

“互联网+护理”在产褥期母婴延续照护中的观察

黄晴雯

太仓市第一人民医院 江苏苏州

【摘要】目的 分析产褥期母婴延续照护中采取“互联网+护理”的干预效果。**方法** 本次研究对象为我院 2023 年 1 月-2024 年 1 月期间分娩的 62 例产妇及其新生儿。以随机数字表法分为常规组及试验组，每组 31 例。其中常规组采取常规延续性护理，试验组则采取“互联网+护理”的延续性护理。对比两组产妇及新生儿相关指标。**结果** 试验组产妇母乳喂养知识掌握程度、新生儿护理技能评分高于常规组 ($P<0.05$)。**结论** 产褥期母婴延续照护中采取“互联网+护理”的干预效果显著，可提高产妇母乳喂养知识及新生儿护理技能的掌握，此种方法值得推广于临床。

【关键词】产褥期；母婴延续照护；“互联网+护理”；产后抑郁；母乳喂养；新生儿护理技能

【收稿日期】2025年9月20日

【出刊日期】2025年10月17日

【DOI】10.12208/j.jacn.20250522

Observation of "Internet plus Nursing" in maternal and infant continuous care in puerperium

Qingwen Huang

Taicang First People's Hospital, Suzhou, Jiangsu

【Abstract】Objective To analyze the intervention effect of "Internet plus nursing" in maternal and infant continuous care in puerperium. **Methods** The subjects of this study were 62 postpartum women and their newborns who gave birth in our hospital between January 2023 and January 2024. Divided into a control group and an experimental group using a random number table method, with 31 cases in each group. Among them, routine continuous nursing was adopted in the routine group, and "Internet plus nursing" was adopted in the experimental group. Compare two groups of maternal and neonatal related indicators. **Results** The experimental group had a higher level of knowledge and skills in breastfeeding and neonatal care compared to the control group ($P<0.05$). **Conclusion** The intervention effect of "Internet plus Nursing" in puerperal maternal and infant continuous care is significant, which can improve the knowledge of maternal breastfeeding and the mastery of neonatal nursing skills. This method is worth popularizing in clinical practice.

【Keywords】Postpartum period; Continuing maternal and child care; "Internet plus Nursing"; Postpartum depression; Breast-feeding; Nursing skills for newborns

产褥期是产妇身体各器官恢复至非孕状态，以及新生儿适应外界环境的关键时期^[1]。在此阶段，母婴生理和心理均面临诸多变化与挑战，母婴延续照护对保障母婴健康起着至关重要的作用。传统的延续性护理模式存在信息传递滞后、缺乏个性化指导等问题，难以满足产妇及新生儿日益多样化的健康需求^[2]。随着互联网技术的飞速发展，“互联网+护理”模式应运而生，为产褥期母婴延续照护带来新的机遇。为此，本次研究对象为我院 2023 年 1 月-2024 年 1 月期间分娩的 62 例产妇及其新生儿，探究“互联网+护理”在产褥期母婴延续照护中的应用效果，结果详见下文。

1 资料与方法

1.1 基础资料

选取我院 2023 年 1 月-2024 年 1 月期间分娩的 62 例产妇及其新生儿作为研究对象。

纳入标准：①均为足月顺产或剖宫产；②产妇无严重的躯体疾病、精神疾病及认知障碍；③产妇具备基本的智能手机操作能力；④自愿参与本研究并签署知情同意书。

排除标准：①存在妊娠合并症（如妊娠期高血压、妊娠期糖尿病等）且病情严重者；②新生儿存在先天性疾病或严重出生缺陷；③中途退出研究。采用随机数字

表法将研究对象分为常规组和试验组，每组 31 例。常规组产妇年龄 22-35 岁，平均 (28.54 ± 3.22) 岁；孕周 37-41 周，平均 (39.22 ± 0.81) 周；试验组产妇年龄 23-36 岁，平均 (29.01 ± 3.12) 岁；孕周 37-40 周，平均 (38.82 ± 0.92) 周；两组产妇一般资料方面比较，差异无统计学意义 ($P>0.05$)，具有可比性。

1.2 方法

1.2.1 常规组

本组采取常规延续性护理，产妇出院前，由责任护士进行面对面健康宣教，内容包括产后饮食营养搭配、休息与活动指导、会阴清洁护理、母乳喂养技巧、新生儿基础护理（如脐带护理、皮肤护理、沐浴方法等）；出院后，每周进行 1 次电话随访，了解产妇及新生儿的健康状况，解答产妇提出的问题，并提醒产妇按时回院复查，产后 42 天安排产妇回院进行全面检查。

