

新生儿出院后居家护理中母乳喂养支持的效果评估

廖 茜, 秦雯文, 李 娜, 黄丽娜

广西壮族自治区妇幼保健院胎儿医学科 广西南宁

【摘要】目的 评估新生儿出院后居家护理中母乳喂养支持的效果。**方法** 在 2024 年 8 月至 2024 年 12 月期间, 选取我院 120 例出院新生儿及其母亲作为研究对象。通过随机数字表法分为对照组和实验组, 每组各 60 例。对照组接受常规出院指导, 实验组在常规指导基础上给予居家护理中的母乳喂养支持。**结果** 实验组新生儿纯母乳喂养率高于对照组, 差异有统计学意义 ($P<0.05$)。实验组母亲母乳喂养自我效能感评分在干预后高于对照组, 差异有统计学意义 ($P<0.05$)。**结论** 新生儿出院后居家护理中实施母乳喂养支持, 可有效提高纯母乳喂养率, 增强母亲母乳喂养自我效能感, 对促进新生儿健康成长具有积极意义。

【关键词】 新生儿; 居家护理; 母乳喂养支持; 纯母乳喂养率; 自我效能感

【收稿日期】 2025 年 5 月 13 日

【出刊日期】 2025 年 6 月 12 日

【DOI】 10.12208/j.cn.20250310

Evaluation of the effects of breastfeeding support in home care for newborns after discharge from hospital

Qian Liao, Wenwen Qin, Na Li, Lina Huang

Department of Fetal Medicine, Guangxi Maternal and Child Health Hospital, Nanning, Guangxi

【Abstract】Objective To evaluate the effects of breastfeeding support in post-discharge home care for newborns. **Methods** From August 2024 to December 2024, 120 discharged newborns and their mothers in our hospital were selected as research objects. They were divided into control group and experimental group by random number table method, with 60 cases in each group. The control group received routine discharge guidance, and the experimental group received breastfeeding support in home nursing on the basis of routine guidance. **Results** The rate of exclusive breastfeeding in experimental group was higher than that in control group, the difference was statistically significant ($P<0.05$). The breastfeeding self-efficacy score of the experimental group was higher than that of the control group after intervention, and the difference was statistically significant ($P<0.05$). **Conclusion** The implementation of breastfeeding support in home nursing can effectively improve the rate of exclusive breastfeeding and enhance the self-efficacy of mothers in breastfeeding, which has positive significance for promoting the healthy growth of newborns.

【Keywords】 Newborn; Home care; Breastfeeding support; Exclusive breastfeeding rate; Self-efficacy

引言

在当今社会, 新生儿的健康成长备受关注, 而母乳喂养作为新生儿营养供给的最佳方式, 其重要性不言而喻。母乳堪称新生儿的“黄金食物”, 富含蛋白质、脂肪、碳水化合物、维生素、矿物质以及多种免疫活性物质, 能够为新生儿提供全面且均衡的营养, 精准满足其快速生长发育的需求^[1]。例如, 母乳中的免疫球蛋白可有效增强新生儿的免疫力, 降低呼吸道感染、腹泻等疾病的发生风险, 对新生儿的健康发育起着关键作用。同时, 母乳喂养过程中母婴间的亲密接触与情感交流, 不仅有助于新生儿安全感和情感认知的发展, 还能促进母亲产后子宫收缩, 减少产后出血, 降低母亲患乳腺

癌、卵巢癌等疾病的风险, 对母婴双方的身心健康均具有深远影响。然而, 当新生儿出院回归家庭, 母亲在居家护理中实施母乳喂养时, 却常常遭遇重重困难。许多母亲缺乏系统、专业的母乳喂养知识, 在哺乳技巧方面存在诸多不足, 如无法正确判断新生儿的含乳姿势是否正确, 导致乳头疼痛、皲裂, 进而影响母乳喂养的持续性。部分母亲还面临乳汁分泌不足的困扰, 却不知如何通过合理饮食、科学按摩等方式促进乳汁分泌。此外, 家庭环境因素也不容忽视, 嘈杂的环境、家人对母乳喂养的不理解或支持不足, 都可能给母亲带来心理压力, 干扰母乳喂养的顺利进行。而且, 传统观念与现代生活方式的冲突, 使得一些母亲在产后过早回归工

