourth Hospital, Xi'an 710004, China)

**ABSTRACT:** *Objective* To analyze the effect of family-centered postpartum nursing on quality of life and the occurrence of postpartum depression of parturients. *Methods* A total of 110 parturients enrolled in our hospital from February 2018 to February 2020 were selected as the research objects, and the parturients were divided into control group (55 cases, routine postpartum nursing) and observation group (55 cases, family-centered postpartum nursing) according to the random number table method. The nursing effects of the two groups were compared. *Results* The CSQ-8 and GWBS scores of the observation group were significantly higher than those in the control group ( $P<0.05$ ). After nursing, the GQOL-I274 scores of the two groups increased, BDI and EPDS scores decreased, and those in the observation group were better than the control group ( $P<0.05$ ). The good rate of mother role adaptation in the observation group was significantly higher than that in the control group ( $P<0.05$ ). *Conclusion* Family-centered postpartum nursing can effectively improve maternal well-being, adaptability to the role of mother and nursing satisfaction, reduce the occurrence of postpartum depression, and improve maternal quality of life, which is worthy of clinical promotion and application.

**KEYWORDS:** family-centered postpartum nursing; quality of life; postpartum depression

产后抑郁是指产妇在生产后因多种情况影响导致心理消极出现抑郁症状,该症状不仅影响母婴健康,而且对产妇家庭带来诸多消极影响,因此,生产后产妇心理调节与生理健康恢复同等重要<sup>[1]</sup>。常规的产后护理注重产妇身体症状而忽视产妇心理状态,已不能满足临床需求,为了提高产妇生理心理整体健康状况,以家庭为中心的产后护理逐渐应用于产妇的临床护理中。以家庭为中心的产后护理是为产妇及其家庭提供监护的一种新型护理,其重视家庭成员的支持、参与,强调家庭凝聚力,能够有效维护母婴身心健康和安全<sup>[2]</sup>。相关临床研究表明,以家庭为中心的产后护理可改善产妇情绪和提高母乳喂养率,降低产妇及新生儿并发症发生率<sup>[3]</sup>。基于此,本研究将以家庭为中心的产后护理应用于我院接收的产妇中,分析以家庭为中心的产后护理对产妇生活质量及产后抑郁的影响,现报道如下。

### 1 资料与方法

#### 1.1 一般资料

选取我院 2018 年 2 月至 2020 年 2 月接收的 110 例产妇作为研究对象,按照随机数字表法将其分为对照组和观察组,每组 55 例。对照组中,初产妇 30 例,经产妇 25 例;年龄 22~38 岁,平均年龄(30.29±8.71)岁;孕周 37~40 周,平均孕周(38.35±1.12)周;分娩方式:顺产 37 例,剖宫产 18 例。观察组中,初产妇 31 例,经产妇 24 例;年龄 23~38 岁,平均年龄(30.34±8.65)岁;孕周 38~40 周,平均孕周(38.52±1.08)周;分娩方式:顺产 35 例,剖宫产 20 例。两组产妇的一般资料比较,差异无统计学意义( $P>0.05$ ),存在可比性。产妇及其家属均知情同意本研究并自愿参与,本研究经医院医学伦理委员会批准同意。

纳入标准:①适龄产妇,单胎足月生产;②产后生命体

DOI: 10.19347/j.cnki.2096-1413.202032070

作者简介:朱琳(1976-),女,汉族,陕西西安人,主管护师,学士。研究方向:产科护理。

\* 通讯作者:张颖莉, E-mail: 1350717625@qq.com.

