

以家庭为中心的护理在产后抑郁护理中的应用

宋媛媛

淄博市张店区人民医院 山东淄博

【摘要】目的 重点分析产妇产后的抑郁防护与改善, 讨论以家庭为中心的护理要点以及产妇生活质量改善成效。**方法** 针对90例产妇为对象, 时间为2021年1月-2022年9月, 按照随机分组法将患者划分为两个组别, 对照组为常规围产期护理, 观察组为以家庭为中心的护理, 对比产妇情绪以及生活质量。**结果** 从数据可见, 观察组产妇在贝克抑郁问卷(BDI)和爱丁堡产后抑郁量表(EPDS)综合评估结果中优于对照组, 具有统计学意义($P < 0.05$)。同时, 在产妇生活质量综合评定(GQOL-I274)中, 观察组评分高于对照组, 差异显著($P < 0.05$)。最后, 在护理满意度量表(CSQ-8)中, 观察组得分高于对照组, 差异显著($P < 0.05$)。**结论** 采用以家庭为中心的护理对于产妇的抑郁情绪改善效果良好, 且有助于提升产妇产后生活质量, 故值得推广。

【关键词】 以家庭为中心的护理; 产后抑郁护理; 生活质量综合评定

The Application of Family-centered Care in Postpartum Depression Care

Yuanyuan Song

Zibo City, Zhangdian District People's Hospital, Zibo City, Shandong Province

【Abstract】Objective To analyze the postpartum depression protection and improvement, to discuss the family-centered nursing points and the maternal quality of life improvement results. **Methods** For 90 maternal patients from January 2021 to September 2022, the patients were divided into two groups according to the randomization method, the control group was the routine perinatal care, and the observation group was the family-centered care, comparing the maternal mood and quality of life. **Results** According to the data, the observed mothers were better than the controls in the Baker Depression questionnaire (BDI) and the Edinburgh Postpartum Depression Scale (EPDS) ($P < 0.05$). Meanwhile, in the comprehensive assessment of maternal quality of life (GQOL-I274), the observation group had higher scores than the control group, with a significant difference ($P < 0.05$). Finally, in the nursing satisfaction scale (CSQ-8), the observation group scored higher scores than the control group, with significant differences ($P < 0.05$). **Conclusion** Family-centered care can improve maternal depression well and help improve maternal postpartum quality of life, so it is worth promoting.

【Key words】 family-centered care; postpartum depression care; comprehensive assessment of quality of life

产后抑郁指的是无精神障碍史女性在分娩后出现的情绪过度低落, 焦虑和烦躁不安而产生的产褥期并发症, 对产妇生活造成了严重影响。针对产后抑郁, 除了药物治疗还要采取积极的预防护理, 帮助患者了解分娩过程, 加强心理呵护, 在个性化干预下来提升自我效能。以家庭为中心的护理是通过传递健康信念鼓励家庭成员与医护人员共同合作, 来帮助患者改善身心状态的一种新型医疗模式。针

对于产后抑郁, 特别是初产妇而言, 能够有效的改善效果。鉴于此, 针对90例产妇为对象, 时间为2021年1月-2022年9月, 按照随机分组法将患者划分为两个组别, 对具体情况汇报如下。

1 资料与方法

1.1 一般资料

针对90例产妇为对象, 时间为2021年1月-2022年9月, 按照随机分组法将患者划分为两个组别,

对照组产妇 45 例, 年龄 25~32 岁, 平均年龄 (29.5±1.9) 岁, 孕周 31~40 周, 平均孕周 (38.3±2.2) 周; 观察组产妇 45 例, 年龄 24~33 岁, 平均年龄 (28.8±2.1) 岁, 孕周 32~41 周, 平均孕周 (39.6±2.1) 周, 两组产妇在基线资料对比下, 无统计学意义 ($p>0.05$)。

纳入标准: ①产妇在孕期均在我院产检, 且产检时间、次数符合规定; ②产妇均符合剖腹产指征, 且已安排时间进行手术; ③产妇的档案资料齐全; ④产妇及其家属均知晓本次调研的内容, 且自愿参与调研; ⑤产妇无其他器质性疾病; ⑥产妇均为单胎, 且已足月。

