

## 基于 IMB 理念的产前心理弹性支持及护理 对高龄初产妇自然分娩率及母乳喂养率的影响

黄伟妍, 李文君, 夏斌

东莞市人民医院普济院区产科, 广东 东莞 523000

**【摘要】** 目的 探究基于信息-动机-行为技巧(IMB)理念的产前心理弹性支持及护理对高龄初产妇自然分娩率及母乳喂养率的影响。方法 选取2019年3月至2021年3月在东莞市人民医院普济院区产科分娩的90例高龄初产妇为研究对象,按照随机数表法分为研究组和对照组各45例。对照组产妇实施常规护理,研究组产妇实施基于IMB理念的产前心理弹性支持及护理。比较两组产妇的自然分娩率、产后14 d的母乳喂养率及心理弹性评分(采用简易心理弹性量表评估)。结果 研究组产妇的自然分娩率和母乳喂养率分别为77.78%、62.22%,明显高于对照组的55.56%、33.33%,差异均有统计学意义( $P < 0.05$ );研究组产妇的焦虑控制、精神状态、不安抑制、抑郁控制及总评分分别为(21.09±1.91)分、(22.14±1.48)分、(23.46±0.48)分、(23.08±0.74)分、(83.37±3.72)分,明显高于对照组的(17.50±2.07)分、(19.39±3.11)分、(20.03±2.77)分、(21.57±1.16)分、(76.35±6.12)分,差异均有统计学意义( $P < 0.05$ )。结论 基于IMB理念的产前心理弹性支持及护理能有效提高高龄初产妇的自然分娩率及母乳喂养率,同时能缓解产妇的心理弹性状况,值得推广应用。

**【关键词】** 高龄;初产妇;心理弹性支持;信息-动机-行为技巧;护理;自然分娩;母乳喂养

**【中图分类号】** R473.71 **【文献标识码】** A **【文章编号】** 1003-6350(2022)09-1222-03

**Effects of prenatal resilience support and nursing based on IMB concept on natural delivery rate and breast-feeding rate of older primipara.** HUANG Wei-yan, LI Wen-jun, Xia Bin. Department of Obstetrics, Puji Branch, Dongguan People's Hospital, Dongguan 523000, Guangdong, CHINA

**【Abstract】 Objective** To explore the effects of prenatal resilience support and nursing based on the concept of information-motivation-behavior skills (IMB) on the rate of natural delivery and breast-feeding of older primipara. **Methods** A total of 90 older primiparas who gave birth in Department of Obstetrics, Puji Branch, Dongguan People's Hospital from March 2019 to March 2021 were selected as the research subjects. According to random number table method, they were divided into a study group and a control group, with 45 patients in each group. The control group was given routine nursing, and the study group was given prenatal resilience support and nursing based on IMB concept. The rate of natural delivery, breast-feeding rate, and mental resilience score at 14 d after delivery (evaluated by Comor-Davidson Resilience Scale) were compared between the two groups. **Results** The rate of natural delivery and breast-feeding in the study group were 77.78% and 62.22%, which were significantly higher than 55.56% and 33.33% in the control group ( $P < 0.05$ ). The anxiety control, mental state, restless suppression, depression control, and total scores of the study group were (21.09±1.91) points, (22.14±1.48) points, (23.46±0.48) points, and (23.08±0.74) points, (83.37±3.72) points, significantly higher than (17.50±2.07) points, (19.39±3.11) points, (20.03±2.77) points, (21.57±1.16) points, (76.35±6.12) points of the control group ( $P < 0.05$ ). **Conclusion** Prenatal resilience support and nursing based on the concept of IMB can effectively improve the natural delivery rate and breast-feeding rate of older primiparas, and alleviate the state of maternal resilience, which is worthy of promotion and application.

**【Key words】** Older; Primipara; Psychological flexibility support; Information-motivation-behavior skills; Nursing; Natural delivery; Breastfeeding

相关临床研究显示,妊娠期女性的心理、生理均会出现很大的变化,诸多因素会对孕妇心理状态、精神产生影响,进而影响其行为<sup>[1]</sup>。有关文献表明,分娩及临产属于比较严重的一种心理刺激,加上住院之后孕妇居住环境发生变化,极易出现恐惧分娩、担心胎儿健康等消极情绪,一方面会对孕妇选择分娩方式产生影响,另一方面也会影响孕产妇激素的分泌量,进而放缓子宫收缩、延长产程时间,对母婴的预后极其不利<sup>[2]</sup>。因此,对孕妇产前的心理状况进行关注,给予

