

早期乳房按摩对产妇母乳喂养状况的影响

廖冰, 李文红

【摘要】 目的:观察早期乳房按摩对择期剖宫产产妇母乳喂养状况的影响。方法:择期剖宫产产妇200例,随机分为2组各100例,2组均实施母乳喂养的常规护理,观察组产妇入院后当天即由护理人员对其进行正规系统的乳房按摩,40 min,每天1~2次,直至产后4 d,对照组仅在产后第2天进行乳房按摩直至产后4 d。观察2组产妇泌乳始动时间、母乳量满足婴儿需要的时间、产后7日纯母乳喂养率及乳房扁平凹陷改善情况。结果:治疗后,观察组产妇泌乳始动时间、母乳喂养量满足新生儿需要时间及乳房扁平凹陷率均明显低于对照组,纯母乳喂养率明显高于对照组(均 $P<0.01$)。结论:为择期剖宫产产妇实施早期乳房按摩,可提早泌乳始动时间,增加泌乳量,改善乳房状况,保证母乳喂养,较产后按摩效果更佳,有临床推广价值。

【关键词】 剖宫产;早期乳房按摩;泌乳始动时间;泌乳量;母乳喂养

【中图分类号】 R49;R714.1 **【DOI】** 10.3870/zgkf.2012.03.026

随着择期剖宫产率逐年上升,目前产后乳房按摩已广泛开展,能提早泌乳始动时间及增加泌乳量,但仍不能满足新生儿的需要。我科对择期剖宫产产妇实行产前早期乳房按摩,对产后乳房扁平凹陷改善情况,提早泌乳始动时间,增加泌乳量,满足新生儿需要时间,较产后按摩效果更好,提高了择期剖宫产产妇纯母乳喂养率,报道如下。

1 资料与方法

1.1 一般资料 选择我科2009年1月~2010年10月单胎妊娠择期剖宫产产妇200例,随机分为2组各100例,①观察组100例,年龄 30 ± 10 岁;孕周37~41周;新生儿出生体质量 3300 ± 710 g,Apgar评分8~10分,②对照组100例,年龄 32 ± 8 岁;孕周37~41周;新生儿出生体质量 3320 ± 850 g,Apgar评分8~10分。2组术前检查无心肺器质性疾病及其他妊娠合并症,均可实施母乳喂养,无影响吸吮因素,手术方式为子宫下段剖宫产,麻醉方式为硬膜外麻醉。2组一般资料比较差异无统计学意义,具有可比性。

1.2 方法 2组产妇均自愿行母乳喂养,均实施母乳喂养的常规护理,包括母乳喂养心理指导、母乳喂养宣教、乳房护理、指导正确哺乳方法和手工挤奶方法^[1]。观察组产妇入院后当天即由护理人员对其进行系统的乳房按摩:先用按摩精油软化产妇乳头上的乳痂,再用 $50\text{ }^{\circ}\text{C}$ ~ $60\text{ }^{\circ}\text{C}$ 温水清洗产妇乳头及乳房,将两拇指平放在乳头

左右侧,缓慢将乳头向左右两侧外方拉开,牵拉乳晕皮肤及皮下组织使乳头向外突出,反复5~6遍,将两拇指分别放在乳头上、下、纵下拉开,反复5~6遍^[2];一手置于乳房下托起乳房,另一只手以手掌的大小鱼际肌顺时针方向螺旋式按摩乳房,同时轻轻拍打使乳房震动,按摩5~10 min,然后拇指和食指放在距乳头根部2 cm处的乳晕上,两指相对,向胸内壁挤压,反复挤压一松弛,沿乳头一次挤压所有的乳窦,同法按摩另一侧乳房^[3],每天1~2次,每次40 min,按摩至产后4 d,对照组仅在产后第二天进行乳房按摩至产后4 d。

1.3 评定标准 ①产妇泌乳始动时间:指剖宫产结束后,以世界卫生组织培训教材为准,用正确手法挤压乳房,首次挤出乳汁的时间^[4]。②母乳量充足:以是否满足婴儿需要为标准。乳汁充足,哺乳前乳房有胀满感,哺乳时有下奶感,能听到婴儿吞咽声,哺乳后乳房柔软;婴儿反应灵敏,睡眠好,每日小便 ≥ 6 次及1~2次软质大便;每天哺乳 ≥ 8 次,每次哺乳不需添加代乳品,达到上述标准为乳汁充足,否则为不充足^[5]。③产后7日纯母乳喂养率。④产后乳房扁平凹陷改善情况。

1.4 统计学方法 采用SPSS 11.5统计软件处理,计量资料采用 $\bar{x}\pm s$ 表示, t 检验,计数资料采用百分率表示, χ^2 检验,以 $P<0.05$ 为差异有统计学意义。

