

# 探析健康教育在孕产妇产后出血护理中的效果

张立芳 谢春花 黄亚玉 付丽君  
(中山大学附属第三医院 广东 广州 510000)

**【摘要】**目的:研究临床对孕产妇产后出血实施健康教育的效果。方法:从2018年7月至2019年7月期间我院收治的孕产妇中挑选120例产后出血患者,随机分为对照组和观察组,每组60例,分别予以常规和健康教育护理干预,对比护理效果。结果:经护理,观察组产后2h、24h的出血量均少于对照组,SAS评分和SDS评分均少于对照组, $P < 0.05$ 。结论:健康教育在孕产妇情绪控制上效果显著,可加强对其产后出血的控制,为孕产妇的安全保障打下基础。

**【关键词】**孕产妇;产后出血;健康教育;护理效果

**【中图分类号】**R714

**【文献标识码】**A

**【文章编号】**1674-1412(2021)19-0171-01

目前公认孕产妇最危险的并发症之一便是产后出血,可致死亡,这一点从国内现有的产妇死亡数据中得到了最直接的体现<sup>[1]</sup>。该病的定义为产后2h出血量 $\geq 400$ ml或产后24h出血量 $\geq 500$ ml。一旦发生产后出血,可造成的危险包括感染、贫血、休克以及死亡等<sup>[2]</sup>。因此,对产后出血的警惕在产科非常必要。有文献指出,加强护理可强化对孕产妇出血的控制力度。

## 1 资料与方法

### 1.1 一般资料

从2018年7月至2019年7月期间我院收治的孕产妇中挑选120例产后出血患者,随机分为对照组和观察组,每组60例。两组资料差异不大, $P > 0.05$ ,见表1。

表1 对比两组资料

组别	例数	年龄(岁)	孕周(周)
观察组	60	28.11 $\pm$ 3.69	38.27 $\pm$ 2.75
对照组	60	28.23 $\pm$ 3.84	38.15 $\pm$ 2.87
<i>t</i>		0.175	0.234
<i>P</i>		0.860	0.816

### 1.2 方法

对照组从病情监测、膳食指导等方面进行常规干预。

观察组则优化常规护理方案,加强健康教育:

(1)产前。①基于对产后出血的警惕,在产前从妊娠期生理特点、优生优育分娩知识、孕期健康保健等方面为孕产妇进行宣教,使其能够充分认识妊娠生产,尤其是产后出血方面的内容,培养其自我保健能力。②告知并让孕产妇理解情绪问题对产后出血的刺激,指导其情绪放松的方式,例如练习深呼吸法等。③及时评估孕产妇身体所需元素并予以补充,例如叶酸、维生素等预防贫血。

(2)产时。①分娩时由专业护士陪同并,为其讲解分娩中的要点,一方面使其心中有准备,防止不确定感引起的慌乱、害怕情绪;另一方面也可将其注意力从分娩疼痛上转移开,同时满足孕产妇合理要求。②第二产程时,陪同护士指导产妇进行屏气和用力的方式,例如宫缩中应该保持双腿弯曲状态进行深呼吸,宫缩间隙提醒孕产妇放松肌肉。③分娩过程重点观察孕产妇面部表情,做好不良情绪评估,给予其鼓励、支持、安慰。

(3)产后。高度警惕“产后抑郁”,不少孕产妇在分娩后的情绪都比较敏感,常因为家人的态度、身边发生的小事、言语上的小摩擦等而陷入悲观,这些都是产后抑郁的初期表现,很可能造成严重后果。因此,注意对产后产妇的情感支持,与其家属共同为产妇营造愉悦、舒心的产后恢复环境。

### 1.3 观察指标

(1)对比两组产后出血量情况。(2)在护理后以SAS与SDS自评量表对患者的心态作出评价,其焦虑与抑郁情绪越严重则分数越高。

### 1.4 统计学方法

使用SPSS19.0统计软件处理数据,计量资料用( $\bar{x} \pm s$ )表示,采用*t*检验。计数资料用(%)表示,采用 $\chi^2$ 检验, $P < 0.05$ 表示差异有统计学意义。

## 2 结果

### 2.1 对比两组产后出血量情况

观察组产后2h、24h的出血量均小于对照组, $P < 0.05$ ,见表2。

表2 对比两组产后出血量情况( $\bar{x} \pm s$ , ml)

组别	例数	产后2h出血量	产后24h出血量
观察组	60	112.64 $\pm$ 15.28	264.69 $\pm$ 17.38
对照组	60	198.36 $\pm$ 13.69	375.89 $\pm$ 16.94
<i>t</i>		32.365	35.491
<i>P</i>		0.000	0.000

### 2.2 对比两组SAS评分和SDS评分

护理后观察组的SAS评分和SDS评分均小于对照组, $P < 0.05$ ,见表3。

表3 对比两组SAS评分和SDS评分( $\bar{x} \pm s$ , 分)

组别	例数	SAS评分	SDS评分
观察组	60	41.36 $\pm$ 4.15	42.28 $\pm$ 3.69
对照组	60	49.37 $\pm$ 4.25	50.14 $\pm$ 4.65
$\chi^2$		10.445	10.256
<i>P</i>		0.000	0.000

## 3 讨论

孕产妇的分娩需要面临许多问题,其中发生较多且危险较高的并发症是产后出血,这一点在许多文献中均有指出<sup>[3]</sup>。产后出血发生对产妇身体的伤害不仅大而且迅速,想要挽救产妇生命以及保障其良好预后,在救治措施与护理措施方面均有较严格要求<sup>[4]</sup>。现阶段,护理模式的发展融合了各种先进理念,与以往常规护理相比,护理的中心已经从疾病转变为患者<sup>[5]</sup>。健康教育是现代护理的一个重要模式,其重点在于提升患者的疾病认知、满足患者的切身需求,使其在病程中实现心态情绪稳定进而对治疗产生积极影响。

本文对产后出血产妇所实施的健康教育共划分为三大版块,在产前让产妇对产后出血有所了解 and 准备,在产时主指导产妇正确配合,在产后则强调对产后抑郁的警惕。研究结果显示,护理后观察组产后2h、24h出血量、SAS评分和SDS评分均小于对照组,说明健康教育在产后出血临床有积极效果。

总之,健康教育的开展不仅在控制孕产妇的情绪上效果显著,而且能加强对其产后出血的控制,帮助产妇实现安全分娩,在临床上具有重要价值。

### 参考文献

- [1]杨秋丽.健康教育应用在孕产妇产后出血护理中的效果分析[J].心理月刊,2019,14(7):60.
- [2]陈静.健康教育在80例孕产妇产后出血护理中的应用效果分析[J].中国民康医学,2014,(14):77-82.
- [3]杨珊珊.探究健康教育在孕产妇产后出血护理中的临床应用效果[J].中国现代药物应用,2019,13(8):199-200.
- [4]方蓓英,蔡文智,励建安,张小珍,刘珊,邹芳亮.护理人员ICF通用组合的认知和行为调查[J].中国康复理论与实践,2015,21(11):1348-1351.
- [5]李晓君.研究围生期护理健康教育对提高孕产妇分娩质量的效果[J].中国医药指南,2020,18(8):224.