

◆临床护理研究◆

中西医结合护理措施对产妇身心康复的影响

郑秀华, 梅玲倩, 赖筱俐

浙江省台州医院产科, 浙江 台州 317000

[摘要] 目的: 观察中西医结合护理措施对产妇身心康复的影响。方法: 将190例自然分娩产妇根据不同的护理方式分为对照组74例和观察组116例。对照组给予产后健康知识宣教、心理护理和饮食护理等常规护理措施, 观察组在常规护理措施基础上给予中医情志护理、耳穴压豆、中药足浴和穴位按摩等中医康复护理措施。记录产后第1、3、5天的出血量和疼痛情况, 随访记录血性恶露持续时间, 记录尿潴留、便秘、奶胀、产褥感染、抑郁、失眠等并发症的发生情况, 测量产后第5天的宫底高度, 产后6周评定爱丁堡产后抑郁量表(EPDS-10)和匹兹堡睡眠质量指数量表(PSQI)评分。结果: 产后第3、5天, 观察组出血量均少于对照组, 疼痛视觉模拟评分法(VAS)评分均低于对照组, 差异均有统计学意义($P < 0.01$)。观察组产后并发症累积发生率为14.91%, 低于对照组的39.19%, 差异有统计学意义($P < 0.01$)。观察组血性恶露持续时间短于对照组($P < 0.01$), 产后第5天宫底高度低于对照组($P < 0.01$), 产后6周EPDS-10评分和PSQI评分均低于对照组($P < 0.01$)。结论: 中西医结合护理措施能有效促进产妇的身心康复。

[关键词] 产妇; 中西医结合护理; 情志护理; 中药足浴; 耳穴压豆; 穴位按摩

[中图分类号] R248.3 **[文献标志码]** A **[文章编号]** 0256-7415(2019)03-0237-04

DOI: 10.13457/j.cnki.jncm.2019.03.073

Integrated Chinese and Western Medicine Nursing Measures Has Effect on Physical and Psychological Rehabilitation in Parturients

ZHENG Xiuhua, MEI Lingqian, LAI Xiaoli

Abstract: **Objective:** To observe the effect of integrated Chinese and Western medicine nursing measures on physical and psychological rehabilitation of parturients. **Methods:** Divided 190 cases of patients with natural delivery into the control group(74 cases) and the observation group(116 cases) according to different nursing methods. The control group was given routine nursing measures such as health propaganda and education, psychological nursing, and diet nursing, and the observation group was given Chinese medicine rehabilitation nursing measures such as Chinese medicine emotional nursing, pressing ear acupoints with beans, foot bathing in Chinese medicine and acupoint massage on the basis of routine nursing. Recorded the bleeding volume and pain degree on the 1st, 3rd, and 5th day after delivery, made a follow-up record of the duration time of bloody lochia, and recorded the occurrence of such applications as urinary retention, constipation, breastsore occurrence, puerperal infection, depression, and insomnia. Assessed the height of fundus of uterus on the 5th day after delivery, and evaluated the scores of Edinburgh postnatal depression scale(EPDS-10) and Pittsburgh sleep quality index(PSQI) 6 weeks after delivery. **Results:** On the 3rd and 5th day after delivery, the bleeding volume in the observation group was lower than that in the control group, and the score of visual analogue scale(VAS) was lower than that in the control group, differences being significant($P < 0.01$). The cumulative incidence of postpartum complications in the observation group was 14.91%, being lower than that in the control group(39.19%), difference being significant($P < 0.01$). The duration time of bloody lochia in the observation group was shorter than that in the control group($P < 0.01$); the height of fundus of uterus on the 5th day after delivery was lower than that in the control group($P < 0.01$); the EPDS-10 score and PSQI score were lower

[收稿日期] 2018-11-02

[作者简介] 郑秀华(1985-), 女, 护师, 主要从事产科临床护理工作。

than those in the control group at 6 weeks after delivery ($P < 0.01$). **Conclusion:** The application of integrated Chinese and Western medicine nursing measures can effectively promote physical and psychological rehabilitation of parturients.

