

- [7] 李 帆, 许宜珍, 杜健华, 等. 头高 15° 倾斜位对肥胖患者全麻苏醒期呼吸功能的影响 [J]. 临床麻醉学杂志, 2017, 15(11): 28-31.
- [8] 崔学军, 李秀芬, 闫 蓓. 不同体位对腹腔镜手术患者呼吸循环功能及术后不适症状发生的影响 [J]. 中华现代护理杂志, 2017, 18(28): 284-285.
- [9] 李凤兰, 朱 萍, 谢海辉. 腹腔镜手术方式和体位对老年病人呼吸循环的影响及护理 [J]. 护理研究: 下旬版, 2017, 5(1): 315-317.

- [10] 李继周, 高燕云, 韩明霞, 等. 不同角度头低脚高位对腹腔镜下全子宫切除术患者的影响 [J]. 中国实用医刊, 2016, 15(24): 3-5.

[收稿日期: 2019-11-25 编校: 陈 伟/郑英善]

心理护理在自然分娩产妇产后抑郁中的作用

张秋芬 (广东省信宜市人民医院 广东 信宜 525300)

[摘 要] 目的: 探讨心理护理在自然分娩产妇产后抑郁中的应用价值。方法: 选择 80 例自然分娩产妇为研究对象, 按照随机数表法分为对照组 40 例(给予日常护理); 观察组 40 例(给予心理护理)。对比两组的产后抑郁、产后功能恢复情况。结果: 两组产妇 EPDS 评分对比, 差异有统计学意义($P < 0.05$)。观察组产妇产后功能恢复情况, 明显优于对照组, 差异有统计学意义($P < 0.05$)。结论: 通过对自然分娩产妇产后实施心理护理, 能够最大程度改善其心理状态, 加快其产后功能的恢复速度, 改善预后, 临床应用价值较高。

[关键词] 心理护理; 自然分娩; 产妇; 产后抑郁; 心理状态

作为产后最常见的精神科疾病, 产后抑郁通常是由于女性在分娩后产生的悲观情绪, 导致其生理、心理等发生了一系列的变化, 不但会对产妇的身体健康造成影响, 同时还会严重危害母婴关系, 从而影响婴幼儿的行为、智力以及认知能力^[1]。据崔月昕等研究表明, 在自然分娩产妇产后抑郁中应用心理护理, 可有效改善其心理状态, 具有较好的效果^[2]。为更好的表述心理护理的应用效果, 本文以我院 80 例自然分娩产妇为研究对象, 现报告如下。

1 资料与方法

1.1 一般资料: 选择我院 2017 年 6 月~2019 年 6 月 80 例自然分娩产妇为研究对象, 按照随机数表法分为两组, 各 40 例。对照组年龄 23~39 岁, 平均(31.5 ± 3.2) 岁, 孕周 37~40 周, 平均(38.5 ± 3.4) 周; 观察组年龄 25~39 岁, 平均(32.5 ± 3.4) 岁, 孕周 39~40 周, 平均(39.5 ± 3.8) 周。两组一般资料差异无统计学意义($P > 0.05$) , 有可比性。

纳入标准: ①参与此次研究活动的人员均自愿参与, 并签署知情同意书; ②产妇未患有痴呆、认知障碍、精神疾病等; ③患者未患有心、肝、肾等脏器功能性障碍; ④产妇经阴道自然分娩, 未借助产钳、吸引器等分娩。

排除标准: ①产妇拒绝参与或中途退出; ②产妇护理依从性较低; ③产妇部分资料发生缺失, 资料不完整。

1.2 方法: 对照组采用日常护理, 包括并发症护理、注意事项以及会阴护理等。观察组采用心理护理, 其内容主要包括: ①产前心理护理: 产前, 护理人员应对其进行健康知识教育, 收集孕妇的基本信息, 并对其进行评估, 同时还应对其充分讲解

自然分娩过程中的注意事项以及分娩后可能发生尿潴留的风险, 从而做好心理准备。②第一产程心理护理: 伴随着产妇宫缩速度的加快, 极易产生消极情绪、宫缩间歇等情况。因此护理人员应按照产妇的实际情况, 告知其宫缩症状以及特征, 以改善其不良情绪, 并允许家属陪同, 增强其心理安全感。③第二产程心理护理: 随着产妇宫缩疼痛的逐步缓解, 由于胎头压迫直肠, 极易让其产生排便感, 特别是在确定胎位后, 应让产妇进行适当的休息, 并在宫缩时正确屏气, 以最大力度对腹直肌、肛提肌进行调整, 从而有效控制分娩速度, 确保新生儿安全。④第四产程心理护理: 在进入第三产程后, 产妇会在 30~45 min 内娩出胎儿, 所以应及时做好对胎儿呼吸道的清理, 确保其呼吸畅通。同时, 护理人员应时刻关注产妇情绪的变化, 并正确对其介绍生育观念, 主动与家属进行详细交流, 取得家属的大力配合, 以消除其产生产后抑郁情况。⑤产后心理护理: 护理人员应指导家属为产妇制定合理的饮食方案, 并通过开展健康讲座、派发宣传单以及新媒体等方式进行产后宣教、按摩乳房等方式促进宫缩, 加快其胃肠蠕动, 同时通过转移产妇的注意力, 以降低宫缩引起的疼痛, 疼痛严重时应当使用镇痛泵进行止痛。