征稳定、意识清楚;③无交流障碍、可自主配合治疗。

排除标准:①产后母婴出现严重并发症;②妊娠期合并有严重并发症;③有严重基础性疾病;④精神性、心理性疾病;⑤配合度及依从性差。

## 1.2 方法

对照组产妇实施常规产后护理,主要包括常规剖宫产护理、产后饮食指导、产后会阴护理及乳房清洁等内容。

观察组产妇实施以家庭为中心的产后护理,具体如下。①健康宣教。护理人员进行以产妇家属为主体的健康宣教,向家属宣讲产后抑郁发生的相关知识,让产妇家属树立正确的护理观念和意识,对产妇家庭情况进行评估,针对性的制定家属参与的产后护理措施。②病房环境家庭化。产后为产妇安排母婴同室病房,护理人员与家属共同参与病房布置,尽可能将病房陈设布置趋于家庭化,摆放生命力顽强的花草、装饰品、书籍等,使产妇有归属感和安全感;同时,考虑产妇产后身体虚弱和新生儿休息情况,保持病房安静,每天定期进行清洁,确保病房舒适整洁。③心理护理。产妇出院后,家庭成员及时关心、鼓励产妇,安抚产妇情绪,尤其是丈夫,避免给产妇造成家人关心新生儿却忽略自己的感觉;家属在陪护过程中多与产妇交流,倾听产妇诉求,通过家庭式休闲沟通方法为产妇减压,关注产妇情绪,发现产妇出现抑郁、焦虑情绪时,及时反馈给护理人员,找寻产妇心理消极的原因,针对性地给予产妇心理疏导;护理人员向产妇和家属讲解新生儿护理相关知识,鼓励配偶与产妇共同参与新生儿护理,帮助产妇转移注意力,尽快适应母亲角色,激发产妇母爱,有利于调整产妇心情。④新生儿照护指导。护理人员向产妇详细介绍母乳喂养知识及优势,让产妇了解母乳喂养对自身身体恢复及新生儿生长发育的重要性,提高产妇母乳喂养的信心。指导产妇进行自我乳房护理,并学习正确的母乳喂养方式,尤其是剖宫产产妇,指导产妇采取正确体位,避免引起伤口疼痛;为产妇演示抚触、穿衣服、换尿布、洗浴等新生儿照护操作,并指导产妇及其配偶亲自动手照顾新生儿,增加亲子关系。⑤日常陪护护理。家属多询问产妇关于饮食的要求,在清淡饮食的前提下尽可能根据产妇需求准备合产妇心意的食物,确保产妇获得充足营养补充。指导家属为产妇按摩腿部和足部,促进血液循环,在产妇身体允许的情况下陪伴产妇在病房进行适当走动,促进产后恢复。产后 2 h 内注意观察产妇宫缩、阴道出血等情况,指导家属对顺产产妇进行子宫按摩,对剖宫产产妇注意切口护理。

两组产妇接受护理 1 个月后进行护理效果评估。

## 1.3 观察指标及评价标准

(1) 比较两组产妇的护理满意度及幸福感。采用顾客满意度量表(CSQ-8)评估产妇的护理满意度,该量表包括 8 个条目,各条目均按 1~4 分计分,总分 8~32 分,得分越高,表示满意度越高<sup>[9]</sup>。采用中国版总体幸福感量表(GWBS)评估产后产妇幸福感,主要包括对生活的满足和兴趣、对健康的担心、精力、忧郁或愉快的心境、对情感和行为的控制、松弛和紧张等内容,满分 120 分,得分越高,表明幸福

感越强<sup>[9]</sup>。

(2) 比较两组产妇护理前、后的生活质量。采用生活质量综合评定问卷(GQOL-I274),从生理功能、心理功能、精神健康及社会功能等维度评估产妇接受护理前后的生活质量,该量表每项按 5 级评分,各维度评分为 0~100 分,分数越高,表示生活质量越好<sup>[9]</sup>。

(3) 比较两组产妇护理前、后的心理状态。采用贝克抑郁问卷(BDI)和爱丁堡产后抑郁量表(EPDS)综合评估产妇的心理状态。BDI 量表共 21 个条目,采用 4 级评分(0~3 分),共 63 分,其中,得分 $\leq 9$ 分为正常,10~16 分为轻度抑郁,17~29 分为中度抑郁, $\geq 30$ 分为重度抑郁,评分越高,表示抑郁越严重<sup>[7]</sup>。EPDS 量表共 10 个条目,采用 4 级评分(0~3 分),评分范围为 0~30 分,得分 $< 9$ 分为无抑郁,9~13 分为轻度抑郁, $> 13$ 分为抑郁,评分越高,表示抑郁越严重<sup>[8]</sup>。

(4) 比较两组产妇的母亲角色适应能力。采用吴婉华等<sup>[9]</sup>的研究的母亲角色适应调查问卷评估产妇对母亲角色的适应能力,包括对新生儿的日常照顾能力、信念,新生儿给产妇造成的影响及带来的幸福感等内容共 16 个条目,总分 80 分,其中 64~80 分为适应良好,48~63 分为适应中等, $\leq 47$ 分为适应较差。适应良好率=(适应良好例数+适应中等例数)/总例数 $\times 100\%$ 。