Keywords: Parturient; Integrated western and Chinese nursing; Emotional nursing; Foot bathing in Chinese medicine; Press ear acupoints with beans pressing; acupoint massage

产妇在妊娠期和分娩时需消耗大量体力, 产后易出现身体虚弱, 抵抗力下降, 影响产伤恢复、子宫复旧, 甚至出现恶露不绝、产后发热等。同时, 分娩虽是生理现象, 但会给产妇带来剧烈的生理刺激, 出现心境及身体的应激反应, 出现产后抑郁、疲劳、焦虑、失眠等心理疾病症状^[1-2]。因此, 在产褥期进行身心康复会直接影响产妇的生活质量和能否实现良好的母乳喂养。现代医学主要采取康复健康教育、心理康复支持、产后康复仪等措施进行干预。而中医药在产后调理中占据重要地位, 其干预方法多, 对产妇的生理、心理康复具有促进作用, 且有安全、方便、便宜等优势^[3]。本科采用中医情志护理、耳穴压豆、中药足浴和穴位按摩, 对产妇身心的恢复起到了良好的效果。现将临床观察结果报道如下。

1 临床资料

1.1 一般资料 本研究共计纳入 190 例产妇, 均来源于 2016 年 1 月—2018 年 3 月本院产科, 均为自然分娩者。根据不同的护理方式分为对照组 74 例和观察组 116 例。对照组年龄 20~39 岁, 平均(29.15 ± 6.73)岁; 初产妇 58 例, 经产妇 16 例; 孕周 37~40 周, 平均(38.74 ± 1.92)周; 单胎 70 例, 多胎 4 例; 新生儿体质量平均(3.172 ± 0.346)kg。观察组年龄 20~40 岁, 平均(28.81 ± 6.59)岁; 初产妇 95 例, 经产妇 21 例; 孕周 37~40 周, 平均(38.67 ± 2.05)周; 单胎 107 例, 多胎 9 例; 新生儿体质量平均(3.084 ± 0.315)kg。2 组上述基线资料比较, 差异均无统计学意义($P > 0.05$), 具有可比性。

1.2 纳入标准 足月妊娠, 自然分娩; 年龄 20~40 岁; 产程基本正常; 取得产妇知情同意。

1.3 排除标准 有产时大出血者或产后大出血者; 有严重的妊娠并发症, 如高血压病、糖尿病、甲状腺功能异常、精神疾病、肝内胆淤积症等; 前置胎盘、胎盘早剥、胎盘植入、胎盘粘连、胎物残留者; 产褥感染者; 合并其他系统严重急、慢性疾病者。

2 护理措施

2.1 对照组 采用常规护理措施。①产后健康知识宣教: 如清洁恶露、排泄物、乳房、会阴部, 合理休息的重要性, 功能锻炼的意义与方法等; 观看母乳喂养和按摩乳房的视频影像, 并进行指导; 排空膀胱后, 顺时针按摩子宫底部; 指导产妇早期下床, 进行缩肛训练、腹式呼吸等辅助子宫复旧。②心理护理^[4]: 协助产妇进行角色的转换, 做好心理疏导, 鼓励抒发情绪, 缓解紧张、焦虑等不良情绪。③饮食护理: 产后初期以清淡饮食为主, 少食多餐, 多食用富含维生素、高蛋白的食物,

禁辛辣、油腻食物。④哺乳护理: 指导正确哺乳方式(如坐位, 侧卧位, 环抱式)、正确的挤奶方法。

2.2 观察组 在常规护理措施基础上给予中医康复护理措施:

