

个体化孕期健康教育在妇产科护理中的应用效果观察

龚晓丛

北京市丰台区王佐镇社区卫生服务中心 北京

【摘要】目的 实验将针对妇产科产妇加强个体化孕期健康教育，帮助产妇达到良好的分娩结局，优化护理流程和内容。**方法** 针对 80 例妇产科产妇为对象，样本来源于 2021 年 6 月，截止为 2022 年 5 月，按照时间划分两个可对比组别，对照组为常规分娩指导，观察组为个体化孕期健康教育，对比治疗成果。**结果** 从数据可见，观察组产妇在焦虑和抑郁情绪对比中，控制情况优于对照组，具有统计学意义 ($P < 0.05$)。同时，在产程指标对比中，观察组用时短于对照组，差异显著 ($P < 0.05$)。最后，在分娩、产后健康知识的掌握程度上观察组患者以 72.5% 的掌握率，高于对照组的 47.5%，差异显著 ($P < 0.05$)。**结论** 采用个体化孕期健康教育对于妇产科产妇的情绪管理、生理管理均有帮助，可通过沟通帮助产妇正确认识分娩，介绍了分娩期间的注意事项，解答了产妇及其家属疑惑，获得了良好的支持，在分娩结局上也更安全、更放心，值得推广。

【关键词】 个体化孕期健康教育；妇产科护理；效果观察

Effect of individualized pregnancy health education in obstetrics and gynecology nursing

Xiaocong Gong

Wangzuo Town Community Health Service Center, Fengtai District, Beijing

【Abstract】Objective The experiment will strengthen individualized pregnancy health education for women in obstetrics and gynecology, help women to achieve good delivery outcomes, and optimize the nursing process and content. **Methods** For 80 cases of obstetrics and gynecology, the sample came from June 2021, until May 2022, two comparable groups were divided according to the time, control group is routine delivery guidance, observation group is individualized pregnancy health education, comparative treatment results. **Results** According to the data, the control of the control group ($P < 0.05$). Meanwhile, in the comparison of the labor process index, the observation group's time was shorter than the control group, and the difference was significant ($P < 0.05$). Finally, in the degree of delivery and postpartum health knowledge, the control rate was 72.5%, higher than 47.5% in the control group, with a significant difference ($P < 0.05$). **Conclusion** adopt individualized health education during pregnancy for obstetrics and gynecology of maternal emotional management, physiological management are helpful, can help maternal correct understanding of childbirth through communication, introduces the precautions during childbirth, answer the maternal and their families, doubt, obtained good support, on the birth outcome is more safe, more assured, is worth promoting.

【Keywords】 individualized pregnancy health education; obstetrics and gynecology nursing; effect observation

当下，产妇对分娩的要求越来越高，除了保障分娩安全外，在健康方面上的需求也需要更专业的指导。个体化的孕期健康教育能够帮助产妇放松身心压力，积极的进入到备产期，并且能够更好地理解剖宫产，在必要时候可以接纳剖宫产这一形式^[1]。当然，在个体化健康教育下，也可以降低剖宫产率，缩短分娩用时和不良反应，提升产妇的阴道分娩率和母乳喂养率，这些都可以在健康教育中进行强化指导，也有助于产妇保持轻松、稳定的情绪，提升围产期生活质量^[2]。鉴

于此，针对 80 例妇产科产妇为对象，样本来源于 2021 年 6 月，截止为 2022 年 5 月，按照时间划分两个可对比组别，对调研结果汇报如下。

1 资料与方法

1.1 一般资料

针对 80 例妇产科产妇为对象，样本来源于 2021 年 6 月，截止为 2022 年 5 月，按照时间划分两个可对比组别，观察组女性在 22-36 岁之间，平均为 (27.45 ± 3.96) 岁，孕周在 27-42 (36.5 ± 1.7) 周，初产妇 30

人，经产妇 10 人；对照组女性在 23-37 岁之间，平均为 (27.39±3.87) 岁，孕周在 27-42 (37.1±1.79) 周，初产妇 29 人，经产妇 11 人。组间基线资料可比 (P>0.05)。患者家属对本次调研知情，可以配合医护人员开展对应工作。经过本院报备医务科，并获取医学伦理委员会批准后开展。

