

产后乳房按摩对促进产妇催乳的护理疗效分析

吴玥媛

中国人民解放军联勤保障部队第九〇〇医院 福建福州

【摘要】目的 本文针对产后乳房按摩在促进产妇催乳护理中的应用价值、疗效作用展开分析研讨，期待能够为此领域研究提供理论与实践依据。**方法** 拟定 2022 年 3 月至 2023 年 3 月为本次实验的开展期限，选取 90 例产妇作为本次实验的研究依据，遵循奇偶分组方式进行小组划分，每组安排 (n=45)；划入 A 组的产妇，实施常规护理及哺乳指导；划入 B 组的产妇，实施常规护理+产后乳房按摩护理，而后对两组相关资料进行收集整理，对相关数据进行统计分析，实施比对、阐述。采用 t 检测（正态计量数据）；采用 χ^2 检验（计数资料）；计算均值以 $(\bar{x} \pm s)$ 代替。**结果** 两组相较，两种干预策略相较，B 组体现价值更为优异，影响作用更加积极，在产后泌乳时间、乳房肿胀缓解时间、产妇乳汁分泌达标率、产妇乳房舒适程度方面指标呈现均显优 A 组，P 值达小于 0.05 标准，具备可比优势，值得探讨。**结论** 经对比研究证实，对产妇实施产后乳房按摩，可有效促进乳汁分泌，切实缓解乳房不适，增进催乳效果，改善哺乳质量，值得肯定、赞赏、采纳与推崇。

【关键词】 产后；乳房按摩；促进产妇催乳；疗效分析

【收稿日期】 2023 年 12 月 15 日 **【出刊日期】** 2024 年 1 月 23 日 **【DOI】** 10.12208/j.jnmn.20240007

Analysis of the nursing efficacy of postpartum breast massage in promoting maternal prolactin

Yueyuan Wu

The 900th Hospital of the Joint Logistics Support Force of the People's Liberation Army of China, Fuzhou, Fujian

【Abstract】 Objective AIMS This paper analyzes and discusses the application value and efficacy of postpartum breast massage in promoting maternal lactation nursing, and expects to provide theoretical and practical basis for research in this field. **Methods:** March 2022 to March 2023 were selected 90 cases as the research basis of the experiment, to divide each group (n=45); implement routine nursing and nursing guidance; in Group B, implement routine nursing and postpartum breast massage nursing, then collect relevant data, analyze relevant data of two groups, and perform comparison and elaboration. Use t test (normal measurement data); use χ^2 test (count data); calculate means with $(x \pm s)$ instead. **Results:** compared with the two groups, two intervention strategies, group B reflect value is more excellent, influence more positive, in postpartum lactation time, breast swelling relief time, maternal milk secretion success rate, maternal breast comfort index show optimal group A, P value of less than 0.05 standard, have comparable advantages, is worth discussing. **Conclusion:** The comparative study proves that the implementation of postpartum breast massage can effectively promote milk secretion, effectively relieve breast discomfort, improve the effect of lactation, and improve the quality of lactation, which is worthy of affirmation, appreciation, adoption and praise.

【Keywords】 Postpartum; breast massage; promote maternal prolactin; efficacy analysis

大样本调研发现：我国 2019 年 6 月龄婴儿的纯母乳喂养率仅达 29.2%，可见：当下纯母乳喂养率的低下程度。初产妇作为主要生育群体，因首次分娩，受生理疼痛、担心哺乳问题、认知经验不足等因素影响，无法快速胜任母亲角色，这也更加促进了母乳喂养成功率的低下^[1]。然，母乳是婴儿营养的最佳来源，是公认最为理想及科学的新生儿喂养方式，因母乳中含有婴

儿生长发育所需要的所有物质，并含有大量生长素及免疫抗体，这也是其他配方奶粉无法企及的，再有，母乳喂养对母体乳腺循环、子宫收缩极其有利，进而减少阴道出血，有效预防产后贫血现象发生，是保障妇女和儿童短期和长期健康的关键所在^[2-3]。为此，本文以《产后乳房按摩对促进产妇催乳的护理疗效分析》为题，针对 2022 年 3 月至 2023 年 3 月间院内收治的 90 例产妇

展开分析研讨,旨在能够推进此领域的发展进程,为临床提供理论与实践依据,更好的保障母婴的机体健康,赢得家属满意度提高,具体内容汇报如下:

