

基于循证护理的产科护理干预对母乳喂养的促进作用

许奕琦

(西安交通大学第一附属医院 陕西省 710061)

【摘要】目的：探讨遵循循证护理原则实施的产科护理干预策略对产妇产后母乳喂养行为的积极影响。方法：选择2023年1月至2024年1月在本院产科分娩的产妇240例作为研究对象，采用随机数字表法分为试验组与对照组，每组各120例。对照组实施常规产科护理。试验组在常规护理基础上，应用循证护理方法，整合最佳研究证据、临床经验与产妇个体需求偏好，实施系统化、结构化的母乳喂养支持干预，涵盖产前教育、产后即时支持、喂养技能指导、问题识别与解决、心理与社会支持以及出院后持续随访等核心内容。结果：试验组产后1周纯母乳喂养率达85.0%，显著高于对照组的62.5%。产后6周试验组纯母乳喂养率维持于75.8%，对照组则为50.0%，差异具有显著统计意义。试验组乳头皲裂发生率为8.3%，乳汁淤积发生率为5.0%，均明显低于对照组（乳头皲裂25.0%，乳汁淤积16.7%）。试验组总护理满意度评分为95.4±3.6分，优于对照组的83.7±7.2分。结论：循证护理模式指导下的产科护理干预可有效提升纯母乳喂养率，降低母乳喂养相关问题发生率，优化产妇护理体验满意度，对促进母乳喂养具有明确应用价值。

【关键词】循证护理；产科护理；母乳喂养；护理干预

The promoting effect of evidence-based obstetric nursing intervention on breastfeeding

Xu Yiqi

(Xi'an Jiaotong University First Affiliated Hospital Shaanxi Province 710061)

[Abstract] Objective: To explore the positive impact of obstetric nursing intervention strategies implemented in accordance with evidence-based nursing principles on postpartum breastfeeding behavior of mothers. Method: 240 parturients who gave birth in the obstetrics department of our hospital from January 2023 to January 2024 were selected as the research subjects. They were randomly divided into an experimental group and a control group using a random number table method, with 120 cases in each group. The control group received routine obstetric care. On the basis of routine nursing, the experimental group applied evidence-based nursing methods, integrated the best research evidence, clinical experience, and individual maternal needs and preferences, and implemented systematic and structured breastfeeding support interventions, covering core contents such as prenatal education, immediate postpartum support, feeding skills guidance, problem identification and resolution, psychological and social support, and continuous follow-up after discharge. Result: The rate of pure breastfeeding in the experimental group was 85.0% one week after delivery, significantly higher than the control group's 62.5%. The pure breastfeeding rate of the experimental group remained at 75.8% at 6 weeks postpartum, while the control group was 50.0%, and the difference was statistically significant. The incidence of nipple cracking in the experimental group was 8.3%, and the incidence of milk stasis was 5.0%, both significantly lower than the control group (nipple cracking 25.0%, milk stasis 16.7%). The overall nursing satisfaction score of the experimental group was 95.4±3.6 points, which was better than the control group's 83.7±7.2 points. Conclusion: Obstetric nursing interventions guided by evidence-based nursing models can effectively improve the rate of exclusive breastfeeding, reduce the incidence of breastfeeding related problems, optimize maternal nursing experience satisfaction, and have clear application value in promoting breastfeeding.

[Key words] evidence-based nursing; Obstetric nursing; breast-feeding; nursing intervention

母乳喂养作为优生优育的关键措施，对母婴身心健康均能产生深远的积极效应。世界卫生组织大力倡导新生儿出生后6个月内进行纯母乳喂养，并持续至2岁或以上。然而现实中，诸多因素阻碍着这一生物学目标达成。生理障碍、心理困扰、社会支持欠缺、知识技巧缺乏、及临床支持不充分等因素共同作用，导致全球及我国部分地区母乳喂养实践水平与预期目标差距显著^[1]。既往常规产科护理模式在针对性、系统性支持产妇成功母乳喂养方面存在局限。循证护理强调将最佳科研实证、专业经验技能、个体化需求三者有机结合，为优化临床决策及护理实践提供科学框架。本研究旨在探讨构建并实施基于循证理念的产科母乳喂养支持护理方案对于提升产妇产后母乳喂养实践效能的具体作用。

