

· 健康教育 ·

## 社区健康教育对哺乳期母乳喂养及乳腺炎的影响<sup>\*</sup>

张丽玲<sup>1</sup>, 黄新桥<sup>2</sup>, 曾绍芳<sup>1</sup>, 幸晓燕<sup>1</sup>

(1 广东省水电医院, 广东增城, 511341;

2 广州天河区林和街社区卫生服务中心, 广东广州, 510620)

**[摘要]** **目的** 探讨社区健康教育对哺乳期母乳喂养和乳腺炎发生的影响。**方法** 对 90 例产妇实施社区健康教育, 时间 6 个月。了解其乳腺炎发生情况和母乳喂养情况。**结果** 本组产妇乳腺炎发病率为 3.3%, 母乳喂养率为 97.8%。**结论** 对哺乳期产妇实施社区健康教育, 可及时纠正产妇不良饮食习惯, 使其能正确掌握哺乳期保健及新生儿护理方法, 从而降低乳腺炎的发生, 进而提高母乳喂养率。

**[关键词]** 产后期; 社区卫生保健服务; 乳腺炎; 母乳喂养

**[中图分类号]** R473.2 **[文献标识码]** B **[文章编号]** 1671-8283(2014)06-0090-03 **[DOI]** 10.3969/j.issn.1671-8283.2014.06.27

### Effect of community health education on lactation mastitis and breast feeding

Zhang Liling, Huang Xinqiao, Zeng Shaofang, Xing Xiaoyan/Modern Clinical Nursing, -2014, 13 (06):90.

**[Abstract]** **Objective** To study the effect of community health education on lactation mastitis and breast feeding. **Method** Ninety parturients were given community health education for 6 months and then the rates of mastitis and breast feeding were recorded. **Results** The mastitis morbidity was 3.3% and the rate of breast feeding was 97.8%. **Conclusion** The implementation of the community health education can reduce the morbidity of maternal mastitis and raise the rate of breast feeding.

**[Key words]** postpartum period; community health services; mastitis; breast feeding

急性乳腺炎是产后哺乳期妇女的一种常见

疾病, 一般在产后 3~4 周以及产后 6 个月为发病高峰期。文献报道<sup>[1]</sup>, 初产妇急性乳腺炎患病率为 50%。哺乳期乳腺炎严重影响产后哺乳质量及产妇的康复, 降低母乳喂养率<sup>[2-3]</sup>。开展健康教育可以使产妇对哺乳期乳腺疾病有更加深刻的了

**[基金项目]** \* 本课题为广州市天河区科技和信息化基金立项资助课题, 项目编号为 201209KW013。

**[收稿日期]** 2013-11-19

**[作者简介]** 张丽玲(1975-), 女, 广东梅州人, 主管护师, 本科, 主要从事产科临床护理及管理工作。

## 4 结论

综上所述, 新疆维吾尔自治区肿瘤专科护士培训基地的建立, 提高了肿瘤专科护士的专业理论知识和操作水平, 促进本地区肿瘤专科护理的发展。

### 参考文献:

- [1] 马慧, 姜安丽. 临床专科护士的发展及启示[J]. 护理管理研究, 2007, 21(4): 1099-1101.
- [2] 唯杰, 胡雁. 肿瘤专科护士的发展现状与培养方向[J]. 上海护理, 2010, 9(4): 78-80.
- [3] 郭敬, 张素秋, 白杨, 等. 中医肿瘤专业护士临床教学基地管理实践与效果[J]. 护理管理杂志, 2012, 12

(4): 269-270.

- [4] 蒋琪霞, 郑美春, 刘云, 等. 中美伤口造口失禁护理专科护士培养和实践方式的比较[J]. 护理研究, 2013, 27(4): 1139-1140.
- [5] 许业珍, 王建荣, 张黎明. 护士专业培训班教学过程优化的实践[J]. 中华护理杂志, 2003, 38(12): 947-948.
- [6] 裴华莲. ICU 专科护士的培训现状与展望[D]. 新疆: 新疆医科大学, 2010.
- [7] 嵇秀明, 夏珊敏. 江苏省母婴护理专科护士培训的实践[J]. 中华护理教育, 2011, 8(12): 555-556.
- [8] 刘世晴, 霍孝蓉, 莫永珍. 江苏省糖尿病专科护士培训的实践[J]. 中国护理管理, 2008, 8(2): 36-37.