1 资料与方法

1.1 一般资料

拟定 2022 年 3 月至 2023 年 3 月为本次实验的开展期限,选取 90 例产妇作为本次实验的研究依据,遵循奇偶分组方式进行小组划分,每组安排(n=45),划入 A 组的产妇,实施常规护理及哺乳指导;划入 B 组的产妇,实施常规护理+产后乳房按摩护理,针对实验对象资料的分类与归纳均引用相关软件予以处理,未见差异性(P>0.05)。对资料进行细化:A 组:产妇年龄处于:22--39 岁,均值处于(29.31±3.08)岁;孕周均值为(35.18±1.12)周;产妇类别与分娩方式:30 例为初产妇、15 例为经产妇;19 例为阴道分娩、26 例为剖宫产;B 组:产妇年龄处于:23--40 岁,均值处于(28.16±3.11)岁;孕周均值为(34.26±1.32)岁;产妇类别与分娩方式:31 例为初产妇、14 例为经产妇;18 例为阴道分娩、27 例为剖宫产。纳排标准如下:研究对象均为孕周 37--40 周的产妇,年龄均≥20 周岁,均能够良好配合实验开展;研究对象均不存在严重精神类疾病,对实验内容了解,并签署了知情同意书;无一例存在重要脏器严重功能障碍;存在严重妊娠期综合症;存在乳房畸形或器质性病变;无任何精神障碍性疾病。

1.2 护理方法

1.2.1 A 组:常规干预策略应用于本组产妇中,具体措施包含:于产后(30min 内),实施母婴接触及早吸吮;同时提供科学、合理、营养的饮食支持,充分保障产妇在热量、蛋白质、脂肪等方面的摄入量;饮食形式与原则,每日/4 餐,以流食为主,避免辛辣刺激性饮食的摄入;同时给予产妇常规哺乳指导,叮嘱其保持乳房清洁,采用热敷等方式来缓解乳房肿胀现象^[4]。

1.2.2 B 组:常规干预方案等同 A 组,另外实施产后乳房按摩服务,具体措施如下:(1)知识宣教及环境安排:按摩护理需在安静、温度适宜的室内进行,护理人员首先采用通俗易懂的语言表达形式向产妇讲述按摩的好处及必要性,以此提升产妇相关认知水平,能够更好的配合护理人员开展乳房按摩^[5]。(2)相关准备:护理人员在开展乳房按摩前需将指甲修剪正好,双手清洗干净。(3)按摩实施:a:产后 6h 开展乳房按摩,首先将胸部暴露,采用热毛巾对乳房进行热敷,保持时间为 5min;b:之后,使用手的大小鱼际肌从乳房基底部开始,进行 360° 全乳按摩;c:其中一手对乳房进行固定,另一只手从乳房根部开始,向乳头处推行,继而全手五指对乳房进行轻抓,呈螺旋式;d:按摩期间,密切观察产妇表情,询问其感受,掌握适当力度、角度及方式;e:按摩时间与频次:每日/2 次,每次/20--25min;f:对于乳头的按摩,使用拇指、食指、中指对乳头进行揉和牵拉^[6-7]。

1.3 观察指标

分析观察两组在产后泌乳时间、乳房肿胀缓解时间、产妇乳汁分泌达标率、产妇乳房舒适程度方面的差异性,通过相关量表予以评定。

1.4 统计学方法

数据资料均运用 SPSS26.0 系统实行专业分析,当中计量数据计均数±标准差,两组差别比照运用 t、 χ^2 检测,计数数据运用百分率(%)代替,若两组对照结果表明 P<0.05,则说明实验价值显现。

2 结果

借助图表数据发现,不同干预方案的应用实施,对两组患者均作用积极,然 B 组产妇在产后泌乳时间、乳房肿胀缓解时间、乳汁分泌达标率、乳房舒适程度方面的指标数值体现均显优 A 组(P<0.05),实现充分对比价值,详见表 1 所示:

表 1 两组患者总体护理效果比较($\bar{x} \pm s$)

组别	产后泌乳改善情况		产妇泌乳情况				产妇乳房舒适情况对比			
	产后泌乳时间	乳房肿胀缓解时间	乳汁充足	乳汁达标	乳汁不足	达标率	0 级	I 级	II 级	III 级
A 组 n=45	38.2±4.9	4.4±1.32	17	14	9	43 (78.2)	3 (6.6)	12 (26.7)	19 (42.2)	11 (24.4)
B 组 n=45	27.8±3.5	2.2±0.53	23	15	2	43 (95.6)	15 (33.3)	16 (35.6)	10 (22.2)	4 (8.89)
t/ χ^2	8.4878	4.3196	-	-	-	7.3892	-	-	-	-
p	0.0000	0.0000	-	-	-	0.0107	<0.05	<0.05	<0.05	<0.05