有效、科学的护理措施,对于母婴结局改善有重要意义<sup>[3]</sup>。本研究旨在探究基于信息-动机-行为技巧(IMB)理念的产前心理弹性支持及护理对初产妇自然分娩率及母乳喂养率的影响,现报道如下:

### 1 资料与方法

1.1 一般资料 选取2019年3月至2021年3月在东莞市人民医院普济院区产科分娩的90例高龄初产妇作为研究对象。纳入标准:①已婚且健康的初产妇;②单胎且头位;③通过B超检查胎儿正常,没有剖

宫产指征;④软产道、骨盆均无不正常状况。排除标准:①伴有妊娠期并发症的产妇;②伴有免疫性或慢性疾病的产妇;③过去进行过手术的产妇。按照随机数表法将产妇分为研究组与对照组,每组 45 例。对照组产女年龄 35~42 岁,平均(39.02±0.35)岁;体质指数(BMI) 24~32 kg/m<sup>2</sup>,平均(28.21±0.87) kg/m<sup>2</sup>;孕周 34~40 周,平均(38.41±1.15)周;大专以上 4 例,大专 6 例,高中 19 例,初中 11 例,小学 5 例。研究组产女年龄 36~40 岁,平均(38.71±0.33)岁;BMI 24~31 kg/m<sup>2</sup>,平均(27.48±0.79) kg/m<sup>2</sup>;孕周 34~41 周,平均(38.87±1.25)周;大专以上 3 例,大专 6 例,高中 20 例,初中 10 例,小学 6 例。两组产妇的基线资料比较差异均无统计学意义( $P>0.05$ ),具有可比性。本研究经医院医学伦理委员会批准,所有产妇均签署知情同意书。

1.2 方法 对照组产妇实施常规护理,主要有保证干净整洁的病房、空气清新,给予健康教育、知道母乳喂养、干预饮食、注意事项等。研究组产妇选择实施基于 IMB 理念的产前心理弹性支持及护理,具体内容和方法:(1)成立 IMB 心理弹性支持小组,成员主要由责任心强、经验丰富的医务工作者组成,对产妇的心理、生理、健康情况进行综合评估,之后依据 IMB 模型设计心理弹性支持及护理计划。(2)信息干预,由小组成员提前与产妇进行联系沟通,选择讲解生育知识、见面交流等方法,使产妇对分娩过程的心理预期得以正常建立,使产前害怕、焦虑、担心、抑郁等消极情绪得到舒缓,提供给产妇良好的护理使产妇积极配合分娩。并于产前测试产妇的心理弹性水平,依据测试的结果有针对性地疏导产妇的坚韧程度、积极乐观的态度及心理承受能力等,选择测试、谈话等手段使运费心理弹性得到提升,同时调查、协调产妇家庭状况、接受能力等,保证产妇家属能在精神方面给予较多支持,使产妇拥有高水平的自我认同、自我肯定效能,在发生应急反应时能够较好地控制。再选择自行编制的健康知识调查表对产妇的母乳喂养重要性、技巧等有关的知识进行评估,了解产妇的直销状况,同时按照结果实施一对一的知识教育,对产妇产生的疑问要耐心、认真地回答。(3)动机干预,因为产妇害怕、担心自然分娩时产生的疼痛以及母乳喂养带来的肥胖等不良后果,产妇多数均会出现程度不同的抑郁、焦虑情绪,医务工作者要积极地同产妇交流,对她们的心理变化准确地掌握,科学地使用有关知识实施心理干预,使其了解消极情绪会影响泌乳的产生,对产妇家属进行引导,使其参与护理,帮助、鼓励产妇选择母乳喂养的方式。(4)行为技巧干预:产前通过示范使产妇掌握产后乳房按摩的方式,使其于产后自行或家属帮助下对乳房实施按摩(选择温热毛巾持续 5 min 热敷,一只手将乳房拖住、另一只手由此侧乳房基底部

向乳头旋转,相同的方式对另一侧乳房进行按摩,每次 10~15 min,每天 2 次)。选择视频播放、发放图册、床旁示范等手段对产妇的正确喂奶姿势、挤奶、托奶方法进行教导,使其掌握合理使用防溢乳垫的方式,定时对乳头进行清洁。

1.3 观察指标 (1)自然分娩率和母乳喂养率:比较两组产妇的自然分娩率(包括剖宫产、助产、自然分娩)和产后 14 d 的母乳喂养率;(2)心理弹性:产后 14 d,采用简易心理弹性量表<sup>[4]</sup>评估两组产妇的心理弹性,包括焦虑控制、精神状态、不安抑制、抑郁控制四方面,分别有 5 个问题,又下设 5 项选择,分 5 个评级,共 100 分。得分越高说明心理弹性越好,面对不良事件时可以对情绪进行较好地控制。