[本文编辑: 郑志惠]

解,增加自我护理能力,保证了产后母婴的健康<sup>[4]</sup>。2012年1月~2013年1月本院联合社区卫生服务中心对哺乳期产妇实施健康教育,在降低哺乳期乳腺炎的发病率和提高母乳喂养率方面取得较好的效果,现将方法和结果报道如下。

## 1 对象与方法

### 1.1 对象

2012年1月~2013年1月,选择在本院住院分娩的初产妇90例。入选标准:无严重妊娠合并症及并发症。90例产妇中,年龄19~35岁,平均 $(26.6 \pm 2.2)$ 岁;孕周37~41周,平均 $(39.2 \pm 2.1)$ 周;分娩方式:顺产61例,剖宫产29例;文化程度:本科32例,大专27例,中专(高中)18例,初中及以下13例。

### 1.2 方法

1.2.1 人员组成 小组成员具有5年以上专业临床经验,并取得孕妇学校师资资格证,主管以上职称的产科护士。

1.2.2 健康教育形式和内容 ①开设产后学习班,每周1次。内容主要指导产妇注意哺乳卫生,按需哺乳,避免乳房过度充盈,常见母乳喂养问题的预防及处理,是影响母乳喂养成功的关键因素,哺乳期保健及婴儿护理方法,哺乳期营养和睡眠指导。②产妇出院后1周内进行第1次访视,产后28d第2次访视。产后42d产妇回院进行全面健康检查及指导。内容包括指导产妇如乳汁能足够满足婴儿需要,可减少进食鸡、鱼等高营养食物,同时少食一些油腻食物避免乳汁分泌过浓,导致乳汁粘稠,使乳汁分泌不通畅,从而堵塞乳腺导管;若分泌的乳汁过于粘稠,可多喝水以稀释乳汁,帮助乳汁的排出。③根据产妇的实际情况进行针对性的个别指导。文化水平较低,理解能力较差的产妇使用一些通俗易懂的语言进行宣教;文化水平较高,理解能力较好的产妇,发放健康教育小册子,或通过宣传栏的方式进行健康教育。④指导产妇正确抱婴姿势和哺乳方法。哺乳时,让婴儿含住乳头以及大部分乳晕。如婴儿吸吮乳汁含接不正确,不能很好地排出乳汁,或婴儿光含住乳头,着力点只在乳头,吸吮时容易导致乳头皲裂<sup>[4]</sup>。每次哺乳后挤出少许乳汁涂抹乳头和乳晕,这样可以保护乳晕周围的皮

肤,以防乳头皲裂。干预时间共6个月。

### 1.3 评价指标

了解产妇乳腺炎发生情况和母乳喂养情况。乳腺炎的诊断标准:乳房红、肿、热、痛,并伴有全身发热等中毒症状;乳房有肿块,触痛明显,常有腋下淋巴结肿大伴触痛;白细胞增多<sup>[5]</sup>。

### 1.4 统计学方法

数据采用统计描述。

## 2 结果

本组产妇乳腺炎发病率为3.3%(3/90),母乳喂养率为97.8%(88/90)。

## 3 讨论

### 3.1 哺乳期乳腺炎发生的原因分析

哺乳期乳腺炎是乳腺的急性炎症,主要是由于排乳不畅、乳汁淤积、细菌侵入繁殖引起,临床表现为局部红、肿、热、痛和全身中毒症状,如不及时治疗将影响正常哺乳,给产妇造成很大的生理不适和心理压力,严重影响产后哺乳质量及产妇的康复。哺乳期乳腺炎的发生主要有以下几种原因:①乳头皮肤破损是乳腺感染的一个重要因素,受伤的乳头更易于金黄色葡萄球菌的定植<sup>[5]</sup>,引起急性乳腺炎;②当乳汁分泌不足时,一部分产妇会认为是自己乳汁分泌不足或婴儿吸吮力度不够,因担心婴儿吃不饱而添加母乳代用品,导致婴儿吸吮次数减少而影响乳汁分泌<sup>[6]</sup>;③为了尽早下奶,一部分产妇过早进食过多的催乳食物、下奶汤等,导致乳汁粘稠,分泌不通畅,从而导致乳腺导管堵塞;④婴儿吸吮乳汁含接不正确,不能很好地排出乳汁,或婴儿光含住乳头,着力点只在乳头,吸吮时导致乳头皲裂。