1.2 实验方法

对照组为常规分娩指导，针对胎儿的检查情况进行讲解说明，并重视对产妇的个人卫生指导，饮食指导，在分娩期间注意宫缩强度、宫口扩张情况等。

观察组为个体化孕期健康教育，第一，要加强对产妇的心理护理，有目的的与产妇进行沟通，要了解产妇对分娩的认识，以及实际诉求，是否存在较大的心理压力，以及产后压力，这些都有可能引起产妇抑郁。此外，要加强语言上的支持，帮助产妇保障情绪上的稳定。第二，在孕期健康教育上，对于孕早期的产妇，要告知胎儿成长发育的情况，注意饮食，营造良好的育儿环境，开展必要的有氧运动。在孕晚期的产妇，则要了解分娩的相关支持和手段，是否需要选择无痛分娩、导乐分娩仪等形式协助，此外，也要鼓励产妇自然分娩。在孕期运动中，可选择产妇可适应的瑜伽，体操等，产后也要注意盆底肌功能训练。第三，要重视胎动计数，即在 28 周左右胎动逐步频繁，可讲解如何进行胎动计数，指导产妇进行胎儿情况记录^[3]。第三，讲解孕产期间的并发症，如妊娠糖尿病、

高血压，或者新生儿娩出类疾病，帮助产妇加强保健意识，改善不良的生活习惯，对生活环境也要格外重视，如家庭内不要有吸烟者等，不要喝酒，这些都有可能影响到母婴健康。

1.3 评价标准

本次调研将对比产妇的情绪状态，结合焦虑和抑郁量表 (SAS 和 SDS) 做出评分分析，每个项目均可以分为轻度、中度和重度，在具体判断中，焦虑指标可按照 50-59 分、60-69 分、69 分以上划分，抑郁指标则可以在 15 分以下、15-20 分、20 分以上进行划分。

随后，对比产妇的产程情况，记录第一、第二、第三产程用时。

最后，则对比与产妇对分娩健康知识的掌握程度，可按照产前、产后两大方面进行问题设置。在掌握情况的划分上，以分值在 90 分以上视为掌握；70 分以上为部分掌握；70 分以下为掌握程度较低。

1.4 统计方法

数据处理经 SPSS20.0, t 对计量资料 ($\bar{x} \pm s$) 检验, χ^2 对计数资料 [n (%)] 检验。若 P<0.05, 提示差异显著。

2 结果

就数据中看，观察组产妇在焦虑和抑郁情绪对比中，控制情况优于对照组，具有统计学意义 (P<0.05)。如表 1 所示。

表 1 两组患者护理后心态评估结果表 ($\bar{x} \pm s$, 分)

组别	例数	SDS		SAS	
		护理前	护理后	护理前	护理后
观察组	40	19.89±4.97	11.93±2.57	57.33±5.34	36.17±3.05
对照组	40	20.46±4.82	16.86±3.91	57.69±5.72	46.89±4.23
t		0.393	13.422	0.210	13.001
P		0.696	0.000	0.834	0.000

同时，在产程指标对比中，观察组用时短于对照组，差异显著 (P<0.05)。最后，在分娩、产后健康知识的掌握程度上观察组患者以 72.5% 的掌握率，高于对照组的 47.5%，差异显著 (P<0.05)。

3 讨论

在我国，剖宫产率比较高，这对产妇和胎儿都会造成一定的潜在危险，我们要加强对产妇的针对性健康教育，在孕期做好保健工作，以便于推进分娩的顺

利开展，在缩短产程用时的同时，减少产后出血、新生儿并发症和产妇产后抑郁等等^[4]。在当下，健康教育护理措施已经被广泛途径，符合医疗体系中的人文化指导要求，能够结合产妇自身情况给予科学建议。

有调研指出，针对孕产妇实施健康教育首先可以缓解产妇的焦虑情绪，特别是对于初产妇，她们对于分娩的知识认知度低，更多知识通过百度资料获取，内容不全面且可能存在错误，也可能存在偏差理解，

