

家属参与孕期训练对初产妇分娩、母乳喂养及新生儿护理能力的影响

乔慧华

(山东省泰安市肥城市中医医院 山东 泰安 271600)

【摘要】目的:针对初产妇,探究家属参与孕期训练对分娩、母乳喂养及新生儿护理能力的影响效果。**方法:**本次研究选取2020年2月到2021年2月时间段内在本院接受分娩的106例初产妇作为观察对象。采用掷骰子法将初产妇随机分为对照组和研究组。对照组53例,由初产妇单独参与孕期训练;实验组53例,由家属陪同初产妇参与孕期训练中。通过对比两组初产妇的自然分娩情况、各个产程时间、母乳喂养率以及新生儿护理能力情况,探究两种孕期训练方式的影响效果。**结果:**研究组产妇的自然分娩率(92.45%)明显高于对照组产妇(75.47%),比较差异存在统计学意义($P < 0.05$);研究组产妇的第一产程(410.4 ± 98.9)min、第二产程(45.6 ± 7.2)min、第三产程(7.2 ± 2.4)min、总产程时间(463.2 ± 108.5)min均明显短于对照组产妇(575.4 ± 109.7)min、(74.4 ± 10.8)min、(9.8 ± 3.2)min、(659.6 ± 123.7)min,比较差异具有统计学意义($P < 0.05$);研究组产妇的母乳喂养率(88.68%)高于对照组产妇(73.58%),比较差异具有统计学意义($P < 0.05$);研究组产妇的新生儿护理能力(98.11%)优于对照组产妇(84.91%),比较差异具有统计学意义($P < 0.05$);研究组产妇的孕期训练满意度(96.23%)高于对照组产妇(86.79%),比较差异具有统计学意义($P < 0.05$)。**结论:**相较于孕妇单独参与孕期训练,家属参与孕期训练的方式,可以缩短初产妇的各个产程时间,有效提高母乳喂养率、自然分娩率、新生儿护理能力以及满意度,其应用效果显著。

【关键词】家属参与;孕期训练;初产妇;母乳喂养;新生儿护理

【中图分类号】R473.71

【文献标识码】B

【文章编号】1002-8714(2022)05-0199-02

为了提高我国的人口出生率,解决老年化问题,我国逐渐开放了二胎政策,从而导致近年来我国的产妇数量呈上升趋势^[1]。妊娠结果是受到多方面影响的,如家庭因素、环境因素等,产妇在分娩期间需要承受心理、生理的双重压力。而随着社会经济的不断发展,人们的生活节奏加快、生活方式、思想观念都有一定程度的改变,从而造成剖宫产的概率增加,母乳喂养率逐渐降低。尤其在初产妇中的情况更为常见^[2]。为此,需要加强产妇孕期训练,改变思想观念,从而改善分娩结果、提高自然分娩率和母乳喂养率,并且提升新生儿的护理能力。本次研究从2020年2月-2021年2月在本院接收的初产妇中选取106例,探究家属参与孕期训练对分娩、母乳喂养及新生儿护理能力的影响效果。

1 资料与方法

1.1 一般资料

选取2020年2月到2021年2月期间内在本院接受分娩的106例初产妇作为本次研究的对象。工作人员通过掷骰子法将初产妇随机分为对照组和研究组。研究组产妇53例,年龄最大为34岁,最小为21岁,平均年龄为(28.75 ± 1.51)岁。研究组产妇53例,年龄最大为32岁,最小为20岁,平均年龄为(28.52 ± 1.86)岁;所有产妇及家属对本次研究均知情并签署同意书,并通过了本院伦理委员会批准。两组初产妇在年龄、胎次、胎位、文化程度等基本资料对比差异均无统计学意义($P > 0.05$),具有可比性。

1.2 方法

对照组产妇单独参与孕期训练,而实验组产妇由家属陪同一起参与孕期训练。孕期训练内容如下:

(1) 孕期宣传和产妇资料整理

在产科门诊的宣传栏内或科室走廊、病房内贴上孕期训练宣传海报以及孕期训练相关的授课内容、授课流程等。并且对参与孕期训练的初产妇发放孕期训练宣传手册,从而让孕妇对孕期训练的内容、流程等有一个初步的了解和掌握。与此同时,工作人员需要对研究组、实验组中的所有产妇资料进行整理、归档,存入到电子档案中,资料内容主要为孕妇的产检结果、各项基本资料、产褥期以及开展孕期训练的课程表和课程内容等^[3]。从而利于护理人员充分掌握孕妇的各方面信息以及孕期训练的具体时间、具体流程等,并定期对产妇以及产妇家属的参与情况进行调查和监督。

