

人性化产科护理

王雪飞, 于珊珊

北京大学第一医院 北京

【摘要】目的 产科是一个有特色的科室, 患者特殊, 其是帮助孕产妇保健, 辅助产妇分娩的科室, 妊娠、分娩是女性独有的自然生理状态之一, 分娩过程是指母体孕育胎儿结束阶段, 胎儿脱离母体成为自然生物个体的存在。近些年我国医疗卫生事业不断发展, 医疗水平进步的同时, 人们对临床的护理需求也在不断提高, 大多数产妇在妊娠、分娩过程中时常出现多度担忧的问题, 导致在整个围生期都处于焦虑、抑郁的情绪中, 若是负面心理情绪比较严重, 会使产妇出现心理应激反应, 这将严重影响分娩的成功率, 关系到二个生命的安危。以往传统护理模式是以疾病为中心, 但随着经济社会的发展已经逐渐转变为以患者为中心的护理模式, 人们对于产科护理的要求也由单纯的基础护理转变成更体现以人为本, 以孕产妇为中心的人性化护理, 通过高质量的护理服务改善临床护理质量, 从而全面提升产科整体护理工作水平, 在这一过程中, 人性化护理就显得尤为重要。

【关键词】 产科; 孕产妇; 人性化护理

Humanized obstetric care

Xuefei Wang, Shanshan Yu

Peking University First Hospital Bei Jing

【Abstract】Objective is a distinctive department with special patients. It is a department that helps pregnant and lying in women's health care and assists them in childbirth. Pregnancy and childbirth are one of the unique natural physiological states of women. The process of childbirth refers to the end of maternal pregnancy and fetus, when the fetus leaves the mother and becomes a natural biological individual. In recent years, with the continuous development of China's medical and health cause and the improvement of medical level, people's demand for clinical care is also increasing. Most of the pregnant women often have many worries during pregnancy and childbirth, which leads to anxiety and depression throughout the perinatal period. If the negative psychological emotions are serious, the pregnant women will have psychological stress reaction, which will seriously affect the success rate of delivery, It concerns the safety of two lives. In the past, the traditional nursing mode was disease centered, but with the development of the economy and society, it has gradually changed to a patient centered nursing mode. People's requirements for obstetric care have also changed from simple basic care to more people-oriented, maternal centered humanistic care. Through high-quality nursing services, clinical nursing quality has been improved, so as to comprehensively improve the overall level of obstetric care. In this process, Humanized nursing is particularly important.

【Key word】 Obstetrics; Pregnant and lying in women; Humanized nursing

医院是提供健康服务的重要场所之一, 而产科作为一个及其特殊的群体, 这里不仅有手术患者, 同时还有新生儿、待产妇等等, 这些人比较敏感、情绪波动比较大, 在人生的重要阶段即将面临着身

份角色的转变, 因此更加需要医护人员的帮助, 分娩是作为整个生育期最重要的阶段之一, 对医护人员的依赖性极强, 为产妇提供产前、产程及产后全方位的护理服务, 对产妇的生理和心理给予有效干

预,保障良好的妊娠结局,因此助产士这一专业护理群体出现。助产士的技术和能力关系到母婴安全,助产士的经验来源于临床实践,熟悉产程中的每个环节的变化,能够应对产程中的各种突发事件,甚至熟悉产妇的每一个表情和反应,是产妇真正意义上的守护神和分娩伴侣^[1]。助产士应在整个围生期给予产妇有效的护理,树立人性化服务理念,在护理工作中,坚持以人为本,以孕产妇为中心,认真执行人性化护理服务标准,强化人性化服务理念,通过围生期的人性化护理,让孕产妇感受到亲切与关怀^[2-3]。

1 产前保健及产前教育

妊娠是女性人生中即将完成角色的重大转变,妊娠期生理、心理都会发生非常大变化,会形成孕妇独特的行为特征和应激反应,随着临产而逐渐加重^[4]。保健服务是在整个怀孕过程中,孕妇要定期做产前检查,接受各种化验,监测自己和胎儿是否健康,发现异常及时处理。医生或助产士要了解孕妇的疾病史、家族史、过敏史、生活方式、饮食习惯等信息,方便评估可能影响胎儿及孕妇健康的潜在风险因素。医院通过助产士门诊,对孕妇进行产前教育,为孕妇普及孕期、分娩期、产褥期、母乳喂养、新生儿护理等相关知识,构建情景模拟与互动环节,提高对自然分娩的了解,重点模拟分娩各个产程中生理特点和配合的注意事项,让孕妇可以了解孕产期护理、学习妊娠分娩及新生儿护理的相关知识,鼓励产妇正确选择自然分娩。带领孕妇参观产房、病房,让孕妇感受到医院人性化的一面,降低孕妇对陌生环境的恐惧,增加对医护人员的信任感,拉近护患间的距离^[5]。