①情志护理: 产妇均渴望得到家庭, 特别是丈夫的陪伴与鼓励, 希望得到足够的呵护与关爱。护理人员以顺情从欲法, 与产妇的家人、丈夫交流、沟通, 顺从产妇的意愿, 给予其心理上、精神上的安慰、理解与支持, 满足其身心需求。产后初期的疼痛不可避免, 护理人员要因人施护, 采取移情易性法, 如通过看电视、陪聊天、听音乐等方式转移产妇的注意力, 从而降低产妇对疼痛的不适。对于有抑郁、焦虑表现的产妇, 通过交流找出原因, 以说理开导与以情胜情法, 通过移情、借情、安神静志, 让产妇逐渐缓解抑郁、焦虑、忧伤等情绪。②中药足浴: 足浴方组成: 益母草、黄芪各 50 g, 当归、桂枝、鸡血藤、千年健、艾叶各 30 g, 由本院中药室煎煮成 2 000 mL 药液, 倒入木桶, 先熏, 待水温降至 40~45℃ 后行足浴, 药液浸及小腿下半部, 每次约 30 min, 于临睡前进行。共 5 天。注意事项: 有足部和小腿皮肤破损者或有皮肤病者不可足浴, 足浴过程中出现过敏症状者, 要停止足浴, 空腹或餐后 1 h 内不宜足浴。③耳穴贴压。取穴: 内分泌、乳腺、子宫、内生殖器、盆腔、皮质下、交感、神门。用 75% 酒精常规消毒耳部皮肤, 以王不留行籽贴压于穴位, 防过敏胶布固定, 每次适度按压 1~2 min, 以产生酸、麻、胀感为宜, 每天自行按压 4 次。共 5 天。④穴位按摩: 足浴的同时, 指导家属按摩涌泉、太溪、太冲、太白、足三里等穴位, 以产妇略感胀痛, 能耐受为宜。足浴后, 嘱产妇排空膀胱, 全身放松平卧, 由护理人员按摩关元、三阴交、中脘、气海、天枢和子宫, 手法柔和渗透、力度均匀。每天 1 次, 连续 5 天。

2 组疗程均为 5 天。

3 观察指标与统计学方法

3.1 观察指标 ①记录产后第 1、3、5 天的出血量: 采用称质量法^[5], 收集 24 h 内的会阴垫、纱布称质量, 出血量 = (已用过的物品质量 - 用前的质量) / 1.05, 通过计算公式换算成毫升。随访记录血性恶露持续时间。②记录产后第 1、3、5 天的疼痛情况: 采用视觉模拟评分法(VAS), 0 分: 无痛, 10 分: 极度疼痛, 让产妇根据自己的主观感受选择一个能代表疼痛程度的数字。③记录尿潴留、便秘、奶胀、产褥感染、抑郁、失眠等并发症的发生情况, 统计发生率。④宫底高度: 测量下腹耻骨联合处至子宫底的长度, 于产后 5 天评价。⑤爱丁堡产后抑郁

量表(EPDS-10)^⑥评分:总分为0~30分,9分为筛查产后抑郁的临界值,得分越高表示抑郁程度越严重。产后6周随访评价。⑤匹兹堡睡眠质量指数量表(PSQI)^⑦评分:总分为0~21分,>7分为有睡眠障碍,得分越高表示睡眠质量越差。产后6周随访评价。

3.2 统计学方法 采用SPSS20.0统计学软件包分析数据。计量资料以($\bar{x} \pm s$)表示,采用 t 检验;计数资料采用 χ^2 检验。以 $P < 0.05$ 表示差异有统计学意义。

4 研究结果

4.1 2组产后出血量比较 见表1。观察组产后第3、5天的出血量均少于对照组,差异均有统计学意义($P < 0.01$)。

表1 2组产后出血量比较($\bar{x} \pm s$) mL

组别	n	第1天	第3天	第5天
对照组	74	48.76 ± 8.15	32.83 ± 6.95	23.09 ± 4.37
观察组	116	50.25 ± 10.74	25.41 ± 5.06 ^①	16.78 ± 3.42 ^①

与对照组比较,① $P < 0.01$

4.2 2组产后VAS评分比较 见表2。观察组产后第3、5天的VAS评分均低于对照组,差异均有统计学意义($P < 0.01$)。

表2 2组产后VAS评分比较($\bar{x} \pm s$) 分

组别	n	第1天	第3天	第5天
对照组	74	5.79 ± 1.43	3.37 ± 0.85	1.78 ± 0.59
观察组	116	5.82 ± 1.56	2.61 ± 0.74 ^①	1.03 ± 0.43 ^①

与对照组比较,① $P < 0.01$

4.3 2组产后并发症发生情况比较 见表3。观察组产后并发症累积发生率为14.91%,低于对照组的39.19%,差异有统计学意义($\chi^2=11.634, P < 0.01$)。

表3 2组产后并发症发生情况比较 例

组别	n	尿潴留	抑郁	便秘	奶胀	产褥感染	失眠	累积发生率(%)
对照组	74	4	5	4	6	4	6	39.19
观察组	116	3	4	2	3	2	3	14.91 ^①

