

循证护理在产后尿潴留预防及护理中的应用效果评价

杨雨青, 刘慧竹

东南大学附属中大医院江北院区 江苏南京

【摘要】目的 探究循证护理在产后尿潴留预防及护理中的应用效果。**方法** 选择我院在 2025 年 1 月-2025 年 12 月收治的 921 例患者进行研究, 随机数字表示分成对照组 ($n=460$) 和观察组 ($n=461$), 对照组常规护理, 观察组循证护理, 分析两组患者的临床指标; 尿潴留发生率。**结果** 两组患者提供不同的护理措施后, 观察组患者临床指标优于对照组, $p<0.05$, 分析患者尿潴留发生率, 观察组低于对照组, $p<0.05$ 。**结论** 为产后患者提供循证护理, 可以改善其临床指标, 降低尿潴留的产生, 值得提倡。

【关键词】 循证护理; 产后尿潴留; 预防; 护理

【收稿日期】 2026 年 6 月 8 日

【出刊日期】 2026 年 7 月 11 日

【DOI】 10.12208/j.jacn.20260367

Evaluation of the application effect of evidence-based nursing in the prevention and nursing of postpartum urinary retention

Yuqing Yang, Huizhu Liu

Jiangbei Branch of Southeast University Affiliated Zhongda Hospital, Nanjing, Jiangsu

【Abstract】Objective To explore the application effect of evidence-based nursing in the prevention and nursing of postpartum urinary retention. **Methods** 921 patients admitted to our hospital from January 2025 to December 2025 were selected for the study. They were randomly divided into the control group ($n=460$) and the observation group ($n=461$). The control group received routine care, while the observation group received evidence-based nursing. The clinical indicators and the incidence of urinary retention of the two groups were analyzed. **Results** After providing different nursing measures to the two groups of patients, the clinical indicators of the observation group were better than those of the control group, $p<0.05$. The incidence of urinary retention in the observation group was lower than that in the control group, $p<0.05$. **Conclusion** Providing evidence-based nursing for postpartum patients can improve their clinical indicators and reduce the occurrence of urinary retention, which is worthy of promotion.

【Keywords】 Evidence-based nursing; Postpartum urinary retention; Prevention; Nursing

产后尿潴留 (postpartum urinary retention, PUR) 属于产科常见并发症, 是指产妇在分娩后 6-8 小时内无法自行排尿, 或者排尿后膀胱内仍有明显的残余尿液。产后尿潴留既会影响产妇的舒适度与心理状态, 亦会导致膀胱过度充盈, 继而影响子宫收缩和子宫复旧, 导致产后出血、产褥感染甚至泌尿系统感染等并发症^[1]。而且产后尿潴留会延长住院时间、增加医疗费用, 甚至影响母乳喂养的顺利开展。随着分娩镇痛技术的普及以及剖宫产率的上升, 产后尿潴留的发生率呈现上升的趋势。当前, 临床对产后尿潴留的预防和护理存在不足之处。部分医护人员对产后尿潴留的危险因素认识不全面, 预防措施缺乏系统性和针对性, 健康教育不够深入, 产妇对产后及时排尿的重要性认知不足, 护理干

预手段单一, 未形成标准化的管理路径。循证护理作为一种以科学证据为基础的护理模式, 通过系统检索、评价和应用证据, 为患者提供科学、规范、个体化的护理服务, 促进其恢复。现报道如下:

1 资料与方法

1.1 一般资料

参与本次研究患者数量 921 例, 时间范围 2025 年 1 月份至 2025 年 12 月份, 纳入标准: ①单胎、足月分娩; ②分娩方式为阴道分娩; ③产妇意识清楚具备基本的沟通能力; ④自愿参与本次研究并签署知情同意书;

排除标准: ①合并影响本次研究的重大脏器疾病; ②严重的认知障碍; ③中途退出的患者;

按随机数字表法分成对照组 ($n=460$) 和观察组

($n=461$), 对照组患者年龄 22-35 岁, 平均年龄 (28.38 ± 4.40) 岁, 初产妇 224 例, 经产妇 236 例, 观察组患者年龄 23-36 岁, 初产妇 223 例, 经产妇 238 例, 平均年龄 29.22 ± 5.82 岁。分析所有患者的基础资料, 并进行汇总分析, 结果显示 $P > 0.05$, 可开展本研究。本研究已通过伦理委员会审批。

1.2 方法

对照组为常规护理, 产后开展健康宣教, 告知产妇尽早排尿的重要性, 鼓励产妇在产后 4-6 内自行排尿, 为产妇提供舒适的排尿环境, 保护好隐私, 若排尿困难时可以通过听流水声、温水冲洗会阴部等诱导排尿措施^[2]。