2 住院环境及分娩环境

在现有硬件设施基础上,配齐基本生活设施,可张贴婴儿图片及卡通壁画,为迎接新生命的到来做好准备。加强对病房环境的管理,定期进行消毒、清扫,定期检测病房的细菌含量,防止细菌含量过高,做好空气流通换气,保持适宜的温湿度,创造一个干净、舒适、安静的病房环境,使孕产妇能够保持良好的睡眠质量,提升孕产妇的舒适度。为产妇营造一个温馨舒适的分娩环境,空气清新,加强环境消毒,调整适宜温湿度,光线柔和,保持安静^[6-7]。

3 产前护理

给予产妇优质的产前护理,助产士全程陪伴产妇,给产妇生理、心理上的关怀支持及分娩指导^[8]。

产妇进入待产室后,助产士做自我介绍,和产妇建立起融洽的关系,设身地为产妇考虑,详细讲解分娩配合的要点、注意事项及拉玛泽呼吸法等分娩相关知识,消除产妇错误的认知和疑虑。产妇因分娩极易出现多度担忧,出现明显焦虑、恐惧心理,助产士要评估产妇心理状况,了解产妇的情绪变化特点,运用握手或拍肩膀等肢体安慰,积极与产妇进行深入沟通,给予鼓励、安慰等心理疏导,语气要温和,有耐心,让产妇感受到更多的情感支持,改善产妇心理状态,提高依从性。鼓励产妇表达个人情绪和真实感受,制定分娩计划,为产妇建立良好分娩信心。助产士可在产妇待产过程中播放安心舒缓的音乐,指导产妇做深呼吸训练和冥想,放松身体,调整心态。向产妇介绍宫缩疼痛的原因,介绍应对宫缩疼痛的方法,积极解答孕产妇的提问,打消顾虑。

4 产程护理

第一产程,根据产妇意愿选择舒适体位,保证产妇的舒适度,正确指导产妇进行拉玛泽呼吸训练,以减轻疼痛感。在导乐分娩球上,产妇可以上下、左右、360度旋转骨盆,让胎儿找到更合适的位置,协助胎头下降,弹性十足的导乐分娩球可以很好的缓冲膝盖和脚踝的压力,避免骨盆肌肉过分拉紧,有效缓解会阴疼痛。还可以借助导乐推车自由行走,减轻仰卧位带来的疼痛,利用地心引力的作用,让胎头压迫宫颈,促进宫口扩张,加快产程进展。助产士应当和产妇进行有效沟通,并对其心理情绪进行评估,用手势、语言或眼神等方式鼓励产妇,安抚产妇情绪,让产妇能够得到更多的力量,增强顺利分娩的信心。产妇由于心理紧张,会导致肢体变得僵硬,助产士可以指导产妇采取一些简单的身体活动,缓解身体不适,通知产妇家属为产妇准备一些高能量,且易消化的食物,便于分娩后及时食用。在分娩过程中,助产士要严密观察产程情况,在到宫缩期时,助产士需耐心指导产妇缓慢调整自己的呼吸节奏,达到减轻生产压力的效果,在产妇产子处于收缩期间需要给产妇提供出高热量的食物,使得产妇体力增加。第二产程过程中,助产士指导产妇采取正确分娩体位进行分娩准备,指导产妇如何应用腹部发力,以防产妇生产过程中出现急躁等不良情绪,紧握产妇双手,给予其适宜的按摩,引导产妇有效呼吸,使其可充分运用负压促使胎儿的头部可以较为迅速的下降。第三产程,在伙伴式沟通

