

## 产后乳房护理模式对初产妇母乳喂养情况及乳汁淤积发生率的影响

潘新新, 关 昊, 崔 旺, 杨翠丽\*

郑州大学第三附属医院 河南郑州

**【摘要】目的** 分析产后乳房护理用于初产妇护理中所起到的作用。**方法** 随机均分 2023 年 1 月-2025 年 1 月本院接诊初产妇 (n=100)。试验组采取产后乳房护理, 对照组行常规护理。对比乳汁淤积发生率等指标。**结果** 关于母乳喂养成功率: 试验组 98.0%, 对照组 84.0%, 差异显著 ( $P < 0.05$ )。乳房胀痛缓解时间与初乳时间: 试验组只有 (2.71±0.53) d、(27.49±4.06) h, 对照组长达 (3.19±0.61) d、(31.54±5.17) h, 差异显著 ( $P < 0.05$ )。乳汁淤积发生率: 试验组 2.0%, 对照组是 14.0%, 差异显著 ( $P < 0.05$ )。满意度: 试验组 98.0%, 对照组 82.0%,  $P < 0.05$ 。**结论** 初产妇护理用产后乳房护理, 乳汁淤积发生率更低, 母乳喂养情况更好, 满意度也更高。

**【关键词】** 母乳喂养; 满意度; 初产妇; 影响; 产后乳房护理

**【收稿日期】**2025 年 7 月 22 日

**【出刊日期】**2025 年 8 月 20 日

**【DOI】**10.12208/j.ijnr.20250399

### The influence of postpartum breast care models on the breastfeeding situation of primiparas and the incidence of milk stasis

Xinxin Pan, Hao Guan, Wang Cui, Cuili Yang\*

The Third Affiliated Hospital of Zhengzhou University, Zhengzhou, Henan

**【Abstract】 Objective** To analyze the role of postpartum breast care in the care of primiparas. **Methods** Randomly and evenly divide the primiparas admitted to our hospital from January 2023 to January 2025 (n=100). The experimental group received postpartum breast care, while the control group received routine care. Compare indicators such as the incidence of milk stasis. **Results** Regarding the success rate of breastfeeding: 98.0% in the experimental group and 84.0% in the control group, with a significant difference ( $P < 0.05$ ). The relief time of breast distension and pain and the time of colostrum: In the experimental group, it was only (2.71±0.53) d and (27.49±4.06) h, while in the control group, it was as long as (3.19±0.61) d and (31.54±5.17) h, with a significant difference ( $P < 0.05$ ). The incidence of milk stasis: 2.0% in the experimental group and 14.0% in the control group, with a significant difference ( $P < 0.05$ ). Satisfaction rate: 98.0% in the experimental group and 82.0% in the control group,  $P < 0.05$ . **Conclusion** Postpartum breast care for primiparas leads to a lower incidence of milk stasis, better breastfeeding conditions, and higher satisfaction.

**【Keywords】** Breastfeeding; Satisfaction; Primiparas; Influence; Postpartum breast care

目前, 母乳作为新生儿最为健康且最富含营养的一种食物, 不仅能确保新生儿摄入足够的营养, 还能提高新生儿的免疫力, 避免新生儿出现各种问题<sup>[1]</sup>。但对初产妇而言, 她们缺乏母乳喂养的经验, 且大部分初产妇对母乳喂养的认知度也比较低, 使得她们不能更加积极的对新生儿进行哺乳, 同时也会增加初产妇发生乳汁淤积等并发症的几率<sup>[2]</sup>。而产后乳房护理则是一种

专科护理技术, 能弥补常规护理的缺陷, 并能提高初产妇的母乳喂养率, 减少乳汁淤积发生风险<sup>[3]</sup>。本文选取初产妇 100 名, 截取时间范围是 2023 年 1 月-2025 年 1 月, 旨在剖析产后乳房护理用于初产妇护理中所起到的作用。

#### 1 资料与方法

##### 1.1 一般资料

\*通讯作者: 杨翠丽

2023年1月-2025年1月,本院接诊初产妇(n=100)。所有初产妇的资料都齐全,且研究也获得了伦理委员会的批准。研究排除了沟通障碍、乳腺功能发育不全、传染病、精神心理疾病、癌症与中途退出研究的初产妇<sup>[4]</sup>。分组用随机数表法,各组初产妇都有50人。试验组年纪上限36,下限22,平均(27.25±2.63)岁;孕周上限41w,下限36w,平均(38.04±0.72)w。对照组年纪上限37,下限22,平均(27.43±2.81)岁;孕周上限41w,下限36w,平均(38.11±0.76)w。各组基线资料相比,P>0.05,具有可比性。