观察组提供循证护理, 具体包括: (1) 建立循证护理小组, 包括产科护士长、责任护士、产科医师, 所有成员均接受循证护理相关知识和技能培训, 掌握循证问题的构建方法、文献检索与评价策略以及证据的临床转化技能^[3]。(2) 提出循证问题, 循证护理小组结合临床实践, 确定问题, 并通过万方、维普、中国知网、PubMed、Web of Science 等中英文数据库中关于产后尿潴留预防与护理的文献, 检索关键词包括产后尿潴留、排尿困难、循证护理、预防、护理干预、膀胱功能等, 确定循证方案^[4]。(3) 护理内容: 1) 产前评估与教育, 入院后, 为产妇提供产后尿潴留风险评估, 明确筛查的相关因素, 对于有高危因素的产妇提供重点干预, 为产妇和家庭系统的讲解产后尿潴留的相关知识, 明确危害、预防措施、排尿的重要性, 提高产妇的自我护理意识。并指导产妇进行凯格尔运动等盆底肌训练, 提升盆底肌力量和协调性^[5]。2) 产时干预, 产程中密切观察膀胱的充盈情况, 督促产妇及时排空膀胱, 避免膀胱过度充盈, 在分娩镇痛时, 注意评估麻醉对膀胱功能的影响, 必要时进行间歇导尿, 第二产程中避免不必要的器械助产, 缩短产程时间, 减少盆底组织和膀胱的损伤。3) 产后排尿管理,

产后 12 小时内评估膀胱的功能状态, 鼓励产妇尽早下床活动, 指导其通过半坐位或者蹲位等利于排尿的体位, 利用重力的作用辅助排尿。为产妇提供温开水, 每次 150-200mL, 少量多次饮水, 避免短时间内膀胱过度充盈。若存在排尿困难时, 温水冲洗会阴, 热敷下腹部。用 40℃ 温水浸湿毛巾敷于下腹部, 每次 15-20 分钟, 每日 3-4 次, 以促进盆底肌肉放松, 促进排尿反射^[6]。引导产妇开展腹式呼吸和放松训练, 缓解会阴部位因为疼痛或者紧张导致的排尿困难, 产后 4-6 小时仍无法排尿的患者, 使用膀胱扫描仪评估膀胱残余尿量, 若残余尿量 $\geq 400\text{mL}$ 或出现明显尿潴留症状, 则按医嘱给予无菌导尿术。导尿过程中严格坚持无菌操作, 首次放尿量不超过 1000mL, 分次排放以保护膀胱功能, 降低尿路感染风险。(4) 心理护理, 产后尿潴留会增加产妇的焦虑和紧张, 护理人员主动与产妇进行沟通, 明确其心理状态, 提供足够的心理支持和安慰, 为产妇和家属讲解产后排尿困难的原因、处理的方法, 消除其顾虑和恐惧, 为患者播放视频, 强化产后排尿相关的健康教育, 提升产妇的遵医行为, 提高自我管理能力。

1.3 观察指标

1.3.1 产后首次排尿时间; 膀胱残余量。

1.3.2 对比两组产妇尿潴留发生率。

1.4 统计学分析

选择 SPSS26.0 数据包处理本次研究涉及到的所有数据, 而文中需要计数时选择 ($n, \%$) 表示, 行 χ^2 检验, 计量数据行 ($\bar{x} \pm s$) 表示, 检验使用 t 表示, 若 $P < 0.05$ 说明结果有统计学意义。

2 结果

2.1 两组产妇首次排尿时间以及膀胱残余尿量

观察组产妇产后首次排尿时间短于对照组, 膀胱残余尿量少于对照组, $p < 0.05$, 见表 1:

表 1 两组产后首次排尿时间及膀胱残余尿量 ($\bar{x} \pm s$)

组别	例数	首次排尿时间 (h)	膀胱残余尿量 (mL)
对照组	460	7.86 ± 2.18	58.43 ± 21.65
观察组	461	4.52 ± 1.23	32.15 ± 14.28
t 值	—	12.872	10.536
P 值	—	<0.001	<0.001

2.2 对照组 460 例产妇有 43 例发生尿潴留, 发生率为 9.35%; 观察组 461 例产妇有 15 例发生尿潴留, 发生率为 3.25%; 观察组尿潴留发生率更低, $p < 0.05$ 。

3 讨论

产后尿潴留的发病机制较为复杂, 分娩过程中的胎头对膀胱和尿道的长时间压迫, 会导致膀胱黏膜充

血、水肿、膀胱平滑肌收缩功能减弱,排尿反射暂时性障碍,而且分娩镇痛多为硬膜外麻醉,会阻滞骶神经、抑制膀胱逼尿肌的收缩功能和膀胱充盈的感知,继而影响排尿反射的恢复。再者分娩过程中器械助产,会增加盆底软组织和神经的损伤风险,进一步影响排尿功能^[7]。而且会阴切开或者裂伤后的疼痛、产妇的精神紧张与抑郁情绪、产后体力耗竭等因素,会抑制排尿意愿和能力。依据研究结果可以看出,观察组患者首次排尿时间短于对照组,膀胱残余尿量少于对照组,尿潴留发生率低于对照组, $p < 0.05$,这也充分说明了循证护理在预防产后尿潴留有着较佳的优势。

