

# 产后康复护理模式对初产妇产宫复旧及产褥感染发生率的影响

李 琳

长沙市第四医院产科 湖南 长沙 410000

**【摘要】**目的：分析产后康复护理模式对初产妇产宫复旧及产褥感染发生率的影响。方法：选取2023年10月至2024年10月初产妇98例，使用电脑随机法分为2组，均为49例。对照组应用常规护理，观察组应用产后康复护理模式，比较护理效果。结果：观察组子宫复旧情况，优于对照组（ $P<0.05$ ）；观察组产后并发症发生率，低于对照组（ $P<0.05$ ）；观察组干预后盆底肌肉I、II类纤维疲劳度和肌电值，均优于对照组（ $P<0.05$ ）；观察组泌乳始动时间，血清泌乳素水平，母乳喂养率均优于对照组（ $P<0.05$ ）。结论：采用产后康复护理模式，有助于产妇产宫复旧情况改善，产褥感染等并发症发生率较低，对产妇盆底肌功能以及泌乳情况改善也具有重要作用，有借鉴价值。

**【关键词】**：产后康复护理模式；初产妇；子宫复旧；产褥感染

DOI:10.12417/2705-098X.26.10.099

初产妇在分娩过程中，由于经验不足，产后康复阶段容易出现情绪波动，另外，在孕期和分娩期间，初产妇盆底功能和激素水平发生改变，这也是造成产妇产后盆底功能障碍和负面情绪的主要因素<sup>[1]</sup>。盆底功能障碍可引起女性的生理和社交机能紊乱，进而降低其生活质量，所以在产后早期，采取科学有效的康复策略至关重要，有助于产妇产后康复。随着近几年医疗技术的发展和进步，产后康复护理已逐步发展成了产科临床上的一种高质量的辅助手段，它不仅可以起到预防和保护的作用，还可以增强患者对疾病的风险的保护作用，针对初产妇的产后康复护理主要是针对产妇的乳房、卵巢、子宫、盆底肌等有关的脏器，通过现代，科学的方法进行康复护理，通过对产妇进行康复治疗，可以提高产妇的心理健康水平，提高产妇健康水平，还可促进产妇的母乳分泌和子宫收缩，可有效控制产褥感染等产后并发症的发生率，具有重要的应用价值<sup>[2]</sup>。为此，本研究将针对以上内容进行分析，具体如下。

## 1 一般资料和方法

### 1.1 一般资料

选取2023年10月至2024年10月初产妇98例，使用电脑随机法分为2组，均为49例。对照组平均（ $25.11\pm 3.02$ ）岁，孕周平均（ $39.42\pm 2.56$ ）周；观察组平均（ $25.19\pm 3.11$ ）岁，孕周平均（ $39.39\pm 2.58$ ）周。两组患者一般资料比较，差异无统计学意义（ $P>0.05$ ）。

### 1.2 方法

#### 1.2.1 对照组

对照组采用常规护理，主要包括按照日常护理流程，为患者提供护理，保证房间空气清洁、整齐，保持房间温度和湿度适宜，定时地对房间进行消毒。指导产妇一定要按照医生的要求用药，同时要监测患者服药的状态；在膳食上，护士要对膳食进行严密的指导；在分娩后，根据产妇承受能力，对其进行盆底肌肉的锻炼。

#### 1.2.2 观察组

观察组产妇在对照组基础上，接受产后康复护理，具体内容如下：

（1）构建产后康复护理团队：护理人员由护士长以及资深护理人员组成，由护士长为全体人员提供专业训练，尽量为个别患者或相似患者制订针对性的护理计划。护士要在护理过程中，严格遵守规定的记录单、术前访视单、医嘱等内容，在交班时要准确、全面地交代清楚，并且要做好详细的记录，确保整个护理过程的标准化和全面。