## 1.4 统计学方法

采用 SPSS25.0 统计学软件处理数据,计数资料用  $n/\%$  表示,用  $\chi^2$  检验,计量资料用  $\bar{x} \pm s$  表示,用  $t$  检验,以  $P < 0.05$  表示差异具有统计学意义。

## 2 结果

### 2.1 两组产妇的 CSQ-8 和 GWBS 评分比较

观察组的 CSQ-8 和 GWBS 评分均显著高于对照组( $P < 0.05$ ,表 1)。

表 1 两组产妇的 CSQ-8 和 GWBS 评分比较( $\bar{x} \pm s$ ,分)

组别	例数	CSQ-8 评分	GWBS 评分
对照组	55	24.39 $\pm$ 2.81	87.65 $\pm$ 8.47
观察组	55	28.53 $\pm$ 3.27	104.28 $\pm$ 10.64
$t$	—	7.12	9.06
$P$	—	0.00	0.00

### 2.2 两组产妇护理前、后的 GQOL-I274 评分比较

护理前,两组的各项 GQOL-I274 评分比较,差异无统计学意义( $P > 0.05$ );护理后,两组的各项 GQOL-I274 评分均升高,且观察组显著高于对照组( $P < 0.05$ )。见表 2。

### 2.3 两组产妇护理前、后的 BDI 和 EPDS 评分比较

护理前,两组的 BDI 和 EPDS 评分比较,差异无统计学意义( $P > 0.05$ );护理后,两组的 BDI 和 EPDS 评分均降低,且观察组显著低于对照组( $P < 0.05$ )。见表 3。

### 2.4 两组产妇的母亲角色适应能力比较

观察组产妇的母亲角色适应良好率显著高于对照组( $P < 0.05$ ,表 4)。

表 2 两组产妇护理前、后的 GQOL-I274 评分比较( $\bar{x}\pm s$ ,分)

组别	例数	生理功能		心理功能		精神健康		社会功能	
		护理前	护理后	护理前	护理后	护理前	护理后	护理前	护理后
对照组	55	61.24±6.21	78.29±7.92*	59.66±6.15	73.14±7.51*	62.59±6.25	80.14±8.50*	65.71±6.55	82.13±8.41*
观察组	55	60.86±6.19	89.31±9.10*	59.54±6.27	79.34±8.68*	63.54±6.27	91.34±9.68*	65.38±6.74	93.35±9.69*
<i>t</i>	—	0.32	6.77	0.10	4.00	0.79	6.44	0.26	6.48
<i>P</i>	—	0.74	0.00	0.91	0.00	0.42	0.00	0.79	0.00

注:与同组护理前比较,\* $P<0.05$ 。

表 3 两组产妇护理前、后的 BDI 和 EPDS 评分比较( $\bar{x}\pm s$ ,分)

组别	例数	BDI 评分		EPDS 评分	
		护理前	护理后	护理前	护理后
对照组	55	26.79±2.67	13.68±1.75*	18.58±2.39	11.43±1.14*
观察组	55	27.08±2.81	9.26±1.02*	19.14±2.28	8.79±0.95*
<i>t</i>	—	0.55	16.18	1.25	13.19
<i>P</i>	—	0.57	0.00	0.20	0.00

注:与同组护理前比较,\* $P<0.05$ 。

表 4 两组产妇的母亲角色适应能力比较(n/%)

组别	例数	适应良好	适应中等	适应较差	适应良好率
对照组	55	21/38.18	27/49.09	7/12.73	87.27
观察组	55	35/63.64	19/34.55	1/1.82	98.18
$\chi^2$	—	—	—	—	4.85
<i>P</i>	—	—	—	—	<0.05

3 讨论

女性在妊娠至分娩的过程中经历了心理、生理双重改变,部分产妇由于无法适应家庭地位、社会角色等的变化,心理容易产生紧张、焦虑等情绪,严重者会产生抑郁症状,严重影响产妇产后恢复、新生儿生长发育及家庭关系,为家庭及社会带来极大负担,因此,在产妇产后恢复过程中,进行适当的心理行为干预及护理措施是极为重要的<sup>[9]</sup>。以家庭为中心的产后护理是一种提倡家属陪护、支持病房家庭化的护理模式,该护理模式的应用为产妇产后恢复提供了良好的家庭化环境,能够有效满足产妇心理需求,在临床上受到广泛认可<sup>[10]</sup>。