3.1 循证护理的作用机制与证据分析

循证护理的核心在于将最佳研究证据与临床经验 and 患者意愿相结合,通过产前评估风险并进行盆底肌训练,作为预防的重要环节。产妇入院后筛查尿潴留的高危因素,并对高危人群进行有效的干预,有效的提升产妇的盆底肌力协调性和支撑力,有效对抗分娩时胎头对盆底结构的机械性损伤和神经压迫,继而出现尿潴留的风险下降^[8]。再者产时科学的管理膀胱,避免了因为膀胱过度膨胀导致的逼尿肌纤维过度牵拉受损,依据分娩镇痛对骶神经的阻滞作用,循证方案中纳入了麻醉影响评估及必要时的间歇导尿策略,降低了因为麻醉和器械助产导致的膀胱肌源性和神经源性损伤,为排尿功能恢复提供了良好的生理条件^[9]。再者,产后综合诱导排尿与物理干预的协同效果,通过开展温水冲洗会阴、下腹部热敷及体位指导等,并非简单的经验性操作,是基于循证证据的物理疗法。温水冲洗利用条件反射诱发排尿冲动,40℃热敷下腹部可促进局部血液循环,缓解膀胱括约肌痉挛及尿道水肿。提升了患者的舒适度,有利于促进患者的恢复。

最后为患者提供有效的心理护理,并建立认知重构,缓解了产妇的抑郁和焦虑,分娩后的焦虑和会阴疼痛会激活交感神经,抑制副交感神经主导的排尿反射,通过缓解紧张情绪,降低了因为精神因素导致的排尿困难情况^[10]。

3.2 研究的局限性和未来展望

本次研究虽然证实了循证护理的有效性,但仍存在一定的局限性,本次研究为单中心,样本量大,但地域代表性有限,可能受到该中心特定的医疗习惯影响,而且受限于临床条件,未通过观察产妇远期膀胱功能。未来应将循证护理与电子病历相结合,通过临床决策支持系统,自动的弹出高危因素评估提醒及相应的护理措施清单,进一步论证循证护理在缩短住院时间和

节约医疗资源的优势。

综上所述,为产妇患者开展循证护理,在缩短首次排尿时间的同时,减少了膀胱残余尿量,降低尿潴留的产生,值得提倡。

参考文献

- [1] 李茹萍.盆底肌治疗仪联合细节护理在产后尿潴留预防中的应用效果[J].中文科技期刊数据库(引文版)医药卫生,2025(8):017-020.
- [2] 陈珊瑚.循证护理干预管理模式应用在阴道分娩后尿潴留预防中的价值分析[J].医学研究前沿,2025,3(9):1-3.
- [3] 周月.Kegel 运动联合预防性护理对无痛分娩产妇产后尿潴留发生率的影响[J].中文科技期刊数据库(引文版)医药卫生,2025(8):167-170.
- [4] 丁海霞,刘文婷,李志敏.中医护理配合穴位按摩在预防阴道分娩产妇产后尿潴留中的应用效果[J].妇儿健康导刊,2024,3(7):146-149.
- [5] 胡京香.产房内早期护理干预对产后尿潴留、导尿率、首次排尿时间的影响效果[J].中文科技期刊数据库(引文版)医药卫生,2024(12):253-256.
- [6] 张红.在产后尿潴留治疗中妇产康复治疗仪的效果分析[J].中国科技期刊数据库 医药,2024(12):051-054.
- [7] 季德德.4R 危机管理理论在预防阴道分娩产妇产后尿潴留中的应用效果[J].妇儿健康导刊,2023,2(18):151-153.
- [8] 王巧莉.前瞻性护理在产妇产后尿潴留中的应用效果分析[J].中文科技期刊数据库(全文版)医药卫生,2023(4):146-149.
- [9] Chen T H ,Zhang L X ,Peng Y J , et al.The Effectiveness and Safety of Intrapartum or Postpartum Catheterization in the Prevention of Postpartum Urinary Retention: A Scoping Review.[J].International urogynecology journal,2024,35(7):1337-1346.
- [10] Ting H C ,Zhen T L ,Yan Z J , et al.Noninvasive external therapy of traditional Chinese medicine for preventing postpartum urinary retention in women with vaginal delivery: A network meta-analysis[J].Medicine,2023,102(41):e35399-.

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