作岗位,面临工作与母乳喂养难以兼顾的困境。随着人们健康意识的不断提高以及对母婴健康重视程度的加深,社会对新生儿出院后居家护理中母乳喂养支持的需求日益迫切。医疗机构、社区组织以及家庭等各方都逐渐认识到,为母亲提供全面、有效的母乳喂养支持,是提高母乳喂养成功率、保障新生儿健康成长的关键。在此背景下,开展新生儿出院后居家护理中母乳喂养支持的效果评估研究具有重要的现实意义,它能够优化母乳喂养支持策略、提升母婴健康服务质量提供科学依据,助力构建更加完善的母婴健康保障体系。

1 研究资料与方法

1.1 一般资料

在2024年8月到2024年12月这段时间里,从我院选取120例出院新生儿及其母亲作为本次研究的对象。为了让研究更科学,通过随机数字表法,把这120位母亲及其新生儿平均分成了对照组和实验组,每组各有60例。在对照组中,有32名母亲为初产妇,28名为经产妇,新生儿中男性31名,女性29名。母亲年龄跨度从最小的22岁,到最大的35岁,平均年龄大概是 (27.5 ± 3.8) 岁。再看实验组,有30名初产妇,30名经产妇,新生儿中男性30名,女性30名,母亲年龄在23岁至34岁之间,平均年龄为 (28.2 ± 3.5) 岁。仔细对比两组母亲的年龄、分娩次数以及新生儿性别等基本情况,发现它们之间的差异并不明显,从统计学角度来看,这种差别没有显著意义($P > 0.05$)。这就意味着,这两组在这些基础条件是相近的,完全可以放在一起进行对比研究,这样得出的研究结果会更可靠。

1.2 实验方法

对照组护理方法:对照组母亲仅接受常规出院指导,内容涵盖新生儿的日常基础护理,如脐带护理的正确方式,告知母亲每日需用碘伏轻柔擦拭脐带残端,保持其清洁干燥,防止感染;新生儿的衣物选择,建议选用柔软、透气的棉质衣物,避免刺激新生儿娇嫩肌肤;以及基本的喂养时间间隔提示,告知母亲大致按需喂养,通常每2-3小时可尝试喂奶一次,但未对母乳喂养的具体技巧、可能面临问题及应对策略等进行深入指导。

实验组护理方法:实验组母亲在常规出院指导基础上,接受全面且细致的居家护理中的母乳喂养支持,具体措施如下:1.定期电话随访:在新生儿出院后的关键时间节点,即第1周、第2周、第1个月、第2个月、第3个月,由经过专业母乳喂养知识及沟通技巧培训的护理人员对母亲进行电话随访。每次电话随访

