

全程陪伴式产科护理模式 对初产妇分娩结局及产后抑郁情绪的影响分析

冯 妍

南京医科大学第二附属医院（江苏 南京 210000）

摘要：目的：探究全程陪伴式产科护理模式给初产妇分娩结局以及产后抑郁情绪带来的影响。方法：以2023年1月到2024年12月在本院分娩的240例初产妇作为研究对象，随机将其分成对照组与研究组，每组各有120例。对照组施行常规产科护理，而研究组在常规护理的基础上采用全程陪伴式产科护理模式。对比两组产妇的分娩方式、产程时长、产时出血量、新生儿Apgar评分、母乳喂养率、疼痛感受、焦虑抑郁情绪还有产后抑郁发生率。结果：研究组自然分娩率比对照组高很多（85.0%和71.7%相比， $P<0.05$ ），其第一、二产程时长比对照组短不少且产时出血量也比对照组少（ $P<0.05$ ）。研究组新生儿Apgar评分比对照组高且母乳喂养成功率也比对照组高（90.8%和79.2%相比， $P<0.05$ ）。研究组VAS疼痛评分、SAS焦虑评分、SDS抑郁评分都比对照组低得多（ $P<0.01$ ）。产后42天研究组EPDS评分比对照组低（ 7.62 ± 2.41 和 11.83 ± 3.27 相比， $P<0.01$ ），且产后抑郁发生率比对照组低不少（5.8%和15.0%相比， $P<0.05$ ）。另外，研究组产妇对护理服务的满意度比对照组高（96.7%和84.2%相比， $P<0.05$ ）。结论：全程陪伴式产科护理模式可有效改善初产妇分娩结局，能缩短产程时长、减轻分娩疼痛、降低产后出血风险，并且对产妇焦虑抑郁情绪有显著减轻作用，还能降低产后抑郁发生率、提升母乳喂养成功率与护理满意度，所以在临床中推广应用是值得的。

关键词：全程陪伴式护理；产科护理；初产妇；分娩结局；产后抑郁；焦虑情绪

1 引言

近年来，医疗技术不断进步且人们健康需求日益提高，推动产科护理模式从单纯的生理护理逐步向全方位、个性化服务转型，国家卫生健康委员会的数据表明，2018到2022年我国初产妇比例逐年攀升，在总分娩人数里占比超50%，这一群体缺乏分娩经验，心理压力和生理挑战更大，所以分娩结果以及产后心理健康状况很受关注，产科领域新兴的全程陪伴式护理这种护理模式能给初产妇提供更全面服务，因为这模式会一直给予心理支持、生理指导还有情感关怀，但该模式对分娩结局及产后抑郁情绪的具体影响，仍需进一步研究以验证其临床价值。

全球范围内，产后抑郁的发生率为10%-15%，受社会文化因素影响，中国的这一比例可能会更高，因为研究显示，产后抑郁严重危害产妇自身健康且可能给新生儿生长发育带来长期不良影响，此外，分娩时的疼痛感受、焦虑情绪、母乳喂养成功率等也成了衡量产科护理质量的重要指标，在这样的大环境下，探讨全程陪伴式产科护理模式的应用效果非常重要，通过随机对照研究240例初产妇，发现这种模式在提升自然分娩率、缩短产程时间和减少产时出血量方面优势明显，还能有效减轻产妇焦虑抑郁情绪，

降低产后抑郁发生率并提高母乳喂养成功率与护理满意度，这些成果为优化产科护理实践提供了关键依据，也给母婴健康发展注入新动力。

2 研究方法

2.1 研究设计与参与者

本研究以随机对照试验设计为依托，把2023年1月到2024年12月在某三级甲等医院分娩的240例合乎纳入标准的初产妇当作研究对象，纳入标准为单胎妊娠、孕周在37-42周之间、没有严重妊娠并发症或者合并症、能正常沟通并签署了知情同意书，而多胎妊娠者、以往有精神疾病病史或者存在认知功能障碍的人被排除在外，然后用计算机生成的随机数字表把这240例研究对象分成对照组与研究组且两组各有120例，对照组采用常规产科护理，研究组在常规护理基础上实施全程陪伴式产科护理模式，两组的基线资料如年龄、孕周、文化水平、经济状况等经统计学分析并无明显差异（ $P>0.05$ ）且具有可比性，我国每年大概有1500万新生儿诞生且初产妇占超60%之多，但是产后抑郁的发病率很高，在15%-20%之间，这对母婴健康和家庭和谐影响严重，所以优化产科护理模式是医疗行业的一个重要课题。

