

初产妇应用分娩球结合自由体位助产护理对产程及分娩结局的影响

何珂

金华市妇幼保健院 浙江金华

【摘要】目的 探究初产妇应用分娩球结合自由体位助产护理对产程及分娩结局的影响。**方法** 选择我院在 2024 年 5 月份至 2025 年 5 月份在我院分娩的 40 例初产妇进行研究，依据入院时间的先后顺序分成对照组和观察组，每组 20 例，对照组正确分娩，观察组分娩球联合自由体位，对比两组产程、分娩结局、疼痛程度。**结果** 两组产妇提供不同的干预措施，观察组产程更短， $p<0.05$ ，对比疼痛程度，观察组更轻， $p<0.05$ ，判断分娩结局，观察组产钳助产率低于对照组，会阴侧切率低于对照组， $p<0.05$ ；两组在产后出血与新生儿窒息发生率上差异不大， $p>0.05$ 。**结论** 对初产妇提供分娩球结合自由体位助产护理，可以缩短产妇的产程，减轻疼痛程度，改善分娩结局，值得在临床尝试。

【关键词】 初产妇；分娩球；自由体位；助产护理；产程；分娩结局

【收稿日期】 2026 年 6 月 8 日

【出刊日期】 2026 年 7 月 1 日

【DOI】 10.12208/j.cn.20260379

The effect of using a birthing ball combined with free position labor care on labor process and delivery outcomes in primiparous women

Ke He

Jinhua Maternal and Child Health Hospital, Jinhua, Zhejiang

【Abstract】Objective To explore the effect of using a birthing ball combined with free position labor care on the labor process and delivery outcomes in primiparous women. **Methods:** A total of 40 primiparous women who gave birth in our hospital from May 2024 to May 2025 were selected for this study. According to the order of admission, they were divided into a control group and an experimental group, with 20 cases in each group. The control group received standard labor care, while the experimental group used a birthing ball combined with free position labor. The labor process, delivery outcomes, and pain levels of the two groups were compared. **Results:** With different interventions provided to the two groups, the labor process in the experimental group was shorter ($p<0.05$). In terms of pain levels, the experimental group experienced less pain ($p<0.05$). When assessing delivery outcomes, the experimental group showed better results ($p<0.05$). **Conclusion:** Providing primiparous women with labor care using a birthing ball combined with free positioning can shorten the labor process, reduce pain, and improve delivery outcomes. This approach is worthy of recommendation.

【Keywords】 Primiparous women; Birthing ball; Free position; Labor care; Labor process; Delivery outcomes

随着当前医疗服务水平的提升，自由体位分娩得到了广泛的关注，该种分娩方案是指导产妇依据自身情况选择舒适的体位，可以是坐位、直立位、跪位或者卧位等，缓解疼痛的同时，增加产妇的活动量，促进胎儿下降，提升自然分娩率^[1]。分娩球属于全新的助产道具，表面柔软，而且具备弹性，直径在 55-100cm，而且有靠背，可以有效支持并缓解受力，提升了产妇分娩过程的舒适度，缓解了产妇的疼痛程度。将分娩球与自由体位联合应用，帮助产妇实现多个体位，更好的扩张骨盆、促进胎儿顺利下降或者旋转，继而缩短其产

程，改善其分娩结局。在该过程中，助产士给予有效的干预，可以提升产妇的分娩信心，提升产妇对分娩的掌控感，缩短产妇产程的同时，减轻其疼痛程度，改善分娩结局。本文就初产妇应用分娩球结合自由体位助产护理对产程及分娩结局的影响进行讨论，现报道如下：

1 资料与方法

1.1 一般资料

参与本次研究产妇的数量为 40 例，时间为 2024 年 5 月份至 2025 年 5 月份，依据入院时间先后顺序分成对照组和观察组，每组 20 例，对照组年龄分布在 22-

34 岁, 平均年龄为 27.58 ± 2.55 岁, 平均孕周 39.41 ± 1.27 周, 观察组年龄分布 21-34 岁, 平均年龄为 28.22 ± 3.27 岁, 平均孕周 39.11 ± 1.41 周。分析我院在此期间产妇的各项资料, 差异性不大, $P > 0.05$, 研究经医院伦理委员会批准。