时长约为15-20分钟,护理人员会以温和、关切的语气详细询问母乳喂养过程中遇到的问题。例如,针对乳头疼痛问题,护理人员会进一步了解疼痛的程度、出现的时间、乳头是否有破损等情况,若发现母亲哺乳姿势不正确导致乳头疼痛,会通过电话耐心指导母亲调整哺乳姿势,告知母亲应让新生儿含住大部分乳晕,而非仅含住乳头,以减轻乳头压力。对于乳汁分泌不足的问题,护理人员会询问母亲的饮食情况、睡眠质量、情绪状态等,若发现母亲因营养不均衡导致乳汁分泌少,会为母亲提供个性化的饮食建议,如增加富含蛋白质和汤汁类食物的摄入,像猪蹄汤、鱼汤等,并提醒母亲保持充足睡眠,因为良好的休息有助于乳汁分泌。2.上门指导:在新生儿出院后的第2周和第1个月这两个母乳喂养的关键时期,安排专业护理人员上门进行母乳喂养指导。每次上门指导时间约为45分钟至1小时。护理人员到达家庭后,会先现场观察母亲的哺乳过程,从母亲抱起新生儿的姿势,到新生儿含接乳头的情况,全方位进行观察。若发现母亲哺乳姿势不正确,如母亲未将新生儿身体贴近自己,护理人员会亲自示范正确的摇篮式、侧卧式等哺乳姿势,并让母亲现场模仿练习,直至母亲掌握正确姿势。在乳房护理技巧方面,护理人员会示范正确的乳房按摩方法,如从乳房边缘向乳头方向,以轻柔的力度进行环形按摩,每次按摩时间约5-10分钟,以此促进乳汁分泌。同时,护理人员会对家庭环境中影响母乳喂养的因素进行全面评估,例如若发现母亲哺乳时周围环境嘈杂,会建议家人在母亲哺乳时保持安静,或为母亲提供一个相对独立、安静的空间;若发现母亲哺乳的座椅不舒适,会建议更换为有良好支撑的哺乳椅,以提高母亲哺乳时的舒适度。3.线上母乳喂养知识课程:建立功能完善、内容丰富的线上母乳喂养知识学习平台。平台首页设计简洁明了,方便母亲快速找到所需课程。课程内容全面,包括母乳喂养的诸多好处,如详细讲解母乳中含有的各种营养成分如何精准满足新生儿生长发育需求,增强新生儿免疫力;哺乳技巧方面,通过视频展示不同哺乳姿势的详细操作步骤,以及如何判断新生儿是否正确含接乳头;常见问题及解决方法课程中,针对乳头皲裂、乳腺炎、新生儿吐奶等常见问题,以图文并茂结合视频案例的形式进行讲解,让母亲清晰了解问题产生的原因及解决办法。母亲可根据自身时间随时登录平台学习,课程形式多样,视频讲解生动形象,时长一般在10-15分钟,方便母亲利用碎片化时间学习;图文资料详细且条理清晰,母亲可反复查阅。平台还设置了互动交流区,

母亲们可在此分享母乳喂养经验, 提出疑问, 专业护理人员会定期在线解答疑问, 营造良好的学习交流氛围。

1.3 观察指标

(1) 纯母乳喂养率: 在新生儿出院 3 个月通过电话回访或上门调查的方式, 了解两组新生儿的喂养情况, 统计纯母乳喂养的比例。

(2) 母亲母乳喂养自我效能感评分: 采用母乳喂养自我效能量表(BSES)和母乳喂养观察表对两组母亲出院后 3 个月进行评分^[2]。

1.4 研究计数统计

用 SPSS 22.0 这个专门统计数据的软件来分析数据。要是数据是那种有具体数值, 能算平均值的数据, 就用平均数再加上或者减去标准差的方式, 写成($\bar{x} \pm$

s) 这样的形式。要是想看看两组这种数据有没有差别, 就用 t 检验这个办法。要是数据是像人数、个数这种能数清楚的, 就用 χ^2 检验来分析。最后看结果的时候, 要是 P 这个数值小于 0.05, 那就说明这两组数据的差别是有意义的。

2 结果

2.1 纯母乳喂养率

从表 1 可以看出, 在出院后 3 个月, 实验组新生儿纯母乳喂养率均高于对照组, 差异有统计学意义($P < 0.05$)。

2.2 母亲母乳喂养自我效能感评分

干预后, 实验组母亲母乳喂养自我效能感评分明显高于对照组, 差异有统计学意义($P < 0.05$)。

表 1 两组新生儿纯母乳喂养率比较(例, %)

时间	对照组(n=60)	实验组(n=60)	p 值
出院后 3 个月	20 (33.3%)	32 (53.3%)	<0.05

表 2 两组母亲母乳喂养自我效能感评分比较(分, $\bar{x} \pm s$)