### 1.2 方法

对照组常规护理:向初产妇普及母乳喂养的知识;做好初产妇的出院指导工作;观察初产妇是否出现并发症;调整初产妇的饮食结构;对病房环境作出优化。

试验组增加使用产后乳房护理:(1)利用视频与图文等,向初产妇宣传母乳喂养的知识,同时利用模型等,向初产妇展示母乳喂养的方法与技巧,并向初产妇强调母乳喂养的重要性。耐心解答初产妇的提问,同时向初产妇介绍母乳喂养成功的案例。(2)和初产妇保持良好的沟通,询问初产妇当前的感受,了解初产妇是否存在心理问题。保护好初产妇的隐私,并尊重初产妇的个人意愿。为初产妇播放喜欢的乐曲,指导初产妇做呼吸放松训练。(3)让初产妇保持平卧位,然后护士在清洁双手后,用左手轻轻托住初产妇的乳房,并用右手对初产妇的乳房进行轻柔的按摩,需从初产妇的乳房根部开始进行按摩,并逐渐按摩到乳头处,操作过程中,护士要保持动作的轻柔,6min/次,1-2次/d。(4)哺乳之前,用温湿毛巾对初产妇的乳房进行热敷,需控制毛巾温度在50℃左右的范围之内,并控制热敷时间为20min。(5)待哺乳结束之后,对初产妇进行挤奶护理,需握住乳房根部,然后逐渐挤压乳房,需挤压到乳晕周边,让乳汁能够充分排出。(6)对初产妇的少泽穴、合谷穴、三阴交穴、膻中穴与乳根穴等穴位进行点压,每个穴位都需要点压2min左右。待挤奶之后,对初产妇的合谷穴、膻中穴与曲池穴等穴位进行点压。(7)对于乳房充血与水肿者,可用土豆进行冰敷,

60min/次,2-3次/d。询问初产妇当前的感受,若初产妇主诉有不适感,如:疼痛等,可指导其通过冥想与呼吸放松等方式缓解不适感。(8)强化饮食干预力度,可根据初产妇当前的情况,制定个体化的营养食谱。建议初产妇多吃一些具备催乳功效的食物,并告诉初产妇要尽量避免吃生冷与刺激的食物。

### 1.3 评价指标

1.3.1 统计2组母乳喂养成功例数。

1.3.2 记录2组乳房胀痛缓解时间与初乳时间。

1.3.3 统计2组乳汁淤积发生例数。

1.3.4 满意度评估:此次调查涉及操作水平、护患沟通情况与环境安全等。不满意0-75分,一般76-90分,满意91-100分。结果计算:(一般+满意)/n\*100%。

### 1.4 统计学分析

在处理本文数据时选择SPSS 24.0。至于 $\chi^2$ 与t这两项的作用,前者检验计数资料,后者检验计量资料,至于这两种资料的表现形式,前者是(%),后者是( $\bar{x}\pm s$ )。差异符合统计学标准之时,P<0.05。

## 2 结果

### 2.1 母乳喂养成功率分析

关于母乳喂养成功者,试验组49人,占比是98.0%;对照组42人,占比是84.0%。分析之后发现:试验组母乳喂养成功率更高(P<0.05)。

### 2.2 母乳喂养情况分析

对比乳房胀痛缓解时间与初乳时间:试验组只有(2.71±0.53)d、(27.49±4.06)h,对照组长达(3.19±0.61)d、(31.54±5.17)h,差异显著(t1=3.5206,t2=3.1129,P<0.05)。

### 2.3 乳汁淤积发生率分析

关于乳汁淤积发生者,试验组有1人,占比是2.0%;对照组有7人,占比是14.0%。分析之后发现:试验组乳汁淤积发生率更低(P<0.05)。

### 2.4 满意度分析

对比表1内的满意度:试验组98.0%,对照组82.0%,P<0.05。

表1 满意度显示表 [n, (%) ]

组别	例数	不满意	一般	满意	满意度
试验组	50	1 (2.0)	14 (28.0)	35 (70.0)	98.0
对照组	50	9 (18.0)	18 (36.0)	23 (46.0)	82.0
$\chi^2$					7.4609
P					0.0184