排除标准: ①患有器质性疾病的产妇; ②具有精神疾病的产妇; ③档案或资料不齐全的产妇; ④在调研期间出现严重并发症需立即进行治疗的产妇; ⑤先兆流产、胎盘早脱等情况出现的产妇; ⑥麻醉效果不佳的产妇。

1.2 实验方法

对照组为常规围产期护理, 了解产妇的特征, 情绪状态和工作情况, 帮助产妇降低对分娩的焦虑和不安, 了解其对于即将发生的身份角色变化, 是否有其他方面压力。在护理期间要耐心地开展心理疏导, 给予产妇更多的来自社会及家庭的关心和支持。

观察组为以家庭为中心的护理, 首先加强对产妇的健康教育, 可以通过健康手册发放的形式, 针对产后康复、母乳喂养以及新生儿照顾进行要点指导。其次则为康复护理, 在产后产妇的饮食要格外注意, 要以易消化高蛋白食物为主, 同时还要注重产后康复训练, 如体操盆底肌功能恢复等。接着为心理疏导, 既要满足产妇的个人习惯爱好, 保持乐

观的心情, 家人要主动给予关心, 并协调好工作和相关的社会关系。对家庭成员进行有关心理卫生方面的宣教, 做好家庭成员间的相互沟通, 建立温馨的家庭氛围, 关心产妇的心理感受, 对刺激产妇情绪的敏感问题应尽力避免。家属在陪护过程中要多倾听产妇的意愿和诉求, 以家庭休闲沟通的方式进行减压。要针对产后的心理压力产生原因进行统计分析, 在新生儿的照顾上更鼓励配偶共同参与, 帮助产妇转移注意力并适应社会角色的转变。

1.3 评价标准

对比贝克抑郁问卷 (BDI) 和爱丁堡产后抑郁量表 (EPDS) 综合评估结果。在 BDI 量表中, 涉及 21 项, 按照 4 级评分法, 满分为 63 分, 得分在 10-16 分则为轻度抑郁, 17-29 为中度, 超过 30 分则为重度抑郁。在 EDPS 评分中, 涉及 10 个项目, 按照 4 级评分法, 得分在 13 分以上为抑郁, 9-13 分为轻度抑郁, 不足 9 分为未见抑郁症状。

在产妇生活质量调研中, 采用产妇生活综合评定 (GQOL-I274) 问卷, 按照 5 级评分法, 各个维度分数越高, 生活质量越好。

对比产妇护理满意度量表 (CSQ-8), 从 8 个项目中, 按照 4 级计分法, 总分在 32 分。分数越高, 则为对护理工作满意度越高。

1.4 统计方法

SPSS 23.0 处理数据, t 作用是: 检验计量资料, 其表现形式是 ($\bar{x}\pm s$), χ^2 作用是: 检验计数资料, 其表现形式是 [n (%)]。 $P<0.05$, 差异显著。

2 结果

观察组产妇在贝克抑郁问卷 (BDI) 和爱丁堡产后抑郁量表 (EPDS) 综合评估结果中优于对照组, 具有统计学意义 ($P<0.05$)。如表 1 所示。

表 1 两组产妇 BDI 和 EPDS 评分对比分析 ($\bar{x}\pm s$, 分)

组别	BDI 评分		EPDS 评分	
	护理前	护理后	护理前	护理后
对照组 (n=45)	26.43±2.34	13.56±1.27	18.37±3.20	11.65±1.29
观察组 (n=45)	27.09±2.55	9.34±1.23	19.01±2.24	8.27±0.98
t	0.543	12.358	1.020	13.219
p	>0.05	<0.05	>0.05	<0.05

同时, 在产妇生活质量综合评定 (GQOL-I274) 中, 在生理功能、心理功能、精神健康以及社会功能方面, 观察组的评分分别为 (89.32±3.23) 分、(80.98±5.43)、(90.34±5.32) 分、(92.33±2.89)

分, 高于对照组的 (78.90±3.12) 分、(72.89±4.30)、(80.78±4.15) 分、(81.48±5.32) 分, 差异显著 ($P<0.05$)。