2.2 全程陪伴式产科护理模式干预方案

全程陪伴式产科护理模式核心理念是“以人为本”，这一理念贯穿于孕产全过程，即孕期、分娩期和产后恢复期。孕期阶段，专业护理团队为每位产妇制定个性化健康管理方案，包括定期产检指导、心理疏导、分娩知识培训及运动建议等，帮助产妇建立分娩信心、缓解焦虑。分娩时有经验丰富的助产士全程相伴，自宫缩至胎儿娩出都提供连续的情感支持与技术指导，像呼吸调节训练、体位调整、应用非药物镇痛措施之类的，以此帮产妇放松并减缓痛苦，而且在第二产程中护理人员还会用言语鼓励、肢体接触给产妇安全感以推动自然分娩顺利进行。产后恢复期着重指导母乳喂养、监测心理健康，护理团队每天会对产妇的情绪予以评估，出现异常就赶紧介入处理，另外还会开展新生儿护理技能培训以提高产妇的育儿信心。这种全方位、多维度的护理模式能满足产妇生理需求并且能减轻产妇心理压力，进而改善整体分娩体验。

我国近年来产后抑郁问题愈发凸显，数据显示这是公共卫生领域急需重点解决的问题，国家卫生健康委员会发布的《中国妇幼健康事业发展报告（2022）》显示全国产后抑郁筛查覆盖率不到50%且有些地区还低至30%以下，在这种情况下探寻科学有效的护理干预手段非常重要，全程陪伴式产科护理模式是种创新实践能充分体现现代医学对患者身心健康全方位的关注，推广它有望进一步提高我国妇幼保健服务水平。

2.3 数据收集与评估工具

在研究过程中，相关指标会用多种标准化工具进行量化评估，分娩结局数据涵盖分娩方式（自然分娩或者剖宫产）、产程时间（第一、二产程）、产时出血量以及新生儿Apgar评分等，这些数据都取自医院电子病历系统。产妇主观感受方面，分娩疼痛强度用视觉模拟评分法（VAS）测量，产前心理状态通过焦虑自评量表（SAS）和抑郁自评量表（SDS）评估，产后42天抑郁发生情况由爱丁堡产后抑郁量表（EPDS）检测^[1]。母乳喂养成功率和护理满意度靠问卷调查得到，所有问卷都是经统一培训的研究人员在现场发放并回收的，从而保证了数据的真实性和可靠性。上述评估工具都经过信效度检验，在国内外相关研究里广泛应用，能精准反映产妇的生理与心理变化。

2.4 统计分析方法

SPSS26.0软件被用来完成数据分析工作，其中计量资料用均数±标准差来表示且组间比较采用独立样本t检验，而计数资料则以百分比表示并用卡方检验做组间比较，若

数据非正态分布就拿非参数检验方法分析，把 $P<0.05$ 当作有统计学意义的差异，并且用多因素Logistic回归模型探究影响产后抑郁发生的潜在风险因素，严格运用统计学方法保证研究结果科学可靠以便给临床决策提供强大支持。

3 研究结果

3.1 参与者基本特征比较

240例初产妇被纳入本研究且这些人在年龄、孕周、文化程度、经济状况等基本特征上并无显著差异从而确保了组间的可比性，其中对照组平均年龄26.5岁而研究组平均年龄26.8岁且两组孕周都在38到40周左右、高中及以上文化程度者占超70%。近年来社会对母婴健康关注增多促使我国产科护理模式慢慢朝着个性化、全程化的方向发展，有数据表明2018年到2022年全国自然分娩率从不到50%提高到将近60%但是产后抑郁发生率还在10%-15%这一区间意味着传统护理模式在心理支持上有欠缺，而研究组施行全程陪伴式护理不但能保证基础护理质量还可加强心理干预和情感支持这给后续分析该护理对分娩结局以及产后抑郁情绪的影响打下了基础。

3.2 全程陪伴式护理对分娩结局的影响

研究结果表明，全程陪伴式护理模式显著改善了初产妇的分娩结局，研究组自然分娩率达85.0%比对照组的71.7%高很多且两者差异有统计学意义（ $P<0.05$ ），另外研究组第一产程平均缩短1.2小时，第二产程平均缩短0.5小时，产时出血量较对照组减少约50毫升，这些数据证实该护理模式的有效性。这几年我国产科一直在探寻让分娩体验更好的办法，但传统护理模式常忽略产妇心理需求从而使分娩时焦虑更重并影响产程，而全程陪伴式护理由专业人员一直陪着指导，这既能缓解产妇的紧张情绪，又能帮助产妇更好地配合分娩，进而提高自然分娩成功率，并且新生儿Apgar评分方面研究组得分明显比对照组好，说明该护理模式对母婴健康都有益处。

从机制来讲，全程陪伴式护理能有效降低产妇分娩时的应激反应，这是因为其通过建立信任关系、提供实时支持来达成，并且护理人员在第一产程借助呼吸训练和体位调整减轻产妇疼痛，在第二产程用言语鼓励、动作指导给产妇信心，这种全方位支持既缩短产程又减少像剖宫产、器械助产这类不必要的医疗干预的发生率，需要注意的是研究组母乳喂养成功率达90.8%比对照组的79.2%高很多，这与全程陪伴式护理产后早期提供的哺乳指导关系密切，总体而言，这一护理模式在改善分娩结局上优势明显，给现代产科护理带来新实践方向。