时间	对照组(n=60)	实验组(n=60)	p 值
干预后	120.5 $\pm$ 10.8	145.2 $\pm$ 9.5	<0.05

3 讨论

本研究结果显示, 在新生儿出院后居家护理中实施母乳喂养支持具有显著效果。实验组通过定期电话随访、上门指导以及线上母乳喂养知识课程等多维度支持措施, 使新生儿纯母乳喂养率在出院 3 个月时达到了 53.3%, 显著高于对照组的 33.3%。这一结果充分表明, 系统且全面的母乳喂养支持能够有效解决母亲在居家哺乳过程中遇到的实际困难, 提高纯母乳喂养的成功率。例如, 电话随访能够及时发现并解决母亲诸如乳头疼痛、乳汁分泌不足等常见问题, 避免这些问题进一步发展导致母乳喂养中断。上门指导则通过现场示范和纠正, 帮助母亲掌握正确的哺乳姿势和乳房护理技巧, 从根本上提高母乳喂养的质量^[3]。

同时, 实验组母亲在接受母乳喂养支持干预后, 母乳喂养自我效能感评分从原本与对照组相近的水平提升至 145.2 $\pm$ 9.5 分, 显著高于对照组的 120.5 $\pm$ 10.8 分。母乳喂养自我效能感是指母亲对自己成功进行母乳喂养能力的信心和信念。自我效能感高的母亲更有可能坚持母乳喂养, 面对困难时也更具克服的动力。本研究中的支持措施, 如线上知识课程提供了丰富的理论知识, 增强了母亲对母乳喂养的认知, 从而提升了她们的

自我效能感。母亲在掌握了更多的母乳喂养知识和技巧后, 会对自己的哺乳能力更有信心, 这种积极的心理状态反过来又促进了母乳喂养的顺利进行, 形成良性循环^[4]。

从长远来看, 高纯母乳喂养率对新生儿的健康成长意义深远。母乳中富含免疫球蛋白、乳铁蛋白等多种免疫活性物质, 能够增强新生儿的免疫力, 降低感染性疾病的发生风险, 如呼吸道感染、腹泻等常见疾病。同时, 母乳喂养过程中的母婴肌肤接触和情感交流, 有助于新生儿的心理发育和安全感的建立。对于母亲而言, 持续的母乳喂养可以促进子宫收缩, 减少产后出血, 降低患乳腺癌、卵巢癌等疾病的风险, 还能增进亲子关系, 促进母亲的心理健康^[5]。

在社会层面, 推广新生儿出院后的居家母乳喂养支持, 有助于提高整个社会的母乳喂养率, 改善新生儿群体的健康水平, 减轻医疗负担。这不仅需要医疗机构提供专业的支持服务, 还需要家庭、社区以及社会各界的共同关注和配合。例如, 家庭应营造支持母乳喂养的氛围, 社区可以组织相关的科普活动, 提高公众对母乳喂养重要性的认识。未来, 进一步优化和拓展母乳喂养支持模式, 将有助于让更多的新生儿和母亲受益, 为保

障母婴健康提供更有力的支持。

4 结论

研究表明, 新生儿出院后居家护理中实施母乳喂养支持具有显著效果。通过多种支持措施的综合应用, 可有效提高纯母乳喂养率, 增强母亲母乳喂养自我效能感, 为新生儿的健康成长提供有力保障。

参考文献

- [1] 伊婷婷. 过渡期家庭参与式护理对极低出生体重儿有效延续居家护理的效果评价[J]. 国际护理学杂志, 2018, 37(2):3.
- [2] 马雪婷. 舒适护理对母乳喂养效果观察[J]. 现代养生, 2023(4):310-312.

- [3] 王瑞雪, 韩月欣, 陈文香. "互联网+护理服务"在产妇产褥期居家延续护理中的效果评价[J]. 养生大世界, 2022(12): 209-210.
- [4] 张俊青, 史晓红, 郑雅宁, 等. 互联网居家产后护理服务模式的实践及评价[J]. Chinese Nursing Research, 2022, 36(3).
- [5] 刘晓然. 儿科护理中实施延续护理干预的系统评价[D]. 重庆医科大学, 2017.

版权声明: ©2025 作者与开放获取期刊研究中心(OAJRC)所有。本文章按照知识共享署名许可条款发表。

<https://creativecommons.org/licenses/by/4.0/>



OPEN ACCESS