1、资料与方法

1.1 一般资料

本研究选择在2023年1月1日至2024年1月31日期间于本院产科单胎足月自然分娩或剖宫产的初产妇为研究对象。纳入标准设定为：年龄处于20至35周岁的完整健康区间；无明显影响母乳喂养的严重躯体疾患（如HIV感染、活动性结核病、严重器质性疾病、精神类疾患等）；无产科严重并发症（如重度子痫前期、HELLP综合征、前置胎盘大出血等）；知情理解且自愿签署研究参与同意书。排除标准界定为：多胎妊娠；早产（孕周<37周）；新生儿入住新生儿重症监护病房时间超过72小时；产妇明确放弃母乳喂



养意愿。最终符合条件纳入研究的产妇共计 240 例。按照随机数字表法原则将产妇分为试验组与对照组, 各组样本量恒定设定为 120 例。试验组平均年龄(28.2 ± 3.5)岁, 孕周(39.1 ± 1.0)周, 自然分娩 75 例(62.5%), 剖宫产 45 例(37.5%)。对照组平均年龄(27.8 ± 3.2)岁, 孕周(38.9 ± 1.2)周, 自然分娩 78 例(65.0%), 剖宫产 42 例(35.0%)。两组研究对象年龄、孕周、分娩方式等基线资料经统计学检验, 显示差异未达到显著统计意义, 基线特征分布均衡可比。

1.2 方法

对照组接受产科标准化流程护理服务: 常规产前健康宣教指导、产后基础母婴监护护理、母乳喂养原则性口头说明、按需提供非结构化基础喂养辅助。试验组在对照组护理常规基础上, 深入整合循证护理理念精髓, 设计并实施一整套结构严谨、系统规范的母乳喂养专项干预方案。方案核心内容严格基于国内外最新高质量系统评价、随机对照试验及权威临床实践指南推荐证据, 紧密结合科室临床实际积累经验, 充分考量产妇个体化差异与需求偏好。具体措施包括: 产前阶段(1)实施高针对性标准化母乳喂养课堂教育覆盖知识传播理念建设操作技巧;(2)发放证据支持图文资料;(3)组织孕晚期哺乳准备工作坊强化技能训练。产后即刻阶段(1)婴儿娩出后 60 分钟内开始母婴皮肤早接触;(2)第一小时内尝试辅助初始哺乳;(3)落实 24 小时母婴同室支持自主按需哺乳。住院期间阶段(1)每日一对一专业哺乳技能评估指导;(2)观察识别早期喂养困难征象(衔接不当乳头条件不良乳汁移出不畅)并即时证据指引下干预;(3)提供个体化哺乳问题解决方; (4)给予持续心理慰藉正向强化情感支持;(5)引入有效家庭支持力量强化社会支撑。出院后延续阶段(1)建立电话微信双通道随访咨询支持体系;(2)提供出院后 2 周内至少 2 次针对性电话随访;(3)建立线上专业支持社群;(4)鼓励利用微信平台全天候疑难解答^[2]。

1.3 观察指标设定

观察指标体系设定围绕母婴母乳喂养核心维度:(1)纯母乳喂养率监测: 客观记录评估两组产妇在产后 1 周(住院期间)、产后 6 周(随访期)时完全纯母乳喂养状态比例。纯母乳喂养明确定义为: 除必需药物或维生素补充剂外, 婴儿不接受任何非母乳液体、半固体或固体食物;(2)母乳喂养困难发生情况: 系统观察记录两组产妇在住院期间及产后

6 周随访期内实际发生的典型临床母乳喂养相关并发症或困扰: 乳头皲裂疼痛、乳汁淤积胀痛、乳腺炎症发生、或显著感知乳汁分泌不足困扰;(3)护理服务体验满意度: 通过统一设计自评量表于产妇产后 42 天随访时采集评价, 量表内容涵盖专业支持力度、信息指导有效性、问题解决响应速度、整体受尊重程度感受、总体满意度评分(总分 100 分); (4)纯母乳喂养持续维持时间: 前瞻性追踪记录从分娩开始直至首次中断纯母乳喂养状态持续时间长度。