本研究结果显示,观察组的 CSQ-8 和 GWBS 评分均显著高于对照组( $P<0.05$ );护理后,两组的各项 GQOL-I274 评分均升高,BDI 和 EPDS 评分均降低,且观察组优于对照组( $P<0.05$ );观察组的母亲角色适应良好率显著高于对照组( $P<0.05$ ),说明以家庭为中心的产后护理能够有效改善产妇心理状态,提供产妇生活质量和幸福感。本研究以家庭为中心的产后护理中,护理人员进行以产妇家属为主体的健康宣教,通过向家属宣讲产后抑郁相关知识提高了家属对产妇心理关注的重视度,通过将病房环境家庭化,极大程度上促使产妇有归属感和安全感,改善了产妇心理的不确定性;陪护过程中,护理人员指导家属尤其是配偶多与产妇交流,倾听产妇诉求,采用家庭式休闲沟通方法让产妇减轻心理压力,家属与护理人员配合找寻产妇

心理消极的原因,针对性地给予产妇心理疏导,有效改善了产妇的消极情绪,减少了产妇抑郁发生的可能性;护理人员指导产妇掌握正确的母乳喂养方式,鼓励产妇与配偶共同学习、参与新生儿护理,有助于产妇尽快适应母亲角色,激发产妇母爱,能够提高产妇幸福感;日常陪护护理中,家属在清淡饮食的前提下尽可能满足产妇关于饮食的需求,确保产妇获得充足营养补充的基础上可促使产妇心情愉悦,此外,家属为产妇按摩腿部和足部,陪伴产妇在病房进行适当走动及其子宫按摩等措施均有利于减少并发症发生率、提高产妇生活质量<sup>[12-13]</sup>,进而加快产妇生理健康及心理情绪的恢复改善,从整体上提高了产妇幸福感和护理满意度,有利于良好护患关系的建立。

综上所述,以家庭为中心的产后护理能够有效提高产妇的幸福感、产妇对母亲角色的适应能力及护理满意度,减少产后抑郁的发生,改善产妇生活质量水平,值得临床推广应用。

参考文献:

[1] 陈宝珠,梁凤英,林红.以家庭为中心进行产科优质护理对产妇产后抑郁的影响[J].临床合理用药杂志,2019,12(35):161-163.

[2] 方晓菊,黄华.家庭式病房护理联合心理护理在产后抑郁患者中的应用[J].当代护士(下旬刊),2020,27(4):110-111.

[3] 项佳华.以家庭为中心的护理模式在初产妇产后抑郁患者中的应用[J].中华现代护理杂志,2019,25(16):2072-2075.

[4] 钟玲燕.基于 CSQ-8 的项目服务对象满意度评估工具的设计[D].福州:福建师范大学,2016.

[5] 寻庆岚.初产妇情绪障碍对幸福感的影响研究[J].中国医药指南,2013,11(24):424-426.

[6] 董洁.协同护理管理理念对产后抑郁及生活质量的改善分析[J].实用临床护理学电子杂志,2019,4(35):1.5.

[7] 李琰,白春杰,陈丽霞.临床失眠患者应对方式与焦虑、抑郁的相关性[J].中国临床研究,2020,33(1):102-105.

[8] 毋小茜.爱丁堡产后抑郁量表在产后抑郁筛查中的应用[J].国际精神病学杂志,2020,47(2):343-346,354.

[9] 吴婉华,陆红.初产妇产褥期母亲角色适应状况调查研究[J].护理研究,2009,23(7):596-598.

[10] 任婷,陈洁,王循红,等.以家庭为中心的产科优质护理对产后抑郁的影响[J].中华全科医学,2015,13(3):479-481.

[11] 倪秀红.家庭为中心的护理理念对产妇康复、抑郁及自我效能感的影响[J].中国疗养医学,2015(11):1231-1232.

[12] 李秀枝.以家庭为中心的产科优质护理对产后抑郁的影响[J].临床合理用药杂志,2019,12(16):154,156.

[13] 李娜,张瑞,陈俊美.以家庭为中心的一体化护理对阴道分娩产妇产程及负性情绪的影响分析[J].医学理论与实践,2019,32(10):1601-1603.