（2）转变护理观念。坚持以患者为核心的护理准则，初产妇在怀孕和生产方面缺乏相关的认识，可能会有消极的情绪，如焦虑、抑郁等，并会对整个护理过程表示怀疑和不满。在这一点上，护士应该保持一种非常热心的工作态度，并且要有耐心地向产妇讲解怀孕和分娩的卫生常识和服务过程，并且要穿着整洁的衣服，说话要温柔。

（3）产后康复练习：对宫缩过程中的产妇要进行腹部按摩，减轻患者的疼痛。要做好盆底肌肉的锻炼，顺产的产妇要产后2天开始做，剖宫产的产妇要在5天后开始做盆底肌的功能锻炼，让产妇躺在床上，两条膝盖并拢，同时教产妇做肛门和尿道的收缩练习，每天2次，间隔10分钟一次。引导妇女做好乳腺和子宫保养工作，可提供保健宣传资料，或者提供录像和图片。告诉产妇经常进行按摩乳房的好处，并告诉其有关办法。

（4）加强产妇的保健知识，注意私处的卫生，指导产妇每天进行私处清洗，以减少发生的概率。加强对新生儿哺乳的认识，向新生儿解释哺乳的益处和与婴幼儿发育有关的营养成分，加强新生儿哺乳的规范化，并使其学会正确的哺乳体位。

（5）生活指导：教导母亲如何照顾婴儿，教导母亲如何使用婴儿的尿片，并为婴儿提供抚触。

（6）情绪指导：在对产妇进行角色转变的引导方面，由于产妇在做了妈妈之后，难以从角色的转变中得到很大的转

变, 导致产妇容易产生焦虑和抑郁情绪。所以, 在对新妈妈进行角色转变辅导时, 要注意对其进行心理辅导。帮助产妇尽早地适应自己的角色转变, 鼓励产妇多与宝宝交流, 增强宝宝和妈妈的感情。同时, 护士要经常和产妇进行交流, 理解她们的疑问, 做好解释工作。

### 1.3 观察指标

(1) 对两组患者的子宫复旧情况进行统计, 统计内容包括恶露持续时间, 子宫纳入骨盆时间、子宫复旧时间、子宫复旧不良率。

(2) 对两组患者产褥期感染, 便秘, 尿失禁等并发症发生率进行统计。

(3) 在两组患者干预前后, 对患者盆底肌肉I、II类纤维疲劳度和肌电值, 采用 MEB-2306C/-2312C 肌电诱发电位仪, 进行检测比较。

(4) 对两组患者泌乳情况进行统计, 统计内容主要包括开始泌乳时间、母乳喂养率以及护理干预前后血清泌乳素水平。

### 1.4 统计学分析

以 SPSS22.0 版本软件, 处理数据, 计量资料以“t”计算, 计数资料用  $\chi^2$  核实, 分别以  $(\bar{x} \pm s)$ 、 $(\%)$  表示,  $P < 0.05$  为有统计学意义。

## 2 结果

### 2.1 子宫复旧情况

观察组子宫复旧情况, 优于对照组 ( $P < 0.05$ ), 见表 1。

表 1 子宫复旧情况 ( $n, \bar{x} \pm s, \%$ )

组别	观察组	对照组	t/X <sup>2</sup>	P
n	49	49		
恶露持续时间(d)	29.61 ± 2.84	32.43 ± 3.56	4.335	0.000
子宫纳入骨盆时间(d)	7.29 ± 2.21	9.27 ± 2.48	4.172	0.000
子宫复旧时间(d)	35.58 ± 3.91	40.64 ± 5.04	5.553	0.000
子宫复旧不良率(%)	1(2.05)	7(14.29)	4.900	0.027

### 2.2 并发症发生率

观察组患者并发症发生率, 低于对照组, ( $P < 0.05$ ), 见表 2。

表 2 并发症发生率 ( $n, \%$ )