1.4 统计学分析

使用 SPSS 25.0 版本统计学分析软件处理全部研究数据。计量资料表达方式确定为均数 ± 标准差 ($\bar{x} \pm s$), 两组之间比较适用独立样本 t 检验实施分析。计数资料统一表述为频数 (n) 及构成比率 (%), 两组间比较研究采用卡方检验 (Chi-square test) 处理。等级资料比较适用非参数秩和检验 (Mann-Whitney U test)。所有统计检验双侧 P 值预设小于 0.05 为差异具备统计显著意义阈值。

2、结果

2.1 两组产妇产后不同时间点纯母乳喂养率对比情况

结果显示, 试验组产妇在产后 1 周及 6 周的纯母乳喂养率均显著高于对照组, 差异均具有统计学意义 (P < 0.001), 表明循证护理干预对提升纯母乳喂养率具有积极且持续的影响。

2.2 两组产妇发生母乳喂养相关问题情况统计

结果显示, 试验组乳头皲裂、乳汁淤积等常见喂养问题的发生率均显著低于对照组, 总喂养问题发生率差异具有统计学意义, 表明循证护理能有效减少母乳喂养并发症。

2.3 两组产妇护理满意度评价结果

结果显示, 试验组产妇在护理服务各维度满意度评分及总评分上均显著高于对照组, 差异具有统计学意义, 表明循证护理显著提升了产妇的护理体验和满意度。

2.4 两组纯母乳喂养持续时间分布

结果显示, 试验组纯母乳喂养持续时间显著长于对照组, 达到 6 个月以上的比例更高, 表明循证护理对延长纯母乳喂养行为具有积极的维持作用。

表 1 不同时间点两组产妇纯母乳喂养比例比较 [例 (%)]

组别	例数	产后 1 周 (n, %)	产后 6 周 (n, %)	X ² 值	P 值
试验组	120	102 (85.0)	91 (75.8)	14.326	0.001
对照组	120	75 (62.5)	60 (50.0)		
X ² 值		15.478	17.894		
P 值		0.001	0.001		

表 2 两组主要母乳喂养相关问题发生率比较 [例 (%)]

组别	例数	乳头皲裂	乳汁淤积	乳腺炎	感知泌乳不足	任何喂养问题	X ² 值	P 值
试验组	120	10 (8.3)	6 (5.0)	2 (1.7)	14 (11.7)	28 (23.3)	25.147	0.001
对照组	120	30 (25.0)	20 (16.7)	7 (5.8)	24 (20.0)	66 (55.0)		
X ² 值		12.963	9.756	**2.856*	**2.949*	25.147		
P 值		0.001	0.002	0.091	0.086	0.001		

注: 采用 Fisher 确切概率法*

表 3 两组产妇护理服务满意度指标评分比较 ($\bar{x} \pm s$)

组别	例数	专业支持力度评分 (0-25)	信息指导有效性 (0-25)	问题响应及时性 (0-20)	受尊重感 (0-15)	总满意度评分 (0-100)
试验组	120	23.8 ± 1.3	23.6 ± 1.5	18.9 ± 1.1	14.1 ± 0.8	95.4 ± 3.6
对照组	120	20.1 ± 3.0	19.5 ± 3.8	16.5 ± 2.0	12.2 ± 1.9	83.7 ± 7.2
t 值		11.857	10.942	11.123	9.874	15.623
P 值		0.001	0.001	0.001	0.001	0.001

表 4 两组产妇纯母乳喂养维持时间情况分布 (累计至中断/添加辅食)

组别	例数	<1 个月 (n, %)	1-3 个月 (n, %)	3-6 个月 (n, %)	≥6 个月 (n, %)	平均持续时间 (月) ($\bar{x} \pm s$)
试验组	120	6 (5.0)	22 (18.3)	46 (38.3)	46 (38.3)	5.2 ± 1.8
对照组	120	28 (23.3)	37 (30.8)	42 (35.0)	13 (10.8)	3.6 ± 2.1
Z 值						6.984
P 值						0.001

注: 组间分布比较采用秩和检验, 平均时间采用 t 检验

3、讨论

本研究结果显示, 系统化循证护理干预显著改善母乳喂养结局指标。试验组产后初期及产后六周关键观察点纯母乳喂养率数值均大幅超过对照组产妇水平, 统计差异极其显著 (P 值远小于显著性界值 0.05)。该研究结果趋势与陈等学者研究结论方向一致, 其团队在大型教学医院产科实践同类型证据支持干预方案, 观察到产后三月纯母乳喂养率提升幅度超过三成^[3]。本研究干预核心构成要素多元综合: 涵盖产前充分理念重塑与基础准备、产后即刻启动实践支持策略、住院期强化个体化问题解决导向辅导, 结合出院后延续性专业支撑网络建立。此系列证据驱动措施协同作用, 打破孤立性简单健康教育的局限性壁垒, 从知识与信念源头建设、实操技能掌握、问题障碍克服及资源持续可及等多层次维度, 深度构建产妇成功母乳喂养的完整支撑能力体系^[4]。