纳入标准: 均为初产妇; 单胎头位妊娠; 符合阴道分娩条件; 沟通正常;

排除标准: 存在严重的妊娠合并症; 无阴道分娩意愿的患者; 合并精神或者智力障碍; 存在原发性或者继发性宫缩; 中途退出的产妇。

1.2 方法

对照组产妇常规护理, 产妇宫口开至 3cm 后, 指导产妇呈仰卧位或者半卧位, 记录产妇的宫缩情况, 待宫口开至 10cm 后, 送产妇到产房, 协助产妇在膀胱截石位下完成分娩, 告知其注意呼吸, 增加腹压, 依据实际情况, 引导产妇调整节奏和呼吸的方式, 直至顺利完成分娩^[2]。

观察组分娩球联合自由体位助产护理, 具体包括: 1、为产妇提供分娩球的相关知识, 提升产妇的认知水平, 待产妇宫口开至 3cm 时, 依据产妇的个体差异提供分娩球, 一般如果产妇的身高低于 155 厘米, 则选择直径在 45 厘米的分娩球, 而产妇的身高高于 155 厘米但低于 169 厘米时应选择直径为 55 厘米的分娩球, 对于身高达到 170 厘米以上的产妇多提供直径 65 厘米的分娩球。保存分娩球过程中应注意室内温度, 一般温度不得低于 18 摄氏度, 但不宜超过 32 摄氏度, 确保

其防滑以及防爆功能, 保证产妇的安全^[3-4]。之后指导产妇选择自由体位。2、坐位, 产妇会于分娩球, 双脚着地, 左右晃动, 重复上下、前后弹坐; 直立位, 将分娩球置于床上, 指导产妇双手抱球, 重心前倾, 直至头部靠于分娩球上。3、跪位, 将分娩球置于地面软垫, 产妇为跪姿抱球, 身体前倾, 头部靠于分娩球上。蹲位, 将分娩球靠墙放置后, 协助产妇靠球下蹲, 双下肢可以有力着地, 依据分娩球完成上下滑动^[5-6]。趴位, 将分娩球置于床上, 协助产妇将上身趴在球上指导产妇利用腰部力量完成左右、前后晃动。产妇依据自身情况调整时间, 助产士关注产妇的宫缩和情绪状态, 宫口开至 10cm 后, 送产妇至产房, 通过膀胱截石位完成分娩^[7]。

1.3 观察指标

1.3.1 对比产妇产程。

1.3.2 记录产妇疼痛程度 (依据 VAS 视觉模拟评分法对产妇的疼痛程度进行评估, 范围在 0-10 分, 评分越高, 疼痛越剧烈)。

1.3.3 对比产妇妊娠结局。

1.4 统计学方法

文中计数资料使用 $n(\%)$ 表示, 检验通过 χ^2 检验。本文所涉及的数据均通过 SPSS21.0 软件进行统计分析, $P < 0.05$ 具有统计学意义。可以进行研究。

2 结果

2.1 观察组产妇产程更短, $p < 0.05$ (见表 1)

2.2 观察组患者疼痛程度更轻, $p < 0.05$ (见表 2)

表 1 分析两组产妇的产程 ($\bar{x} \pm s$, min)

组别	第一产程 (min)	第二产程 (min)	第三产程 (min)
对照组	625.51 ± 75.17	121.07 ± 1.42	19.86 ± 0.39
观察组	514.38 ± 64.36	85.79 ± 2.16	15.37 ± 0.59
t		15.271	9.016
p	11.892	<0.05	<0.05

表 2 分析两组产妇的疼痛评分 [$\bar{x} \pm s$], 分]

组别	第一产程 VAS 评分	第二产程 VAS 评分	第三产程 VAS 评分
对照组	6.73 ± 1.12	8.46 ± 0.42	5.04 ± 1.19
观察组	5.26 ± 0.98	7.09 ± 1.25	4.01 ± 1.09
t	4.417	4.646	2.854
p	<0.001	<0.001	0.007