1.4 统计学方法 应用 SPSS19.0 统计学软件进行数据统计学分析。计量资料以均数±标准差( $\bar{x}\pm s$ )表示,组间比较采用  $t$  检验,计数资料比较采用  $\chi^2$  检验。以  $P<0.05$  为差异有统计学意义。

## 2 结果

2.1 两组产妇的自然分娩率比较 研究组产妇的自然分娩率为 77.78%,明显高于对照组的 55.56%,差异有统计学意义( $\chi^2=5.000, P=0.025<0.05$ ),见表 1。

表 1 两组产妇自然分娩率比较(例)

组别	例数	剖宫产	助产	自然分娩	自然分娩率(%)
对照组	45	16	4	25	55.56
研究组	45	8	2	35	77.78

2.2 两组产妇的母乳喂养率比较 研究组产妇的母乳喂养率为 62.22%,明显高于对照组的 33.33%,差异有统计学意义( $\chi^2=7.526, P=0.006<0.05$ ),见表 2。

表 2 两组产妇母乳喂养率比较(例)

组别	例数	母乳喂养	混合喂养	人工喂养	母乳喂养率(%)
对照组	45	15	17	13	33.33
研究组	45	28	10	7	62.22

2.3 两组产妇的心理弹性评分比较 研究组产妇的焦虑控制、精神状态、不安抑制、抑郁控制及总评分明显高于对照组,差异均有统计学意义( $P<0.05$ ),见表 3。

表 3 两组产妇心理弹性评分比较( $\bar{x}\pm s$ ,分)

组别	例数	焦虑控制	精神状态	不安抑制	抑郁控制	总分
对照组	45	17.50±2.07	19.39±3.11	20.03±2.77	21.57±1.16	76.35±6.12
研究组	45	21.09±1.91	22.14±1.48	23.46±0.48	23.08±0.74	83.37±3.72
$\chi^2$ 值		8.550	5.356	8.185	7.362	6.575
$P$ 值		0.001	0.001	0.001	0.001	0.001

## 3 讨论

调查表明,妊娠期 60% 以上的产妇均会出现抑郁、焦虑、担忧等消极情绪,这种状况在临产时超过 75%<sup>[5]</sup>。相关研究显示,产前产妇出现的消极状态极

易引发心理问题,也会对孕妇的内分泌造成影响,进而导致睡眠质量降低、不正常的子宫收缩等状况,使难产、产后出血的风险增加<sup>[6]</sup>。根据 STEEN 等<sup>[7]</sup>的文献显示,由于初产妇没有任何分娩、妊娠经验,缺乏对疼痛、分娩方式等的了解,容易产生过度的焦虑、害怕等情绪,进而出现消极的心理状态,导致其呼吸、心率、儿茶酚胺表达等紊乱,引发神经肌肉功能障碍,进而阻碍宫口扩张、产力降低、延长产程、阻碍胎儿头部下降,最终使一些孕妇被迫选择剖宫产。根据 GIURGESCU 等<sup>[8]</sup>的文献表明,孕妇焦虑、紧张过度可分泌大量 5-羟色胺,使分娩疼痛增加,且能使分泌去甲肾上腺素降低,导致分娩过程中延长产程、子宫收缩乏力,进而增加剖宫产、产后出血、新生儿窒息的概率。所以对孕妇的精神状态进行合理调控,在母婴预后中会显示出重要作用。

常规护理措施大部分均是按照孕妇的共性设计,没有针对性,同时不够具体,干预的质量也有待提升。基于 IMB 理念的护理属于一种新型护理模式,主要有信息、动机、行为技巧干预 3 方面,它首先对影响行为变化的种种因素进行综合评估,重视行为技巧的必要性,使孕妇的自控能力提高,从而使其行为出现变化<sup>[9]</sup>。基于 IMB 理念的护理模式通过全面评估孕妇,使产妇准确地掌握母乳喂养的知识及技巧,保证孕妇熟悉相关知识,使孕妇母乳喂养意愿提升,母乳喂养依从性提高,协助孕妇尽快地掌握、熟悉母乳喂养相关技巧,使母乳喂养率提高<sup>[10-11]</sup>。本研究中通过对高龄孕妇实施基于 IMB 理念的产前心理弹性支持及护理的母乳喂养率明显高于实施常规护理的孕妇,这在一定程度上论证了上述观点。心理弹性指的是人们在面对创伤、逆境、悲剧、威胁以及其他生活中发生的重大事件时,能够展现出良好的心理状态,这种护理方式有减缓负向连锁反应、开发机会、自尊和自我效能提升、减缓危险因素冲击等 4 种功能机制<sup>[12]</sup>。由于干预措施的实施使孕妇认知水平提高,同时使孕妇自尊、自我效能水平提升,完成心理弹性支持受保护性因素的影响,最终使孕妇面对分娩的勇气提升、能够积极地面对遇到的困难,与此同时,心理弹性支持干预可以使心理弹性程度提升,可以促使病患在自我调整后自信地接受相关治疗<sup>[13]</sup>。相关文献指出,心理弹性程度同认识疾病的正确态度表现为正相关关系,能够变消极的情绪为积极的情绪,使护理依从性提升,心理状态维持平衡,忍耐疼痛的能力提高,对提高自然分娩率极为有利<sup>[14]</sup>。本研究中,通过对高龄孕妇实施基于 IMB 理念的产前心理弹性支持及护理的