3 讨论

人类进入 21 世纪后, 科技、文化日新月异, 各种各样的知识浩如烟海, 各行各业的发展势头极为可观, 医疗领域亦是如此。随着社会医学模式的不断转变和发展, 传统医学服务的具体内容已不再局限于基本的医学治疗, 而是迈向更加广阔的天地与阶段, 进行着不断的完善与更新^[8]。话题回到本文研究重点, 产后乳房按摩对促进产妇催乳的护理效果分析, 本文采用对比实验方式, 将不同方式的干预策略应用于 90 例产妇中, 最终结局呈现, B 组在各项指标数值的体现上均显优于另一组, 以切实数据充分将实验价值体现, 可见, 产后乳房按摩的融入与采纳, 对哺乳质量及效果影响意义何其巨大。母乳对于婴幼儿的发育生长十分必要, 不仅能够提供婴儿足够营养物质, 还会提供婴儿必须的抗体, 提高婴儿免疫力。既往, 临床通过延长婴儿吮吸时间、尽早让母婴接触等方法来促进产妇尽早泌乳。然而, 由于产妇在生产过后, 常常伴有疲劳、疼痛等症状表现, 使得泌乳不足, 无法及时泌乳等问题出现, 进而影响哺乳质量^[9]。B 组之所以能够收获良好的喂养效果, 原因在于: 在对产妇护理过程中, 对乳房的按摩, 可有效促进乳汁的分泌与排出, 防止乳汁在乳房内淤结, 引发乳房肿痛, 使乳房感染的发生概率降低。另外, 通过对乳头的按摩, 以模仿婴儿吮吸动作, 来刺激垂体分泌催乳素及缩宫素, 缩宫素不仅能够收缩子宫, 还可令乳腺腺泡收缩, 达到促进乳汁排出的目的, 而催乳素则具备促进乳汁分泌的作用^[10]。

综合上述可知: 对产妇实施产后乳房按摩, 可有效促进乳汁分泌, 切实缓解乳房不适, 增进催乳效果, 改善哺乳质量, 其应用价值卓越, 推广意义深远, 值得赞赏和引用。

参考文献

- [1] 杭敏敏. 产后乳房按摩对促进产妇催乳的护理疗效分析[J]. 心理月刊. 2019,14(22) 查看该刊数据库收录来源: 145.

- [2] 覃聪丽, 苏梦仙, 董梅珍. 产后乳房按摩对促进产妇泌乳的护理疗效[J]. 世界最新医学信息文摘. 2019,19(52) 查看该刊数据库收录来源: 295-313.
- [3] 芦笑彤. 产科选产后乳房按摩对促进产妇催乳的护理效果观察[J]. 中国医药指南. 2019,17(17) 查看该刊数据库收录来源: 276-277.
- [4] 胡丹. 产后康复治疗仪联合早期乳房按摩对产妇产后乳房胀痛及泌乳的影响[J]. 黑龙江医学. 2022,46(16) 查看该刊数据库收录来源: 1987-1989.
- [5] 潘行萍. 产后乳房按摩干预对产妇产后泌乳量、乳房胀痛及母乳喂养的影响分析[J]. 现代诊断与治疗. 2022,33(14) 查看该刊数据库收录来源: 2192-2194.
- [6] 黄丽群, 李迎春, 吴菲力. 耳穴压豆联合乳房按摩对产妇产后泌乳及乳房胀痛的影响[J]. 中医外治杂志. 2022,31(03) 查看该刊数据库收录来源: 66-67.
- [7] 周全. 产后康复仪+手法按摩在初产妇催乳中的临床应用效果[J]. 中国实用医药. 2022,17(13) 查看该刊数据库收录来源: 170-173.
- [8] 黄丽平, 陈碧玲. 手法点穴联合乳房按摩对促进产后泌乳的应用效果[J]. 医学食疗与健康. 2022,20(13) 查看该刊数据库收录来源: 153-155.
- [9] 潘琴. 产后康复治疗仪联合乳房按摩对产妇产后乳房胀痛及泌乳的影响[J]. 医疗装备. 2022,35(08) 查看该刊数据库收录来源: 132-134.
- [10] 冒晓玲, 崔婷, 黄炜. 排气催乳方联合乳房按摩对剖宫产产妇肠功能恢复和泌乳功能的影响[J]. 中外医学研究. 2022,20(08) 查看该刊数据库收录来源: 166-169.

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