### 3.2 社区健康教育对乳腺炎和母乳喂养的影响

本结果显示,本组产妇乳腺炎发病率为3.3%(3/90)低于相关文献报道结果<sup>[1]</sup>,母乳喂养率91.1%(88/90)达到中国儿童发展纲要规定标准(0~6个月婴儿纯母乳喂养率达到50%的目标)<sup>[7]</sup>。文献报道<sup>[8-9]</sup>,母乳喂养能否较好地实行取决于访视人员的正确指导和督促。指导正确的授乳技巧,提高了母乳喂养的成功率。在社区健康教育中对产妇及其家属说明母乳喂养对婴儿生长

发育的重要性,普及母乳喂养知识,指导产妇解决母乳喂养过程中遇到的问题,使其能正确掌握哺乳期保健及婴儿护理方法,使产妇能采取正确的哺乳方法,提高了母乳喂养率。产后饮食对产妇和婴儿的健康有着直接或间接影响,一方面有利于产妇自身机体的修复需要;另一方面为母乳喂养提供充足营养支持。在调查中我们发现,当乳汁分泌不足时,有些产妇认为是自己乳汁分泌不足或婴儿吸吮力度不够,因担心婴儿吃不饱而添加母乳代用品,导致婴儿吸吮次数减少而影响乳汁分泌;还有些少妇为了尽早下奶,过早进食过多的催乳食物、下奶汤等,导致乳汁粘稠,使乳汁分泌不通畅,从而堵塞乳腺导管。通过强化正确饮食指导和教育,使产妇明确饮食应依据乳汁分泌情况和婴儿需要来制订。通过示范,指导产妇正确抱姿姿势和哺乳方法,使产妇能正确掌握抱姿和哺乳方法,防止乳头皲裂发生,从而降低乳腺炎的发生,进而提高母乳喂养率。

#### 4 结论

对哺乳期产妇实施社区健康教育,可及时纠正产妇不良饮食习惯,使其能正确掌握哺乳期保健及婴儿护理方法,从而降低乳腺炎的发生,进而

提高母乳喂养率。

#### 参考文献:

- [1] 吴在德,吴肇汉.外科学[M].北京:人民卫生出版社,2008:305.
- [2] 鲍爱玲,邓子英,胡光关,等.健康教育在产后访视中对母婴健康的影响[J].现代预防医学,2007,34(8):1538-1539.
- [3] Foxman B, Arcy H, Gillespie B, et al. Lactation mastitis: Occurrence and medical management among 946 breastfeeding women in the United States[J]. Am J Epidemiol, 2002, 155(8):103-114.
- [4] 北京市卫生局.外科诊疗常规[M].北京:中国协和医科大学出版社,2002:38.
- [5] Amir LH, Forster DA, Lumley J, et al. A descriptive study of mastitis in Australian breastfeeding women: incidence and determinants[J]. BMC Public Health, 2007, 25(7):62.
- [6] 沈利萍.产妇母乳喂养认知状态的调查认知状态的调查与分析[J].上海护理,2008,8(3):39-41.
- [7] 李静,何静.健康教育与剖宫产术后母乳喂养的相关性研究[J].中国儿童保健杂志,2010,17(8):259.
- [8] 聂知宜,夏轶男.健康教育在孕产妇围产期保健中的作用[J].中国妇幼保健,2011,26(16):2422-2423.
- [9] 罗琳雪,陈丽芬,黄基梅,等.电话随访在母婴分离产妇产褥期健康教育中的应用[J].护理研究,2012,26(4):999-1000.

[本文编辑:郑志惠]

~~~~~

· 编读往来 ·

### 《现代临床护理》杂志投稿程序

**注册** 登录《现代临床护理》杂志的网站 <http://www.xdlchl.com> →于首页在线办公区点击注册→注册用户名及密码(第二次投稿,如曾注册过,则直接输入用户名和密码)→按照系统提示填写注册信息(\*项的信息必须填写,其他项目可在不影响您信息安全的前提下选择填写)。

**投稿** 用您的用户名和密码登录后→点击我要投稿→点击上传稿件→按照系统提示上传相关信息(即可按提示逐项填写稿件信息)→上传稿件全文→点击预览稿件信息,确定无误后即可确认投稿成功。

**查询稿件** 用您的用户名和密码登录后→点击作者在线查稿区→点击稿件状态查询→可见“初审”、“外审”、“专家审”、“待发表”、“退稿”等稿件状态。

**提醒** ①投稿或查询稿件时均用此用户名和密码登录。

②如发现《现代临床护理》杂志回复的意见非广州市地址或有其他疑义时,请及时与本编辑部联系。电话:020-87330961,020-87755766-8050。

③投稿前,请仔细阅读本杂志网站首页的“投稿须知”一栏。

[本刊编辑部]