这些都会加重焦虑情绪^[5]。其次,在健康教育后能够提升产妇对剖宫产、阴道分娩、母乳喂养等方面的知识。在对分娩有更全面地理解后,在围产期的态度二会更加积极,对于各项检查、医护人员的建议也能够虚心听取,并且改善日常生活中的不良行为和不当饮食^[6]。健康教育作为有组织、有计划的指导方式,有助于提升产妇产前期间的依从性,也能够从产妇健康、新生儿健康、家庭协助等方面进行干预^[7]。在护理过程中,要综合产妇的生理状态、心理状态,家庭关系进行综合性指导,重视对产妇的情绪干预,保障胎儿的健康成长和顺利娩出。

在健康教育中,心理疏导是重要的环节,要以产妇为中心,结合现代护理学理论和心理学知识,对产妇进行引导,建立良好的护患关系,为产妇提供多样化的健康教育,在具体形式上包括了口头宣教、视频宣教、微信平台推送等^[8]。同时,产妇在就诊期间的问题较多,可以建立微信群,产妇可以提出自身疑问,医护人员可以在群内集中解答,也便于整理产妇的知识盲区,归纳总结,更好地对产妇进行专业指导。在产前的健康教育中,了解妊娠期产妇的生理、心理变化,加强孕期营养保健具有重要性。在分娩前的健康指导上,也要注意胎动的自我监测,以及家庭给予的情感支持,有助于稳定产妇情绪,增加产妇安全感。在产时的健康教育上,则要指导如何缓解宫缩,给予产妇情绪上的安抚,可结合导乐分娩、助产士陪护等形式,帮助产妇共同度过分娩期^[9]。在产后的健康教育中,产妇多为疲惫状态,要制定相应的健康教育计划,可分为产妇个人营养补给、母乳知识、新生儿照顾、产后康复产后角色转变等多个方面^[10]。

综上所述,采用个体化孕期健康教育对于妇产科产妇的情绪管理、生理管理均有帮助,可通过沟通帮助产妇正确认识分娩,介绍了分娩期间的注意事项,解答了产妇及其家属疑惑,获得了良好的支持,值得推广。

参考文献

[1] 徐飞. 个体化孕期健康教育在妇产科护理中的应用效果观察[J].实用妇科内分泌杂志(电子版),2018,5(16):61-62.

[2] 刘晓楠. 个体化孕期健康教育在产科护理中的应用[J]. 中国民康医学,2019,31(17):159-161.

[3] 郭湘芸,陈秀萍. 反馈式健康宣教在母婴同室产后护理中的应用评价[J]. 基层医学论坛,2018,22(09):1243-1244.

[4] 赵静. 心理护理联合个体化健康教育模式在妇产科护理中的应用[J]. 医学信息,2021,34(02):188-190.

[5] 陈莹,杨城,罗英,高毅,席雯. 孕期健康教育在妇产科护理中的临床应用价值[J]. 医学食疗与健康,2020,18(19):189+191.

[6] 侯伟. 人性化护理干预对提高妇产科护理质量的应用效果[J]. 中国社区医师,2020,36(19):167+169.

[7] 王琴. 对产妇进行个体化健康教育对提高其自然分娩率的效果分析[J]. 当代医药论丛,2018,16(11):266-267.

[8] 刘艳燕,伍克佳,易跃雄,张蔚. 网络新媒体在“三阶段一体化”妇产科人才培养中的应用[J]. 中国继续医学教育, 2019,11(11):60-62.

[9] 杨芳. 观察妇科护理中实施个体化健康教育的临床效果[J]. 世界最新医学信息文摘,2017,17(07):84+87.

[10] 王锋. 舒适护理在妇产科手术护理中的临床应用分析[J]. 中国现代药物应用,2019,13(04):204-205.

收稿日期: 2022年10月5日

出刊日期: 2022年11月15日

引用本文: 龚晓丛, 个体化孕期健康教育在妇产科护理中的应用效果观察[J]. 临床护理进展, 2022, 1(5): 22-24

DOI: 10.12208/j.jacn.20220204

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