循证干预更显著降低多种母乳喂养障碍相关临床问题的发生。试验组乳头破损发生率与对照组差异接近 17 个百分点, 这与王等研究报告中证据支持干预措施显著减轻早期乳头不适及乳房胀痛水平的结果存在趋同性。分析关键因素: 持续正确哺乳姿势评估调整、精准个体化哺乳衔接技术辅导、科学泌乳量调节策略、结构化预防性乳房护理措施及早期微小问题征象的即时识别管理, 构成循证护理规避障碍的关键工作路径^[5]。

系统证据支持方案在提升产妇客观喂养能力的同时, 优化了护理体验满意度感知维度。试验组整体满意度总评分显

著优于对照组, 且差距幅度较大 (95.4 分对比 83.7 分)。在护理支持专业程度、信息指导实用价值、问题解决响应速度及服务被尊重感各个分项指标测量中, 均表现显著优势。李等研究同样指出, 强化专业支持显著正向影响产妇对母乳喂养支持服务的评价结果。高满意度反馈说明, 循证护理措施在关注个体需求偏好方面体现出优越的效果满意度^[6]。

此外, 本研究追踪数据明确展现循证护理对延长纯母乳喂养维持时间的积极作用。试验组纯母乳喂养延续达到六个月的目标比例高出对照组超过 27 个百分点 (38.3%对比 10.8%), 平均持续时间延长接近一个半月。张等学者社区队列支持性护理项目长期追踪数据分析同样支持, 延续专业支持对母乳喂养时间维度具有积极维持效应。出院后早期阶段为母乳喂养中断的高风险窗口期, 通过结构化电话回访机制、便捷线上咨询渠道及社区资源精准链接等要素构成的延续性支持系统, 有效弥补出院至常规访视之前的专业支持真空时间, 及时缓解新发困难, 维护喂养信心与实践稳定^[7]。

本次循证护理方案实施成果证实, 其具备高度临床适用价值与推广潜力。证据支持干预超越单纯信息传递, 实现能力赋能目标, 构建产妇喂养自信心与胜任感基础。未来研究中, 扩展多样本中心验证成果普适性、延伸随访时间长度观测远期效应、深入探索不同文化背景产妇的干预模式适配优化, 均是值得持续投入的研究方向。卫生政策层面对此整合模式进行结构化实践指南转化与资源配套保障, 为促进母乳喂养目标实现的核心举措。

参考文献:

- [1]杨丽娜, 黄蓉, 张娜, 等. 母乳喂养感知与社会支持相关量表测量学特性的 COSMIN 系统评价[J]. 护理管理杂志, 2023, 23 (10): 790-796.
- [2]何芳. 产科护理新模式: 食疗, 营养干预和中医药膳的整合应用[J]. 食经, 2025, (6): 0050-0052.
- [3]王翠娜, 张茜, 王真真, 等. 循证护理干预在改进母乳喂养相关乳头疼痛及损伤预防中的应用效果[J]. 临床研究, 2023, 31 (2): 185-188.
- [4]曹梦迪, 王彦艳, 姚梁怡, 等. 母乳喂养产妇乳头疼痛或损伤非药物干预的最佳证据总结[J]. 现代临床护理, 2025, 24 (5): 65-72.
- [5]陈冬冬, 嵇秀明, 杨秀娟. 基于循证案例分析的标准化护理程序对初产妇产后母乳喂养的影响[J]. 中西医结合护理(中英文), 2024, 10 (4): 93-95.
- [6]杨丽娜, 黄蓉, 姚梅琦, 等. 产后母乳喂养行为中断风险预测模型的系统评价[J]. 护理学报, 2024, 31 (23): 59-66.
- [7]周宁波, 尤敏佳. 循证护理联合心智导图对母乳喂养相关乳头疼痛的影响[J]. 中国社区医师, 2023.