(2) 孕期训练方法

在实际的孕期训练过程中,主要将训练内容分为两方面。一

方面,针对孕周达到28周的孕妇,护理人员让孕妇参加拉玛泽呼吸法的训练内容。孕妇进行拉玛泽呼吸法训练时,需要专业的训练人员对孕妇进行全程指导,对于观察组的产妇,需要让家属共同参与到训练当中,陪着产妇一同进行训练。拉玛泽呼吸法训练的内容主要氛围三个步骤,首先孕妇需要深呼吸,并保持全身肌肉放松。其次,孕妇需要缩进左臂的同时握拳,然后伸直、抬高、放下左臂,要让除了子宫以外的部分放松。最后再次采用胸式呼吸法^[4]。通过反复的练习呼吸技巧以及对肌肉的有效控制,从而增强孕妇以及胎儿的健康。对于研究组,训练人员需要指导家属检查和监督产妇的训练状态和放松情况,让孕妇能够熟练的掌握训练方法,进而增强夫妻感情或家属之间的情感,减少对分娩的恐惧和紧张。另一方面,训练人员为两组初产妇和研究组中的家属分发相应的孕期训练道具^[5]。指导孕妇、家属如何进行母乳喂养,以模型为教学工具进行母乳喂养展示。并且,讲解母乳喂养的相关知识以及母乳喂养对新生儿的益处,指导家属和孕妇关于挤奶方法、处理乳胀、新生儿抚触、沐浴、日常护理等多方面技巧和方法,从而让孕妇和家属能够通过训练人员的引导进行学习和实践,从而能够更好地应用到实际中。

(3) 孕期训练效果评价。工作人员需要对研究组及实验组初产妇的各个产程时间、自然分娩率进行详细统计。并经过3天后,调查两组初产妇的新生儿护理能力,护理能力采用本院自制的调查表进行评估。本次的问卷调查,共发放了106份,回收有效问卷调查表为106份,回收率为100%。

1.3 观察指标

1.3.1 对比两组产妇的分娩方式,分为自然分娩、阴道助产、剖宫产。

1.3.2 对比两组产妇的时间,具体分为第一产程、第二产程、第三产程、总产程。总产程时间=(第一产程时间+第二产程时间+第三产程时间)^[6]。

1.3.3 对比两组产妇的新生儿护理能力情况,具体分为自行护理、部分护理、不能护理^[7]。护理有效率=(自行护理例数+部分护理例数)/总例数。

1.3.4 对比两组产妇的母乳喂养情况,分为纯母乳喂养和混合喂养。

1.3.5 孕期训练满意度采用本院自制问卷进行评估,满分100分,80-100分为非常满意;60-79分为一般满意;0-59分为不满意。

1.4 统计学分析

本次研究数据均采用 SPSS 24.0 统计学软件进行,计数资料用(n/%)表示,χ² 检验,计量资料用($\bar{x} \pm s$)表示,t 检验,P < 0.05 表示差异具有统计学意义。

2 结果

2.1 两组产妇分娩方式比较

研究组产妇的自然分娩率明显高于对照组产妇,比较差异存在统计学意义(P < 0.05),具体数据如表 1 所示。

表 1 对比两组产妇分娩方式[n(%)]

组别	自然分娩	阴道助产	剖宫产
研究组(n=53)	49(92.45)	1(1.89)	3(5.66)
对照组(n=53)	40(75.47)	3(5.66)	10(18.87)
χ ² 值	5.6748	1.0392	4.2961
P 值	0.0172	0.3080	0.0382

2.2 两组产妇产程时间比较情况

研究组产妇的第一产程、第二产程、第三产程、总产程时间均明显短于对照组产妇,比较差异具有统计学意义(P < 0.05),具体数据如表 2 所示。

表 2 两组产妇产程时间比较($\bar{x} \pm s, \text{min}$)

组别	第一产程	第二产程	第三产程	总产程
研究组 (n=53)	410.4 ±98.9	45.6 ±7.2	7.2 ±2.4	463.2 ±108.5
对照组 (n=53)	575.4 ±109.7	74.4 ±10.8	9.8 ±3.2	659.6 ±123.7
t 值	8.1328	16.1531	4.7321	8.6853
P 值	0.0000	0.0000	0.0000	0.0000

2.3 比较两组产妇的母乳喂养情况

研究组产妇的母乳喂养率高于对照组产妇,比较差异具有统计学意义(P < 0.05),具体数据如表 3 所示。

表 3 两组产妇母乳喂养率比较[n(%)]

组别	混合喂养	纯母乳喂养
研究组(n=53)	6(11.32)	47(88.68)
对照组(n=53)	14(26.42)	39(73.58)
χ ² 值		3.9442
P 值		0.0470

2.4 比较两组产妇的新生儿护理能力

研究组产妇的新生儿护理能力优于对照组产妇,比较差异具有统计学意义(P < 0.05),具体数据如表 4 所示。

表 4 两组产妇的新生儿护理能力情况对比[n(%)]