与对照组比较,① $P < 0.01$

4.4 2组产后血性恶露持续时间、宫底高度、EPDS-10评分和PSQI评分比较 见表4。观察组血性恶露持续时间短于对照组($P < 0.01$),产后第5天宫底高度低于对照组($P < 0.01$),产后6周EPDS-10评分和PSQI评分均低于对照组($P < 0.01$)。

表4 2组产后血性恶露持续时间、宫底高度、EPDS-10评分和PSQI评分比较($\bar{x} \pm s$)

组别	n	血性恶露持续时间(d)	宫底高度(cm)	EPDS-10(分)	PSQI(分)
对照组	74	9.76 ± 1.89	12.82 ± 2.53	8.78 ± 1.75	6.39 ± 1.24
观察组	116	7.42 ± 1.64 ^①	10.11 ± 2.07 ^①	7.03 ± 1.38 ^①	4.75 ± 0.95 ^①

与对照组比较,① $P < 0.01$

5 讨论

产妇由于在分娩时用力、出汗、产创出血等,产后易形成津血、元气俱伤,瘀血内阻的“多虚多瘀”特点。产后生活稍有不慎或调摄失当,可导致气血失调、营卫不和,脏腑功能失常,冲任损伤而变生诸疾(如产后恶露不尽、发热、身痛、汗证等)。过度忧愁思虑损伤心脾、肝气不畅、肝血不足均可导致产后抑郁症,而情志不遂,肝失条达,也可导致乳汁运行不畅,出现缺乳^⑧。

中医情志护理措施基于心身统一的整体观,能起到调和气血、平衡阴阳、调理脏腑的作用,应及时了解产妇的精神状态、家庭环境、社会环境,帮助产妇调解各种矛盾,缓和人际关系,消除不良情绪,防治疾病,促进康复^⑨。

中药足浴可通过中药的药理与温热作用刺激足部反射区,起到促进气血运行的作用^⑩。本研究所用的足浴方中,益母草活血祛瘀、调经利水,当归补血活血,黄芪益气补中,桂枝温经散寒通络,鸡血藤行血补血、调经止痛、舒筋活络,千年健祛风湿、强筋骨,艾叶温经散寒、调经止血,全方奏温经散寒、益气活血通络之功。足浴可起到消除疲劳,提高睡眠质量,促进血液循环与子宫恢复等作用^⑪。

耳穴贴压能通经脉、调气血阴阳,通过经络传导起到治病防病的作用。耳穴内分泌可调节内分泌、促进催乳素分泌;乳腺能促进乳汁分泌;子宫能促进子宫复旧;内生殖器能调和胞宫气血;交感能调节植物神经功能;神门具有镇痛、镇静作用;皮质下可调节大脑皮层的兴奋与抑制,减轻疼痛;盆腔能调整盆腔气机,减轻疼痛。以上诸穴合用,可起到理气血、通经止痛的作用,利于乳汁分泌,减轻疼痛,促进子宫复旧。

按摩足部穴位、腹部穴位、子宫等,可帮助子宫收缩以及宫腔内蜕膜等组织的排出,促进血液循环与新陈代谢的改善,也有利于消除产后疲劳,提高睡眠质量^⑫。

本研究结果显示,观察组产后第3、5天的出血量和VAS评分均少于对照组,产后第5天的宫底高度与产后并发症发生率均低于对照组,血性恶露持续时间短于对照组,产后6周的EPDS-10评分和PSQI评分均低于对照组,提示常规护理措施联合中医康复护理措施能有效促进产妇的身心康复,值得在临床使用。

[参考文献]

- [1] 尤金兰,丁敏华,蒋兰英,等. 产科心理护理对孕产妇妊娠结局及产后抑郁情况的影响[J]. 国际精神病学杂志, 2015, 42(3): 85-88.
- [2] 侯永梅,胡佩诚,张咏梅. 产后抑郁对初产妇产褥期身心康复的影响[J]. 现代预防医学, 2013, 40(3): 1193-1196.
- [3] 张惠. 中医药对产后康复的治疗研究进展[J]. 中医药学报, 2016, 44(4): 106-109.