2 结果

治疗后,观察组产妇泌乳始动时间、母乳喂养量满足新生儿需要时间及乳房扁平凹陷率均明显低于对照

收稿日期:2012-03-16

作者单位:湖北医药学院附属东风医院产科,湖北 十堰 442000

作者简介:廖冰(1980-),女,主管护师,主要从事妇产科临床护理工作。

组,纯母乳喂养率明显高于对照组。见表1。

表1 2组产妇产前泌乳始动时间、母乳量满足需要时间、纯母乳喂养率及乳房扁平凹陷发生率比较

组别	n	泌乳始动时间(h, $\bar{x} \pm s$)	母乳量满足需要时间(h, $\bar{x} \pm s$)	纯母乳喂养(例, %)	乳房扁平凹陷(例, %)
观察组	100	16.51 \pm 5.12 ^a	26.16 \pm 5.57 ^a	91(91) ^a	12(12) ^a
对照组	100	26.25 \pm 5.64	37.26 \pm 5.36	78(78)	31(31)

与对照组比较, ^a $P < 0.01$

3 讨论

母乳是婴儿最理想的天然食品,具有营养价值高、食用方便、不受任何时间、地点限制等优点^[6],剖宫产产妇因体位受限制、伤口疼痛、宫缩痛、疲惫等生理不适使产妇放松母乳喂养,疼痛产生的肾上腺素有抑制乳汁分泌的作用^[7],或精神紧张焦虑等不良情绪影响乳汁分泌^[8]。情绪是乳汁来源的重要条件,产妇稳定的情绪能使机体调节功能加强,促使乳汁分泌,树立母乳喂养的信心^[9]。本文观察组产妇在安静、无痛条件下实施乳房按摩,产妇更容易接受,为产后母乳喂养打下基础。对择期剖宫产的产妇入院时即进行宣教,强化母乳喂养的健康教育,使产妇生理上和心理上做好母乳喂养的准备。对其进行产前乳房按摩,同时讲解相关知识,传授母乳喂养的方法和技巧,提高母乳喂养的信心。产妇乳头扁平凹陷使婴儿不能有效吸吮,是影响母乳喂养成功的重要因素之一^[10-11]。产前及时发现乳头问题并进行乳房拉伸练习指导,使产妇产后能顺利哺乳,增强坚持母乳喂养的信心。结果显示观察组产妇产前泌乳始动时间提前,且产妇乳头扁平凹陷率明显少于对照组,产妇母乳喂养量满足新生儿需要时间短于对照组,纯母乳喂养率显著高于对照组。

剖宫产与阴道正常分娩不同,手术对产妇生理和心理均产生较大影响,剖宫产产妇母乳分泌相对顺产延迟,本文观察组通过加强对产妇产前乳房按摩,改善乳房扁平凹陷情况,产后泌乳始动时间提前,纯母乳喂养率提高,对剖宫产母乳喂养有临床推广意义。

【参考文献】

- [1] 陈荣秀,曹文娟.实用护理技术[M].天津:天津科学技术出版社,2007,265-266.
- [2] 何秀影,段红霞,李青.早期乳房按摩可提高母乳喂养成功率[J].护理实践与研究,2008,5(3):26-28.
- [3] 宋秉兰.剖宫产术后早期乳房按摩对泌乳的影响[J].天津护理,2011,19(3):135-136.
- [4] 黄祝玲.助产学[M].上海科学技术出版社,1993,268-268.
- [5] 赵春饭,毛洪娟.剖宫产初产妇术后早期乳房按摩对泌乳的影响[J].护理学杂志,2005,20(12):28-29.
- [6] 王二平.母乳喂养265例泌乳状况及影响因素分析[J].山西医药杂志,2009,38(7):610-611.
- [7] 朱翠萍.剖宫产术后不同母乳喂养的效果观察[J].护理研究,2008,22(2):174-174.
- [8] 燕云,朱丽.产妇不良心理因素对泌乳的影响[J].齐鲁护理杂志,2000,6(2):135-136.
- [9] 王芬,段金巧,靳建宏.产前乳房按摩对母乳喂养的影响[J].护理研究,2010,24(319):1005-1006.
- [10] 麦小妮,叶瑛,钟荣婵.穴位按摩对减轻母婴分离产妇乳房胀痛的效果研究[J].中国实用护理学杂志,2010,26(16):21-22.
- [11] 阳世伟,李戎,宗智敏,等.护理人员乳房保健知识问卷调查分析[J].护理学杂志,2004,12(19):52-53.

作者·读者·编者

《中国康复》杂志实行网站投稿

《中国康复》杂志已经实行网上投稿系统投稿,网址 <http://www.zgkfzz.com>,欢迎广大作者投稿,并可来电咨询,本刊电话:027-83662686, E-mail: kfk@tjh.tjmu.edu.cn。