1.2.2 试验组

本组采取“互联网+护理”模式的延续性护理，方法如下：

（1）搭建微信群护理平台：建立专门的母婴延续照护微信群，精细划分为产妇群和护理工作群。在产妇群的运营上，制定严格的推送计划，护理人员每日上午 10 点定时推送精心整理的文字、图片、语音相结合的产褥期母婴护理知识。例如，通过图文并茂的形式展示产后瑜伽康复训练步骤，搭配语音讲解动作要点；用生动的图片和文字说明新生儿不同阶段的母乳喂养技巧，如按需喂养的判断方法；以案例分析的形式，通过语音讲述新生儿黄疸、湿疹等常见疾病的预防措施。同时，群内设置 2 名经验丰富的专科护士专职负责在线答疑，产妇可随时发送文字、语音咨询问题，护理人员严格遵守 2 小时内予以回复的承诺。对于产妇及新生儿出现的复杂问题，如产妇产后严重腹痛、新生儿反复呕吐等情况，护理人员会及时通过微信群发起视频通话进行问诊，详细观察产妇及新生儿状态，必要时联系医生远程会诊。在护理工作群中，建立标准化的信息同步流程，每天下午 4 点，负责随访的护理人员将产妇在微信群中反馈的健康数据、咨询问题及初步处理情况同步至群内，全体护理人员共同交流分析，制定后续护理方案，确保服务的专业性和连贯性。

（2）个性化健康指导：建立详细的产妇及新生儿健康档案模板，除收集产妇的基本信息、妊娠分娩情况、身体恢复状况以及新生儿的出生信息、生长发育情况等基础内容外，还增加产妇的既往病史、家族遗传病史、

心理状态评估等拓展信息。护理人员每周对档案进行动态更新和分析，根据产妇个体差异（如体质、分娩方式、生活习惯等）和新生儿特点，制定个性化健康指导方案。例如，针对剖宫产产妇，除推送常规的伤口护理及康复训练计划外，还会根据其手术切口愈合情况，提供定制化的饮食建议，如富含胶原蛋白的食物清单促进伤口愈合；对于早产儿母亲，不仅推送特殊喂养及护理知识，还会根据早产儿的体重增长曲线，指导调整喂养频率和奶量。在实施过程中，采用“1 对 1 私聊+针对性群消息”双轨制模式，既保证隐私性，又能对共性问题进行集中指导。

（3）线上互动交流：制定系统的线上互动计划，每周三晚上 8 点通过微信群以语音直播的形式，邀请产科、新生儿科护理专家开展讲座，围绕产褥期母婴护理的热点问题进行讲解，如产后盆底肌修复的重要性及方法、新生儿睡眠规律培养等。直播过程中，安排专人负责收集产妇提出的问题，讲座结束后设置 30 分钟集中答疑环节。为鼓励产妇积极参与交流，每月举办“育儿经验分享月”活动，设立“最佳分享奖”，对优秀分享者给予母婴用品小礼品奖励。护理人员全程参与群组互动，制定常见错误护理观念及方法的纠正指南，当发现产妇存在错误认知时，及时引用权威资料进行科学纠正。针对共性问题，如如何正确冲泡奶粉、新生儿拍嗝的正确姿势等，定期制作标准化图文指南发布在群公告中，方便产妇随时查阅，营造积极、科学的交流氛围。

1.3 观察指标

自行设计母乳喂养知识和新生儿护理技能调查问卷，经过专家审核确保问卷的信效度。母乳喂养知识问卷内容包括母乳喂养的好处、正确的哺乳姿势、乳汁分泌不足的处理方法等，共 20 题，每题 5 分，总分 100 分；新生儿护理技能问卷涵盖新生儿脐带护理、拍嗝方法、红臀预防与处理等，共 20 题，每题 5 分，总分 100 分。得分越高表示产妇对相关知识和技能的掌握程度越好。

1.4 统计学方法

研究所得到的数据均采用 SPSS23.0 软件进行处理。 $(\bar{x}\pm s)$ 用于表示计量资料，用 t 检验；（%）用于表示计数资料，用 (χ^2) 检验。当所计算出的 $P<0.05$ 时则提示进行对比的对象之间存在显著差异。

2 结果

表 1 显示，试验组产妇母乳喂养知识掌握程度、新生儿护理技能评分高于常规组 ($P<0.05$)。

表1 母乳喂养知识掌握程度、新生儿护理技能评分对比 ($\bar{x} \pm s$) (分)

组别	例数	母乳喂养知识掌握评分	新生儿护理技能评分
试验组	31	89.52±5.21	90.32±4.83
常规组	31	78.23±6.34	76.52±5.61
<i>t</i>	-	7.258	8.123
<i>P</i>	-	0.001	0.001