组别	自行护理	部分护理	不能护理	护理有效率
研究组(n=53)	34(64.15)	18(33.96)	1(1.89)	52(98.11)
对照组(n=53)	24(45.28)	21(39.62)	8(15.09)	45(84.91)
χ ² 值				5.9496
P 值				0.0147

2.5 比较两组产妇的孕期训练满意度

研究组产妇的孕期训练满意度高于对照组产妇,比较差异具有统计学意义(P < 0.05),具体数据如表 5 所示。

表 5 对比两组产妇的孕期训练满意度[n(%)]

组别	非常满意	一般满意	不满意	满意度
实验组(n=53)	38(71.70)	13(24.53)	2(3.77)	51(96.23)
对照组(n=53)	33(62.26)	11(20.75)	9(16.98)	46(86.79)
χ ² 值				4.9703
P 值				0.0258

3 讨论

初产妇作为首次分娩的孕妇,缺乏分娩、母乳喂养、新生儿护理、日常生活等方面的经验,并且人们思想观念的转变,从而增加了剖宫产的几率,对初产妇不仅造成了影响,也对新生儿的护理及母乳喂养造成了影响^[8]。为此,需要对初产妇进行孕期训练,从而转变初产妇观念、提高自然分娩率、母乳喂养率以及新生儿护理能力等。而家属参与到孕期训练中,主要从两方面进行实施,一方面为孕期间的各种宣传和初产妇信息管理,通过宣传可以让孕妇及家属充分了解孕期训练内容和具体流程,信息管理可以让护理人员、助产人员充分了解初产妇的各个情况及基本信息,从而提高训练效率和质量^[9]。另一方面即孕期训练的具体方法,通过科学的指导和训练,让产妇可以提高分娩忍耐力、促进宫缩,通过呼吸法等训练方式进而放松肌肉,改善情绪等。家属的参与更能够提升亲人之间的情感,从而促进训练效果的提升^[10]。

本次研究结果显示,研究组产妇的自然分娩率明显高于对照组产妇(P < 0.05);研究组产妇的第一产程、第二产程、第三产程、总产程时间均明显短于对照组产妇(P < 0.05);研究组产妇的母乳喂养率高于对照组产妇,比较差异具有统计学意义(P < 0.05);研究组产妇的新生儿护理能力优于对照组产妇(P < 0.05);研究组产妇的孕期训练满意度高于对照组产妇(P < 0.05)。由此可以说明,家庭参与孕期训练的方式相较于初产妇单独参与具有一定优势,家庭参与孕期训练可以显著提升初产妇的自然分娩率、母乳喂养率、新生儿护理能力以及孕期训练满意度,缩短时间。

综上所述,对于初产妇而言,家属参与孕期训练对初产妇分娩、母乳喂养及新生儿护理能力的影响效果十分显著,值得推广和应用。

参考文献

- [1] 钟璐. 家属参与孕期训练对初产妇分娩、母乳喂养及新生儿护理能力的影响[J]. 饮食保健,2020,7(13):188-189.
- [2] 钟玉兰. 家属参与孕期训练对初产妇分娩、母乳喂养及新生儿护理能力的影响[J]. 实用妇科内分泌电子杂志,2019,6(33):138.
- [3] 左红梅,刘俊兰. 家属参与孕期训练对初产妇分娩、母乳喂养及新生儿护理能力的影响[J]. 实用妇科内分泌电子杂志,2019,6(17):127.
- [4] 高冬雁. 家属参与孕期训练对初产妇分娩、母乳喂养及新生儿护理能力的影响[J]. 东方药膳,2019(23):164.
- [5] 赵小玲. 家属参与孕期训练对初产妇分娩、母乳喂养及新生儿护理能力的影响[J]. 家有孕宝,2020,2(18):55.
- [6] 李红梅. 家属参与孕期训练对初产妇分娩、母乳喂养及新生儿护理能力的影响[J]. 养生保健指南,2017(6):234.
- [7] 沈萍. 家属参与孕期训练对初产妇分娩、母乳喂养及新生儿护理能力的影响[J]. 临床医药文献电子杂志,2019,6(24):120.
- [8] 马慧娜. 家属参与孕期训练对初产妇分娩、母乳喂养及新生儿护理能力的影响[J]. 糖尿病天地,2018,15(5):177-178.
- [9] 杨海燕. 家属参与孕期训练对初产妇分娩、母乳喂养及新生儿护理能力的作用评价[J]. 母婴世界,2019(4):169,171.
- [10] 常进华. 家属参与孕期训练对初产妇分娩及新生儿护理能力的影响[J]. 首都食品与医药,2018,25(11):91.