组别	观察组	对照组	X <sup>2</sup>	P
n	49	49		

产褥期感染	0	4		
便秘	1	2		
尿失禁	1	2		
并发症发生率	2(4.08)	8(16.33)	4.009	0.045

### 2.3 盆底功能

观察组患者干预后, 盆底肌肉I、II类纤维疲劳度和肌电值, 优于对照组, ( $P < 0.05$ ), 见表 3。

表 3 盆底功能

组别	n	I类纤维		II类纤维	
		疲劳度(%)	肌电值( $\mu$ V)	疲劳度(%)	肌电值( $\mu$ V)
干预前					
观察组	49	-5.41 ± 0.54	3.69 ± 0.43	-4.58 ± 0.47	4.43 ± 0.46
对照组	49	-5.43 ± 0.56	3.67 ± 0.42	-4.53 ± 0.46	4.41 ± 0.47
t		0.180	0.233	0.532	0.213
P		0.858	0.816	0.596	0.832
干预后					
观察组	49	-2.61 ± 0.24	5.79 ± 0.62	-1.78 ± 0.18	6.43 ± 0.64
对照组	49	-3.83 ± 0.76	4.87 ± 0.54	-2.43 ± 0.24	5.64 ± 0.57
t		10.715	7.833	15.167	6.453
P		0.000	0.000	0.000	0.000

### 2.4 泌乳情况

观察组泌乳情况, 优于对照组 ( $P < 0.05$ ), 见表 4。

表 4 泌乳情况

组别	观察组	对照组	t	P
n	49	49		
血清泌乳素水平 (ng/mL)				
干预前	186.21 ± 32.44	186.23 ± 32.46	0.003	0.998
干预后	378.69 ± 54.61	342.67 ± 48.37	3.426	0.001
开始泌乳时间(h)	13.29 ± 1.21	18.27 ± 1.34	19.308	0.000
母乳喂养率(%)	47(95.92)	40(81.63)	5.018	0.025

### 3 讨论

女性在完成分娩后,一般会在42天内进行子宫复旧,这是女性在分娩时,必须经历的一个阶段。但是对初产妇,因为初产妇缺乏妊娠经验,对子宫复旧认识不足,在各种原因的作用下,很有可能会发生子宫复旧不良,这会让初产妇的身体更加疼痛,也会降低生活品质,甚至会危及性命<sup>[3]</sup>。以日常护理和日常保健为主要内容的产后护理模式,缺乏对术后早期康复过程中的复旧动态评估、感染风险分层管理、盆底肌功能分级与哺乳辅助等环节的整合,无法满足初产妇产后康复护理的实际需求<sup>[4]</sup>。近几年,以循证学为基础的产后康复护理在我国逐步形成。在此基础上,建立多维评价的产后康复照护模型,可实现对子宫复旧机制的精确干预,建立感染防控闭环,实施盆底肌肉分级培训和全过程母乳喂养,可实现对初产妇产后多器官功能的有效改善,可降低并发症的发生率,具有重要的应用价值<sup>[5]</sup>。

本研究中,观察组子宫复旧情况,优于对照组,分析原因可能为产后康复护理模式在分娩后的宫缩过程中,给予常规的腹部推拿(每天2次,每次10min),以物理的方式来促进子宫平滑肌的收缩能力,促进恶露的排除和宫腔内的积血的排除,从而使子宫复旧的速度大大加快。通过母乳喂养姿势引导和乳腺推拿(测量),发挥婴幼儿吮吸-缩宫素分泌-宫缩强化的神经反应机理,以顺产2天/剖宫产5天开始泌乳-复旧,以消除早期训练带来的不利后果,保证子宫在没有外加外力的情况下有效的修复。对照组只给予非特定的盆底肌肉训练,缺少有针对性的子宫推拿和分期介入,从而会导致子宫复旧情况不理想<sup>[6]</sup>。

本研究中,观察组并发症发生率,低于对照组,原因可能为产后康复护理模式每天规范的外阴清洁程序(如温水冲洗、从前向后擦拭),以减少外阴切口的细菌定植。通过信息教育,提高孕妇自理能力,实现医务人员引导患者实施的闭环管理<sup>[7]</sup>。护士小组按照规定的程序严格执行记录单和术前访视单等,防