3 讨论

产褥期是指从胎盘娩出至产妇全身器官（除乳腺外）恢复至未孕状态所需的一段时间，一般为产后6周。在此期间，产妇身体经历着剧烈的生理变化，如子宫复旧、恶露排出等，同时还需承担起照顾新生儿的重任^[3]。分娩后，由于雌激素和孕激素水平急剧下降，产妇的内分泌系统发生巨大波动，这种激素的变化会直接影响其情绪调节能力。与此同时，社会角色从女性迅速转变为母亲，产妇不仅要适应自身身体的恢复，还要应对育儿过程中的各种问题，如母乳喂养困难、新生儿睡眠问题等^[4]。多重压力下，产褥期产妇极易产生焦虑、急躁、紧张及抑郁等负性情绪。据相关研究表明，产后抑郁在产妇群体中的发病率呈逐年上升趋势，这些负性情绪不仅影响产妇的心理健康，还会通过神经-内分泌系统影响身体恢复进程，不利于产后康复，例如导致子宫复旧延迟、乳汁分泌减少等。有效、科学的产后延续护理干预有助于产妇顺利度过产褥期。但目前产后延续护理多局限于出院指导、出院后电话随访，模式单一、时效性差^[5]。以电话随访为例，护理人员在电话中难以全面观察产妇的实际状况，对于产妇提出的复杂问题，也无法进行直观的示范指导。部分产妇反映，在电话中咨询新生儿红臀护理方法时，仅通过语言描述，难以掌握正确的护理步骤和要点，导致问题无法及时解决。这种传统护理模式无法满足初产妇多样化、多层次的护理需求，例如对于希望深入学习产后康复训练方法、了解科学育儿理念的产妇，传统模式提供的服务远远不足。

本次研究结果显示，试验组产妇母乳喂养知识掌握程度、新生儿护理技能评分高于常规组 ($P<0.05$)。由此可见“互联网+护理”的延续护理方法的效果显著优于常规方法。笔者分析认为，在提升母乳喂养知识掌握程度和新生儿护理技能上，个性化与互动性是关键。个性化健康指导基于全面的母婴健康档案，精准匹配产妇个体需求。例如，针对剖宫产产妇的定制饮食建议、早产儿母亲的特殊喂养指导，使知识传递更具针对性，提升产妇对母乳喂养和新生儿护理的理解深度^[6]。线上互动交流通过专家讲座、经验分享和实时纠错，构建了多

元化学习场景。每周的专家讲座聚焦热点问题，为产妇提供权威知识；“育儿经验分享月”鼓励产妇互助交流，丰富知识储备；护理人员对错误认知的及时纠正和标准化图文指南的发布，则帮助产妇规范操作技能，确保知识有效转化为实际护理能力，多机制协同的“互联网+护理”模式，为产褥期母婴健康提供了全方位保障^[7]。

综上所述，产褥期母婴延续照护中采取“互联网+护理”的干预效果显著，能够降低产妇产后抑郁发生，提高产妇母乳喂养知识及新生儿护理技能的掌握，此种方法值得推广于临床。

参考文献

- [1] 陈慧,刘海燕,王丽,等. “互联网+护理”在产褥期母婴延续照护中的应用研究进展 [J]. 中国医药科学, 2024, 14 (08): 22-24+52.
- [2] 李怡臻,郑宇,肖洁,等. 社区-家庭合作型护理模式在产褥期母婴居家护理管理中的应用 [J]. 全科护理, 2024, 22 (06): 1116-1119.
- [3] 陈仕淡. 基于互联网的优质护理在产妇产褥期延续性护理健康教育中的应用 [J]. 妇儿健康导刊, 2023, 2 (09): 175-177+189.
- [4] 张福英,杨志娟,赵丽丽,等. “互联网+”4C 延续性护理管理模式应用于社区产褥期妇女保健的效果研究 [J]. 智慧健康, 2022, 8 (29): 191-194.
- [5] 何小程序. 移动健身 APP 在提高妊娠期糖尿病产妇产褥期盆底肌训练依从性中的应用 [D]. 福建医科大学, 2022, 23(22):154-155.
- [6] 罗丽波,王培红,邓六六,等. 基于互联网的延续性护理模式在产褥期护理中的应用研究 [J]. 实用临床护理学电子杂志, 2020, 5 (07): 79.
- [7] 高倩,徐旭娟,周聪聪,等. “互联网+”产褥期护理随访系统的构建与实施 [J]. 护理研究, 2019, 33 (02): 340-343.

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