基础之上,通过采用肢体接触的方式来安抚产妇,分娩结束后给予产妇称赞与表扬,使得产妇充满成就感和自豪感。按摩子宫,清洁会阴部位,积极预防产后出血等。及时通知产妇新生儿的身体健康情况,以避免产妇不知新生儿具体情况而过于担心、焦虑,造成产妇有其他并发症的发生。由于产妇内心对新生儿的健康非常重视,因此助产士的言语要轻柔耐心,让产妇可以安心,放松紧张情绪。从产妇临产到分娩助产士全程陪产,给予产妇无微不至的照顾,传授分娩镇痛技巧,使产妇身心处于最佳状态,缩短产程,减少产后出血,降低剖宫产率,保障母婴健康安全,实现产程护理的人性化服务。

5 关爱母婴关系

分娩后,实施延迟断脐,EENC强调健康新生儿在出生后一分钟以上或脐带的血管搏动消失后,再完成断脐。清除新生儿身体的污物,保证母婴之间能够尽早接触,安抚产妇因见不到新生儿而产生的不安情绪,加强母婴之间的沟通,建立良好的母婴情感,让产妇感受到母亲角色的转变,同时还可以加快催乳的进程。护理人员要向产妇进行正确母乳喂养的技巧指导,讲解科学母乳喂养的优点,母乳喂养对新生儿的好处,以及新生儿护理的相关知识,使产妇掌握正确喂养知识及母乳喂养技巧。母乳喂养结束后,要清洁、养护乳头,并交代产妇家属产妇分娩后需要注意的相关事项。指导产妇做好产褥期卫生,鼓励产妇尽早进行运动锻炼,保持良好的睡眠,促进康复。

6 出院指导

产妇办理出院手续时,护理人员要进行全面的出院健康指导及产后延升服务,嘱产妇出院后有充足的休息时间,合理饮食,保证摄入营养充足,进而保证母乳量充足。做好外阴清洁,产后42天不得有性生活,哺乳期做好避孕措施。告知产后复查时间、项目,新生儿预防接种的地点、时间,以及产科咨询电话,方便联系,定期电话随访。

7 小结

近年来,随着人们的生活质量逐渐改善提升,大多数产妇以及产妇家属对分娩过程与结果的质量要求大幅提高。产妇对家人和助产士的依赖性较强,在围生期时,产妇普遍存在保健知识和婴幼儿护理知识的欠缺,难以保障为新生儿及产妇本身提供高质量的护理。助产士会进行面对面了解和指导,帮

助产妇答疑解惑,减少其焦虑,使其充分了解分娩的过程,助力其安心分娩。助产士在人性化护理中可给与产妇积极的心理支持,同时也可排解孕妇的不良情绪,为其顺利分娩起到一定的积极作用。因此,提倡给予产妇人性化护理,减轻分娩痛苦,提高母婴分娩安全系数,有利于维护良好的护患关系,有助于促进产妇的恢复。

参考文献

- [1] 李春晶,肖玉芹,王文丽. 围生期妇产科助产士一体化护理临床研究[J]. 中国保健营养,2020,30(13):243-244.
- [2] 陈博. 基于助产士围生期一体化护理的实践研究[J]. 实用妇科内分泌电子杂志,2019,6(11):149,152.
- [3] 董启琴,周琴. 助产士围生期一体化护理对提高初产妇分娩质量的影响分析[J]. 医学食疗与健康,2022,20(3):107-110.
- [4] 饶建龙. 产科分娩室人性化护理对孕产妇心理状态及护理满意度的影响[J]. 河南医学高等专科学校学报,2022,34(1):100-102.
- [5] 施影. 人性化护理在产科分娩室患者中的应用效果及对护理质量的影响[J]. 中国保健营养,2021,31(15):130.
- [6] 解文迪. 导乐分娩联合家庭式温馨护理环境对产妇及新生儿的影响[J]. 延安大学学报(医学科学版),2020,18(1):100-103.
- [7] 崔登娟. 助产士一对一全程陪伴分娩人性化护理模式在产科中的应用效果[J]. 保健文汇,2018(11):111.
- [8] 王华,胡善绘. 助产士导乐陪伴分娩对产妇产程、妊娠结局的影响[J]. 临床医学研究与实践,2022,7(26):169-171.

收稿日期: 2022年11月4日

出刊日期: 2022年12月2日

引用本文: 王雪飞,于珊珊. 人性化产科护理[J]. 现代护理医学杂志, 2022, 1(10):103-105

DOI: 10.12208/j.jmnm.202200627

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