止由于不规范的手术而引起的医院内菌血症,比单纯的言语教学更加持久和可行。对照组单纯依靠病室内的空气消毒和药物的常规监控,在护理过程中缺乏进行系统的引导,从而导致产褥感染并发症发生率较高<sup>[8]</sup>。

本研究中,2组的肝功能指标本研究中,观察组盆底肌肉I、II类纤维疲劳度和肌电值,由于对照组原因分析可能为产后康复护理模式可依据不同的生产模式设置活动起始日,可有效防止因手术引起的术后不适或活动无效,保证了培训的安全和依从性,采用每天2次,每次10min的肛-尿道收缩运动,有目的地提升I、II类纤维疲劳度和肌电值,逐级提高肌电数值,减少疲劳度。由经验丰富的护理人员进行详细的讲解(比如,跪姿等),以防止患者因为不正确的动作而出现骨盆肌肉的代偿,从而达到最好的锻炼效果。对照单纯按照、孕妇耐受度进行基本锻炼,没有进行纤维种类和生产模式的划分,没有科学和规律的锻炼,从而导致盆底功能恢复效果不理想<sup>[9]</sup>。

本研究中,观察组盆底肌肉I、II类纤维疲劳度和肌电值,由于对照组原因分析可能为产后康复护理模式在分娩后的初期进行胸部按摩,可以让乳腺管的畅通,同时还可以配合早吸奶的引导,来激发乳头的神经末梢,从而加快催乳激素的分泌和泌乳的启动;以产妇为中心,减轻压力性激素对乳汁分泌的影响;采用婴儿抚触、角色适应指导等方法,增加母亲对哺乳的信心,建立情感平稳-泌乳素分泌-哺乳顺利的良好循环;通过对母乳喂养的好处和营养成分进行了详尽的阐述,相比于普通的饮食指南,更加准确的消除初产妇对于母乳喂养的认识盲点。对照组由于缺少系统的乳房按摩、心理支持和技术引导,从而会导致开始泌乳时间延长,泌乳素水平不足和低喂养自我率<sup>[10]</sup>。

综上所述,采用产后康复护理模式,有助于产妇产后子宫复旧情况改善,产褥感染等并发症发生率较低,对产妇盆底肌功能以及泌乳情况改善也具有重要作用,值得推广。

### 参考文献:

- [1] 苏秀红.多元化康复护理联合叙事护理对产妇产后盆底康复及心理状态的影响[J].中国医药指南,2024,22(36):57-59.
- [2] 任燕凌.信息-动机-行为康复护理在产后盆底功能障碍产妇护理中对其盆底肌肌力的影响[J].中国医药指南,2024,22(34):91-93.
- [3] 李晓敏,刘一芳.赋能教育联合 WAFF 运动康复护理干预在产后盆底功能康复中的应用[J].安徽医学专报,2024,23(05):119-121+135.
- [4] 吉金.行为分阶段转变理论联合康复护理对初产妇产后盆底功能恢复的影响[J].智慧健康,2024,10(30):119-122.
- [5] 胡芸芸.生物刺激反馈仪联合延伸护理在产妇产后康复护理中的应用[J].现代诊断与治疗,2024,35(19):2978-2979+2982.
- [6] 郑丹萍.叙事护理联合早期盆底肌康复护理对产妇泌乳及子宫脱垂预防效果的影响[J].医学信息,2024,37(17):169-172.
- [7] 曾红梅,邹莉,谢晓静.EENC 技术联合产后康复护理对产妇泌乳与新生儿早期预后的影响[J].当代护士(下旬刊),2023,30(11):46-49.
- [8] 曹琳琳.产后康复综合治疗仪联合康复护理促进产妇产后泌乳的作用分析[J].中国冶金工业医学杂志,2023,40(5):602-603.
- [9] 陈秀雯.快速康复外科护理在剖宫产产妇中的应用效果[J].中国民康医学,2023,35(14):181-183.
- [10] 李爽.产后康复护理在剖宫产产妇中的应用及对产妇产后子宫复旧、泌乳的影响[J].名医,2023,(13):105-107.