1.3 观察指标: ①产后抑郁: 采用爱丁堡产后抑郁量表(EPDS) 进行评定, 采用 30 分制, 得分越高产妇抑郁程度越严重。②产后功能恢复情况: 其内容共 3 个维度, 即产后出血量、胃肠功能恢复时间以及子宫径之和等。

1.4 统计学方法: SPSS 21.0 软件处理相关数据, 计量资料用均数±标准差($\bar{x} \pm s$) 表示, 用 t 检验。计数资料用率(%) 表示, 行 χ^2 检验, $P < 0.05$ 为差异有统计学意义。

基金项目: 茂名市科学技术局[基金编号: 190409091702018]

2 结果

2.1 对比两组产妇护理前、后 EPDS 评分: 护理前, 两组产妇 EPDS 评分差异无统计学意义 ($P>0.05$); 护理后, 对比两组产妇 EPDS 评分, 差异有统计学意义 ($P<0.05$)。见表 1。

表 1 对比两组产妇护理前、后 EPDS 评分 ($\bar{x}\pm s$, 分)

组别	例数	护理前	护理后
对照组	40	24.68 \pm 3.25	19.72 \pm 2.42
观察组	40	24.65 \pm 3.24	8.95 \pm 1.12
t 值		0.041	25.544
P 值		0.484	0.000

2.2 对比两组产妇产后功能恢复情况: 观察组产妇产后功能恢复情况, 明显优于对照组, 差异有统计学意义 ($P<0.05$)。见表 2。

表 2 对比两组产妇产后功能恢复情况 ($\bar{x}\pm s$, $n=40$)

组别	产后 出血量 (ml)	胃肠功能 恢复时间 (h)	子宫径 之和 (cm)
对照组	342.93 \pm 31.28	27.49 \pm 4.12	32.51 \pm 3.26
观察组	127.38 \pm 16.36	13.34 \pm 2.39	19.45 \pm 2.74
t 值	38.619	18.789	19.396
P 值	0.000	0.000	0.000

3 讨论

采取自然分娩的产妇, 由于受到角色改变、环境变化等因素的影响, 极易增加其心理压力, 从而在产后产生抑郁疾病。据相关文献表明^[3], 产妇能否顺利分娩, 通常与产妇的产道、产力以及胎儿等存在着较大的联系。据杨涛、康小琴等^[4]学者研究认为, 影响产妇分娩的重要原因因为心理状态。产后抑郁多发于产后 6 周以内, 并能够延续到整个产褥期, 严重者甚至延续到幼儿上学前, 不但对女性的身心健康造成了严重影响, 同时还严重影响了婴幼儿的生长发育。因此, 对产妇产后实施心理护理, 能够确保其顺利分娩, 避免抑郁的发生。

与常规护理相比, 心理护理采取更加详细、更加具有针对性以及个性化的护理方式, 把心理护理具体应用到每一位患者, 树立以人为本、以患者为中心的护理理念, 从而促进疾病

的康复^[5]。在此次研究过程中, 护理人员通过对产妇讲解自然分娩过程中的注意事项、分娩后可能发生尿潴留的风险等知识, 可有效缓解其悲观情绪, 增加产妇对疼痛程度的耐受力。护理人员通过指导产妇控制分娩速度, 能够提高新生儿的安全性^[6]。护理人员通过对产妇制定专属的饮食方案, 能够培养其正确的饮食习惯, 促进对营养的均衡吸收, 使其更加有活力。护理人员通过对产妇讲解正确的生育观念, 可避免其产生负面情绪, 通过全面的回答产妇的疑问, 并向其介绍乳房按摩、腹部按摩等方法, 能够促进其宫缩。结果显示, 对比两组产妇 EPDS 评分, 差异有统计学意义 ($P<0.05$)。观察组产妇产后功能恢复情况, 明显优于对照组, 差异有统计学意义 ($P<0.05$)。说明将心理护理应用于自然分娩产妇产后抑郁中, 获得了众多家属的认同。

综上所述, 通过对自然分娩产妇实施心理护理, 能够最大程度的改善其心理状态, 加快其产后功能的恢复速度, 改善预后, 临床应用价值较高。

4 参考文献

- [1] 孙显丽, 刘婉婉, 许凤华, 等. 心理护理在自然分娩产妇中的效果及对妊娠结局的影响 [J]. 国际精神病学杂志, 2017, 18(6): 1125-1127.
- [2] 崔月昕, 申薇, 史丽, 等. 导乐镇痛仪联合分娩球对初产妇分娩结局及产后抑郁的影响 [J]. 河北医科大学学报, 2017, 38(7): 789-792.
- [3] 谢燕, 李小钧, 王雪花, 等. 产妇身心健康水平、家庭环境和地域习俗对产妇产后抑郁发生的影响 [J]. 国际精神病学杂志, 2018, 19(3): 328-331.
- [4] 杨涛, 康小琴. 心理护理在宫腹腔镜联合治疗输卵管堵塞导致不孕不育中的效果及对患者焦虑抑郁情绪的影响 [J]. 山西医药杂志, 2019, 24(16): 256-258.
- [5] 李慧媛, 张杰, 吕萌萌, 等. 心理弹性在中晚期非小细胞肺癌患者自我感受负担与抑郁情绪间的中介作用 [J]. 中华行为医学与脑科学杂志, 2019, 28(7): 597-602.
- [6] 罗芳芳, 张淑林. 基于网络平台的延续性护理干预对初产妇产后自我保健能力及育婴行为的影响 [J]. 医学临床研究, 2018, 35(7): 1329-1331.

[收稿日期: 2019-12-18 编校: 王丽娜]