自然分娩率明显高于实施常规护理的孕妇。心理弹性支持干预通过设置问题的方式使医护人员对孕妇的状态进行充分了解,对其消极的行为、心态进行及时地纠正,通过干预使负面情绪得以宣泄,进而使心理状态得到改善<sup>[15]</sup>。

综上所述,基于 IMB 理念的产前心理弹性支持及护理能有效提高初产妇的自然分娩率及母乳喂养率,同时能缓解产妇的焦虑、抑郁状态,值得应用推广。

#### 参考文献

- [1] 孙迟, 王玉英, 胡晓莹. 妊娠期妇女焦虑及其影响因素的研究现状及其进展[J]. 解放军护理杂志, 2019, 36(4): 62-64, 68.
- [2] TANI F, CASTAGNA V. Maternal social support, quality of birth experience, and post-partum depression in primiparous women [J]. J Matern Fetal Neonatal Med, 2017, 30(6): 689-692.
- [3] 皇小慧. 产前综合护理干预对初产妇分娩自我效能及分娩结局的影响[J]. 医疗装备, 2016, 29(7): 198-199.
- [4] WANG L, SHI Z, ZHANG Y, et al. Psycho metric properties of the 10 item connor-Davidson Resilience Scale in Chinese earthquake victims [J]. Psychiatry Clin Neurosci, 2010, 64(5): 499-504.
- [5] 周小兰, 张苏梅, 张海苗. 妊娠期妇女压力与抑郁: 社会支持的中介效应[J]. 中国健康心理学杂志, 2019, 27(9): 1294-1298.
- [6] 马琛琛, 尤应娥, 刘红. 自然分娩初产妇产母乳喂养状况及其产褥期健康知识掌握和影响因素分析[J]. 海南医学, 2020, 31(15): 2028-2031.
- [7] STEEN SL, RIEDIJK SR, VERHAGEN-VISSER J, et al. The psychological impact of prenatal diagnosis and disclosure of susceptibility loci: first impressions of parents' experiences [J]. J Genet Couns, 2016, 25(6): 1227-1234.
- [8] GIURGESCU C, ZENK SN, TEMPLIN TN, et al. The impact of neighborhood conditions and psychological distress on preterm birth in african-american women [J]. Public Health Nurs, 2017, 34(3): 256-266.
- [9] 吴薇薇. 基于 IMB 模型的护理干预对初产妇剖宫产术后负面情绪及纯母乳喂养率的影响[J]. 河南医学研究, 2019, 28(20): 3828-3829.
- [10] 陶美青, 鲍莺莺, 徐溢萍. 信息-动机-行为技巧模型指导孕期健康教育联合围生期自由体位分娩对产妇产程及转剖宫产率的影响研究[J]. 中国妇幼保健, 2020, 35(17): 3138-3141.
- [11] 陈雪. 基于信息-动机-行为技巧模型的健康教育对接受剖宫产术的高龄初产妇产母乳喂养情况的影响[J]. 河南医学研究, 2019, 28(24): 4573-4574.
- [12] 王梅芳, 郑文凯, 杜娟, 等. 产妇产后心理弹性轨迹及影响因素的纵向研究[J]. 护理研究, 2021, 35(23): 4187-4192.
- [13] 芦沁蕊, 丁琳, 王艳丽, 等. 心理弹性调节围产期妇女产前感知压力与产后抑郁的关系[J]. 护理研究, 2019, 33(11): 1906-1910.
- [14] 庄幼青, 蒋翠婷, 曾丽玲, 等. 产妇产后心理弹性在产后负性生活事件与产后抑郁间的中介效应[J]. 解放军护理杂志, 2021, 38(12): 18-21.
- [15] 李京娜. 产后心理弹性支持结合质控护理对新生儿发育及母乳喂养的影响[J]. 实用医药杂志, 2020, 37(1): 69-71.

(收稿日期: 2021-04-14)