3.3 全程陪伴式护理对产后抑郁情绪的影响

全程陪伴式护理模式对初产妇产后抑郁情绪的缓解有着显著成效, 研究组产后42天EPDS评分达 7.62 ± 2.41 , 比对照组的 11.83 ± 3.27 低不少且产后抑郁发生率为5.8%, 比对照组的15.0%低很多, 这一结果显示全程陪伴式护理可有效减少产后抑郁风险。近年来, 产后抑郁已成为全球关注的公共卫生问题, 世界卫生组织数据显示, 全球约 10%-15% 的产妇受其影响, 我国相关数据亦不容乐观, 传统护理模式常把重心放在生理恢复上, 产妇心理状态变化被忽视从而产后抑郁未及时干预。

全程陪伴式护理提供全方位关怀, 是通过系统化心理支持与情感陪伴实现的, 护理人员在分娩前后持续关注产妇情绪变化, 有倾听、安慰、指导等举措来助力产妇应对压力, 例如分娩时护理人员用积极语言交流、肢体接触传递安全感以减轻产妇恐惧, 产后则靠定期随访、家庭支持指导帮产妇适应母亲角色从而减轻角色转变带来的心理负担, 并且研究显示研究组VAS疼痛评分、SAS焦虑评分、SDS抑郁评分都比对照组低很多, 这说明这种护理模式不但改善产妇心理状态还间接提高产妇生活质量, 近年我国心理健康服务发展有此趋势, 全程陪伴式护理模式有希望成为预防和干预产后抑郁的重要手段以护佑母婴健康^[2]。

3.4 干预满意度及影响因素分析

研究组产妇对护理服务的满意度高达96.7%而对照组仅为84.2%, 这一结果凸显出全程陪伴式护理模式的优势, 因为护理人员分娩全程专业且富有情感投入, 尤其在缓解疼痛、缩短产程和给予心理支持上效果显著从而使满意度得以提升。这几年医疗服务行业越来越看重患者体验, 护理满意度成为衡量服务质量的重要标准之一, 数据表明2020到2022年我国产科护理满意度平均提高了10个百分点但仍有地区差异和模式局限。全程陪伴式护理个性化服务设计

细致周全充满关怀, 不但能满足产妇生理需求还能回应心理诉求所以得到高度认可, 并且护理团队专业素养和服务意识与满意度提升关系紧密, 这对未来护理模式优化有重要借鉴意义。

4 结论

近年来, 我国妇幼健康服务体系不断完善使得产科护理模式慢慢从传统单一走向个性化、全程化。2018-2023年数据表明, 虽然全国剖宫产率降下来了, 但初产妇分娩时仍存在不少难题, 针对焦虑多发、分娩疼痛管理不足、产后抑郁风险升高等问题, 全程陪伴式产科护理模式应运而生且在改善分娩结局和心理健康上有着很突出的优势。研究对比常规护理和全程陪伴式护理效果发现, 这种模式能明显提高自然分娩率(85.0%与71.7%相比)、有效缩短第一二产程时长、减少产时出血量, 这和近年国内外有关人性化护理干预的研究结果一样。另外, 新生儿Apgar评分提高了且母乳喂养成功率也提升了(90.8%和79.2%比起来), 这再一次证实该模式对母婴健康有双重促进作用。需要注意的是, 在心理方面, 全程陪伴式护理能把产妇的VAS疼痛评分、SAS焦虑评分、SDS抑郁评分都大大降低并且让产后42天EPDS评分从对照组的 11.83 ± 3.27 降到 7.62 ± 2.41 , 产后抑郁发生率也大幅降低(5.8%和15.0%相比), 这些数据都显示全程陪伴式护理通过持续的情感支持和专业的指导减轻初产妇心理压力进而减少不良情绪。护理满意度达到96.7%比常规护理组的84.2%高出很多, 可见产妇非常认可这个模式。总体来讲, 全程陪伴式产科护理模式是一种创新护理实践, 既能优化分娩过程里的生理指标又能显著改善产妇心理状况, 给妇幼健康发展提供了重要参考意义。未来可在更多医疗机构推广该模式, 并结合大数据分析深入探究其长期影响^[3]。

参考文献

- [1]秦岭岭; 陪伴式分娩护理对初产妇分娩方式及产后抑郁的影响[J].河南医学研究, 2020(13):165-166.
- [2]丁玲玲; 钱敏儿; 周艳当; 邓志媚; 尹颖茵; 谢淑贤; 陪伴式分娩护理对初产妇产程及分娩结局影响[J].中国医药科学, 2019(06):138-140.
- [3]袁华; 全程导乐陪伴分娩对初产妇产后抑郁、焦虑情绪的影响[J].中国医科大学学报, 2013(10):79-81