### 3 讨论

由于初产妇缺乏分娩与哺乳经验, 使得她们在分娩之后, 初次对新生儿进行哺乳时, 容易出现手足无措的情况, 进而对其哺乳效果造成了影响<sup>[5]</sup>。另外, 初产妇在产后也容易受到营养、疼痛与心理等因素的影响而出现乳汁淤积与泌乳延迟等情况, 进而对其自身的健康及新生儿的发育都造成了不利影响<sup>[6]</sup>。故, 医院有必要加强对初产妇进行产后护理的力度。产后乳房护理不仅能展现人文关怀, 还涵盖以人为本理念, 护士能从乳房按摩、心理疏导、乳房热敷、宣教、挤奶与穴位按摩等多个层面入手, 对产妇施以专业性与持续性的护理, 以缩短初产妇初乳时间, 同时也能减轻初产妇的乳房胀痛症状, 避免产妇出现乳汁淤积等问题。

林本苗等人的研究<sup>[7]</sup>中, 对 214 名初产妇进行了常规护理, 并对其中 106 名初产妇加用了产后乳房护理, 结果显示: 乳房护理组的乳房胀痛缓解时间只有 (2.86 ± 0.49) d、初乳时间只有 (29.55 ± 4.25) h, 比常规组的 (3.01 ± 0.43) d、(31.08 ± 4.47) h 短; 乳房护理组的乳汁淤积发生率低至 1.89%, 比常规组的 3.7% 低。表明, 产后乳房护理对改善初产妇的母乳喂养情况与降低乳汁淤积发生率具备显著作用。本研究, 对比乳房胀痛缓解时间与初乳时间: 试验组更短 (P < 0.05); 对比统计获取的乳汁淤积发生率的数据: 试验组更低 (P < 0.05), 这和林本苗等人的研究结果相似。对比统计获取的母乳喂养成功率的数据: 试验组更高 (P < 0.05); 对比调查获取的满意度: 试验组更高 (P < 0.05)。对初产妇的乳房进行科学的按摩, 能改善乳房血液循环, 同时也能促进淋巴回流, 提高乳腺管道通畅度<sup>[8]</sup>。利用专业的手法对初产妇的乳晕与乳头等进行刺激, 能让乳腺神经兴奋, 从而有助于增加初产妇的泌乳量, 缩短初乳时间<sup>[9]</sup>。重视初产妇的心理疏导与宣教工作, 能帮助初产妇建立良好的认知体系, 并能减轻初产妇的心理负担, 让初产妇能更加积极的对新生儿进行哺乳<sup>[10]</sup>。通过对初产妇辅以后乳房护理, 不仅能取得较好的成效, 还能有效预防乳汁淤积等问题的发生, 利于初产妇满意度的改善。

综上, 初产妇护理用产后乳房护理, 乳汁淤积发生率更低, 母乳喂养情况更好, 满意度也更高, 值得推广。

### 参考文献

- [1] 曾微微, 刘莎. 围产期哺乳顾问联合乳房保健干预对初产妇母乳喂养成功率及新生儿有效吸吮情况的影响[J]. 黑龙江医学, 2024, 48(12): 1522-1524.
- [2] 潘小路. 乳房按摩仪联合护理干预对初产妇产后乳汁淤积及乳房胀痛的影响[J]. 医疗装备, 2023, 36(23): 139-141.
- [3] 彭静亚. 赋能教育结合分阶段泌乳护理对初产妇产后母乳喂养行为及乳房胀痛程度的影响[J]. 母婴世界, 2024(6): 172-174.
- [4] 黄清姐, 廖丽明. 分析产后乳房护理对初产妇喂养情况、睡眠质量的影响[J]. 世界睡眠医学杂志, 2023, 10(5): 1057-1059.
- [5] 曹福美. 产后集束泌乳干预对初产妇泌乳时间、纯母乳喂养率及自我护理能力的影响[J]. 中外女性健康研究, 2023(14): 6-8.
- [6] 丁翠霞. 产后乳房护理模式对初产妇母乳喂养情况及乳汁淤积发生率的影响[J]. 每周文摘·养老周刊, 2025, 14(1): 178-180.
- [7] 林本苗, 刘佳佳, 刘珊珊, 等. 产后乳房护理模式对初产妇母乳喂养情况及乳汁淤积发生率的影响[J]. 中西医结合护理(中英文), 2024, 10(7): 66-68.
- [8] 魏娟豪. 细节优化护理对初产妇产后抑郁情绪、睡眠治疗以及新生儿母乳喂养率的影响[J]. 黑龙江医药, 2023, 36(1): 234-236.
- [9] 郑牡丹, 黄嘉. 循经乳房按摩护理对初产妇乳汁分泌及纯母乳喂养率的影响[J]. 实用中西医结合临床, 2023, 23(21): 123-125.
- [10] 于佳佳. 基于人文理念的全科护理对剖宫产初产妇母乳喂养主动性的影响效果分析[J]. 中外女性健康研究, 2024(5): 130-133.

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