表 3 分析妊娠结局

组别	产钳助产	产后出血	会阴侧切率(%)	新生儿窒息
对照组	5(25.00%)	4(20.00%)	8(40.00%)	1(5.00%)
观察组	0 (0.00%)	0 (0.00%)	1 (5.00%)	0(0.00%)
χ^2	3.567	2.500	5.161	0.000
p	0.047	0.106	0.011	1.000

2.3 观察组产妇妊娠产钳助产率一晚低,会阴侧切率更低, $p<0.05$, 观察组产后出血与新生儿窒息发生率差异不大, $p>0.05$ 。(见表 3)

3 讨论

分娩作为女性正常的生理过程,在女性生活当中扮演着重要的角色。但分娩过程中的疼痛会增加其恐惧、焦虑等负面情绪,该种情绪会导致其出现子宫收缩不良,延长分娩时间等,对母婴安全造成威胁。故通过有效的干预措施,保证产妇顺利完成分娩,提升自然分娩率的同时,减轻其产时疼痛十分重要^[8]。

本文通过对两组产妇提供不同的干预措施后,观察组产妇的产程时间更短,降低了会阴侧切率,减少产钳助产, $p<0.05$, 分析原因,分娩球相对更为柔软,而且具有支撑的作用,可以协助产妇保持不同的姿势和活动,通过提供不同体位,可以有效地促进骨盆的扩张,有利于胎头的下降,为产妇顺利完成顺产提供了依据。产妇在分娩的过程中造成不同的体位,可以帮助产妇放松骨盆,配合娩球支撑作用,可以促进宫颈反射性扩张,继而加速产妇的产程^[9]。对比产妇的疼痛程度,观察组更轻, $p<0.05$, 分析原因:自由体位与分娩球的联合应用,帮助产妇依据自身的主观感觉来调整分娩的姿势,提升了产妇分娩过程中的舒适度,缓解了产妇分娩期间的负性情绪,对疼痛的控制感增加,继而疼痛程度减轻。

本次研究尚存在一定的局限性,纳入的样本量较小,而且均为单中心,结论的外推可能存在偏倚,未来应进一步扩大样本量,并建立多中心的研究,以验证结果的有效性。

综上所述,对初产妇分娩期间提供自由体位联合分娩球助产,可以有效的缩短产程时间,减轻产妇分娩期间的疼痛程度,同时改善妊娠结局,值得在临床尝试。

参考文献

[1] 葛玲丹,马莉娟,赵雅青,胡锦艳.分娩球联合拉玛泽呼吸法对初产妇自然分娩效果的影响[J].中国妇幼保健,2023,38(14):2527-2530.

[2] 杨琴,朱艳梅.健康教育配合分娩球对自然分娩产妇的应用效果及不良情绪影响分析[J].贵州医药,2023,47(5):831-833.

[3] 段桂梅,杜筱玲.分娩球自由体位干预联合 LK 妊娠及分娩基础按摩程式在足月初产妇助产护理中的应用观察[J].医学理论与实践,2023,36(8):1394-1396.

[4] 周朝芬,夏明珠,崔大伟.自由体位联合无创分娩减痛对初产妇疼痛、分娩恐惧、妊娠结局及盆底肌功能的影响[J].中国计划生育学杂志,2023,31(3):552-556.

[5] 常晓玫,宋屹超.基于温柔分娩理念的助产士陪伴结合产时自由体位干预对初产妇产痛程度、分娩自控感及分娩信心的影响[J].临床医学研究与实践,2023,8(6):149-151.

[6] 李素文,王涛,李春雨.冥想放松减痛法配合活跃期自由体位待产在自然分娩初产妇中的应用效果分析[J].临床医学工程,2023,30(9):1301-1302.

[7] 常晓玫,宋屹超.基于温柔分娩理念的助产士陪伴结合产时自由体位干预对初产妇产痛程度、分娩自控感及分娩信心的影响[J].临床医学研究与实践,2023,8(6):149-151.

[8] 肖兰英.初产妇温柔分娩理念指导下助产士陪伴与自由体位干预的效果对产痛程度、分娩自控感及分娩信心的影响[J].中国医药指南,2023,21(30):82-84.

[9] 敖晓兰.初产妇采取分娩球与自由体位结合助产护理对提高阴道分娩率的作用[J].黑龙江中医药,2023,52(4):196-198.

版权声明:©2026 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