最后,在护理满意度量表(CSQ-8)中,观察组得分为(29.10±2.32)分,对照组则为(26.31±2.87)分,差异显著(P<0.05)。

3 讨论

产妇在分娩期的情绪状态波动大,对分娩多少有焦虑感,在产妇会出现不同程度的疼痛,无法在产后的规定时间下床活动,无法翻身、走路等,而这一情况也会持续反映在生活中。即使在分娩之后也不能忽略对产妇的关注,据调研仍有部分产妇存在新生儿照顾、家庭生活以及职场生活方面的压力,这些都是导致产妇情绪焦虑焦躁的原因。产后抑郁症属于常见的产科女性疾病,产妇在经历孕期分娩之后的情绪波动较大,在身份变化上也存在不同的承受力,特别是在当下家庭和社会因素都成为引起产后并发症的主要原因。做好产妇产后抑郁症的预防十分重要。对于产后抑郁症其多出现在分娩后一个月内,产妇有过度的悲伤忧郁,且容易激惹,在不良情绪下会引起严重的应激反应,加上产后疼痛,乳房胀痛,激素水平迅速下降等,容易对其身心健康造成不良影响。

在采用以家庭为中心的护理干预策略下,家属和护理人员能够为产妇提供全力支持,包括日常生活中的照顾精神,安抚情绪,安抚等缓解其情绪上的紧张跟焦躁,使其抑郁状态得到缓解,并提升心理韧性和自信心,更好的照顾新生儿,投入到新的家庭生活中去。做好产妇产后抑郁的发生也是产科工作的重心之一,通过的产科护理模式,调动了家属的参与感,在家属和产妇之间的相互配合中,也能够提升产妇的内心安全感,并更好地更好地适应自身角色的转换。这就需要医护人员做好与家属的沟通工作,进行健康宣讲,为家属讲解产后抑郁的相关知识,并提升对产妇心理问题的关注。除此之外需要改善病房环境,家庭环境,使产妇更多的归属感和安全感,减少企业心理上的不确定性,要重视与患者的交流,倾听产妇诉求,寻找产妇心理消极问题的产生原因,并加强针对性疏导。除此之外,很多产妇的心理问题与新生儿照顾有关,故而要帮助其掌握正确的母乳喂养方式以及新生儿护理要点,使其尽快适应母亲角色,提升产妇幸福感。另一方面焦虑则来自产妇产自身的不适,产妇可以通过功能性锻炼,营养补充的方式来缓解产妇自身问题,加强腿部按摩,足部按摩,减少产后并发症。通过家属的陪伴和支持,能够解决产妇大部分的心理问题,缓解其分娩前后的压力。

结合本次调研结果可见,观察组产妇在贝克抑

郁问卷(BDI)和爱丁堡产后抑郁量表(EPDS)综合评估结果中优于对照组,同时,在产妇生活综合评定(GQOL-I274)、护理满意度量表(CSQ-8)中,观察组得分高于对照组,这些可进一步说明丈夫及家人有责任给予关心和生活中的帮助,减少精神刺激,从而减少或减轻产后抑郁的发生。

综上所述,采用以家庭为中心的护理对于产妇的抑郁情绪改善效果良好,且有助于提升产妇产后生活质量,故值得推广。

参考文献

- [1] 沈凯峰.以家庭为中心的产科护理干预对产褥期产妇预防产后抑郁的影响[J].中国医药指南,2021,19(23):85-86+89.
- [2] 岳媛,尹一青,董梅副.以家庭为中心的产科护理对预防产褥期产妇产后抑郁的临床有效性[J].中国社区医师,2021,37(11):155-156.
- [3] 彭银群,周静,杨艳.以家庭为中心的协同护理结合音乐疗法对预防产后抑郁的效果分析[J].当代护士(上旬刊),2021,28(01):115-116.
- [4] 江源.以家庭为中心的产科优质护理对产后抑郁患者相关指标的影响[J].当代护士(上旬刊),2020,27(12):120-122.
- [5] 朱琳,张颖莉.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[J].临床医学研究与实践,2020,5(32):187-189.
- [6] 刘葵英.以家庭为中心的产科护理预防产后抑郁效果分析[J].基层医学论坛,2020,24(24):3475-3477.
- [7] 魏玉兰.家庭为中心的产后护理在产褥期产妇产后抑郁预防中的应用[J].中外女性健康研究,2020(05):142-143.
- [8] 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.

收稿日期:2022年11月24日

出刊日期:2022年12月25日

引用本文:宋媛媛.以家庭为中心的护理在产后抑郁护理中的应用[J].现代护理医学杂志,2022,1(12):124-126

DOI: 10.12208/j.jmm.202200766

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