- [4] 夏红霞, 朱志萍, 杜兰芳. 产后健康宣教对初产妇自我护理能力及产后康复的影响[J]. 中国健康教育, 2015, 31(3): 313-315.
- [5] 屈秀会. 正常产后出血的重新评估[J]. 现代中西医结合杂志, 2011, 20(26): 3282-3283.
- [6] Lee DT, Yip SK, Chiu HF, et al. Detecting postnatal depression in Chinese women. Validation of the Chinese version of the Edinburgh Postnatal Depression Scale[J]. Br J Psychiatry, 1998, 173(5): 271.
- [7] 刘贤臣, 唐茂芹. 匹兹堡睡眠质量指数的信度和效度研究[J]. 中华精神科杂志, 1996, 29(2): 103-107.
- [8] 王永周, 王泽琛. 中医治未病思想在产后康复中的应用[J]. 泸州医学院学报, 2013, 36(5): 503-505.
- [9] 刘大纯, 罗梅, 何倩倩, 等. 中医药特色疗法促进产妇产褥期康复的临床研究[J]. 重庆医学, 2016, 45(7): 947-949.

(责任编辑: 吴凌)

中医特色护理技术干预乳腺癌术后患者效果分析

吴蓉, 张咏梅

杭州市中医院乳腺外科, 浙江 杭州 310006

[摘要] 目的: 观察中医特色护理技术干预乳腺癌术后患者的临床效果。方法: 选取 196 例乳腺癌术后患者为研究对象, 随机分为对照组和试验组各 98 例。对照组仅实施基础护理, 试验组在实施基础护理的同时加用中医特色护理技术(中药湿热敷、耳穴贴压、穴位贴敷、艾盐包热敷)。观察 2 组并发症发生情况, 统计 2 组住院时间、住院费用、护理依从性及护理满意度。结果: 对照组并发症发生率 30.61%, 试验组并发症发生率 13.27%, 2 组比较, 差异有统计学意义 ($P < 0.01$)。试验组住院时间短于对照组, 差异有统计学意义 ($P < 0.05$)。2 组住院费用比较, 差异无统计学意义 ($P > 0.05$)。对照组依从率 94.90%, 试验组依从率 95.92%, 2 组比较, 差异无统计学意义 ($P > 0.05$)。对照组护理总满意率 86.73%, 低于试验组的 94.90%, 差异有统计学意义 ($P < 0.01$)。结论: 中医特色护理技术干预乳腺癌术后患者, 可有效减少并发症发生, 缩短住院时间, 护理依从性和满意度均较好, 有助于患者术后恢复, 值得临床借鉴。

[关键词] 乳腺癌; 术后; 中医特色护理; 并发症; 住院时间; 护理依从性; 护理满意度

[中图分类号] R248.3 **[文献标志码]** A **[文章编号]** 0256-7415 (2019) 03-0240-03

DOI: 10.13457/j.cnki.jncm.2019.03.074

Effect Analysis on Nursing Techniques of Chinese Medicine Characteristics Intervening Postoperative Patients with Breast Cancer

WU Rong, ZHANG Yongmei

Abstract: Objective: To observe the clinical effect of nursing techniques of Chinese medicine characteristics intervening postoperative patients with breast cancer. Methods: Selected 196 cases of postoperative patients with breast cancer as study subjects, and divided them into the control group and the experiment group randomly, 98 cases in each group. The control group only received the basic nursing, while the experiment group additionally received nursing techniques of Chinese medicine characteristics (TCM wet-hot compress, auricular acupoint application, acupoint application, hot compress with mugwort-salt packets). Observed the occurrence of complications in both groups, and statistically analyzed the hospitalization time, hospitalization expenses, nursing compliance and nursing satisfaction in both groups. Results: The incidence of complications was 30.61% in the control group and 13.27% in the experiment group, difference being significant ($P < 0.01$). The hospitalization time in the experiment group was shorter than that in the control group, difference being significant ($P <$

[收稿日期] 2018-06-07

[基金项目] 杭州市科技发展计划项目 (20170533B88)

[作者简介] 吴蓉 (1988-), 女, 护师, 研究方向: 乳腺癌中医护理。

[通信作者] 张咏梅, E-mail: 751784597@qq.com.