

# 穴位按摩联合五行音乐护理干预促进产后泌乳的效果观察

杨凡 郝建蕊

山东省菏泽市立医院 山东省 菏泽市 274000

**【摘要】目的：**探究在产妇产后泌乳临床护理中应用穴位按摩、五行音乐联合护理干预的效果。**方法：**本次探究选择 90 例产妇作为实验对象，随机分组，均于本院妇产科 2020 年 10 月至 2021 年 10 月期间完成分娩。对照组（45 例，行常规护理）；实验组（45 例，行穴位按摩联合五行音乐护理），对比两组产妇的焦虑情况、乳汁分泌情况及护理满意度。**结果：**加入联合护理的产妇抑郁、焦虑评分显著低于对照组（ $P < 0.05$ ）；加入联合护理的产妇产后 5 天内乳汁分泌量显著高于对照组（ $P < 0.05$ ）；加入联合护理的产妇满意度显著高于对照组（ $P < 0.05$ ）。**结论：**在产妇产后泌乳临床护理中应用穴位按摩、五行音乐联合护理能有效改善产妇不良情绪状态，确保乳汁分泌正常。

**【关键词】** 产后泌乳；穴位按摩；五行音乐

## Observation on effect of acupoint massage combined with five elements music nursing intervention to promote postpartum lactation

Yang Fan, Hao Jianrui

Heze Municipal Hospital of Shandong Province Heze, Shandong 274000, China

**[Abstract] Objective:** To explore the effect of acupoint massage and Wuxing music combined nursing intervention in clinical nursing of postpartum lactation. **Methods:** Choose 90 cases of maternal as experimental object, the inquiry study was a randomized, both of obstetrics and gynecology in our hospital during October 2021 to October 2020 to complete the delivery. Control group (45 cases, routine nursing); Experimental group (45 cases, line point massage combined five music care), Comparison of two groups of maternal anxiety status, milk secretion, and nursing satisfaction. **Results:** Join care of maternal depression, anxiety score was significantly lower than control group ( $P < 0.05$ ); Join care of maternal postpartum milk secretion inside 5 days is significantly higher than control group ( $P < 0.05$ ); Join care of maternal satisfaction is significantly higher than control group ( $P < 0.05$ ). **Conclusions:** The application of acupoint massage combined with five elements music in the clinical nursing of postpartum lactation can effectively improve the adverse emotional state of parturients and ensure the normal secretion of milk.

**[Key words]** Postpartum lactation; Acupoint massage; Five elements music

母乳喂养是我国一直倡导的母婴喂养方式，其中不仅涵盖了婴幼儿生长所需要的各种营养成分，还能增强婴幼儿的免疫力，促进婴幼儿的神经认知功能<sup>[1-2]</sup>。医学研究已证明，母乳喂养是最科学、最有效的喂养手段，因此，确保产妇产后及时泌乳是产后护理的关键<sup>[3]</sup>。临床中，产妇在产后不能及时泌乳或泌乳度不高的情况时有发生，产后针对性护理显得尤为重要。中医穴位按摩能有效改善产妇胸部血液循环情况，理气活血，促进乳汁分泌。五行音乐护理是中医情志护理疗法，能有效舒缓产妇产后压力及不良情绪，提高母乳分泌的效率。本研究旨在探究联合护理对产妇产后母乳分泌情况的临床价值，并进行数据分析。

## 1 资料与方法

### 1.1 一般资料

本次选取 90 例产妇进行探究，依照随机数表法分组，均于本院妇产科 2020 年 10 月至 2021 年 10 月期间完成分娩，对照组（45 例，行常规护理），顺产 27 例，剖宫产 18 例，平均年龄  $28.37 \pm 2.51$  岁，平均孕周  $38.69 \pm 1.62$  周；实验组（46 例，行穴位按摩联合五行音乐护理），顺产 26 例，剖宫产 19 例，平均年龄  $27.94 \pm 2.63$  岁，平均孕周  $38.70 \pm 1.59$  周，两组产妇一般资料对比无统计学差异（ $P > 0.05$ ），可进行探究对比。

### 1.2 纳入标准

①入选产妇为初产妇，均于本院完成分娩且无任何产后并发症<sup>[4]</sup>；②年龄大于 22 岁；③本次研究经医院伦理委员会审核，产妇及其家属签署了同意书。

### 1.3 排除标准

①不接受母乳喂养的产妇；②合并存在脏器功能障碍、免疫系统缺陷的产妇。

### 1.4 方法

对照组 45 例产妇接受产后常规护理，实际操作如下：对产妇产后 24 小时进行严密监护。对产妇进行合理的心理、饮食护理，确保产妇的营养供给并协助母乳喂养，实施为期 6 周的产后常规护理。

实验组 45 例产妇在以上护理基础上接受穴位按摩、五行音乐护理，进行为期 6 周的护理干预，具体操作如下：(1) 穴位按摩。首先，对产妇乳房进行热敷 (5min)，左手固定乳房内测，右手从乳房外侧底部借用手指力量，以螺旋方式向乳头方向推行按摩。注意按摩时力量从重到轻，依次按摩乳中穴、乳根穴，每侧按摩时间 5min。随后，于乳房涂抹芝麻油，医护人员将手搓热，指揉檀中穴 1min；取乳中、乳根、鹰窗、神封、中腕穴继续指揉 2min；医护人员将拇指、食指、中指做吮吸状，轻轻按摩乳头 2min；将左手扶持产妇背部，右手五指张开由远端向乳头方向按摩乳房 5min。最后，在产妇膈俞、脾俞、肾俞、肝俞穴位处，用滚法按摩各 5min，并进行肩颈梳理 3 次，每次 10min。(2) 五行音乐护理。中医情志护理旨在帮助患者平衡阴阳、舒缓脏腑之气。五行音乐入腑是利用音乐内运来调节产妇情感的护理手段。存在焦虑紧张、苦闷恐惧的产妇可应用江南丝竹月等徽调音乐来缓解情绪，例如

《百鸟朝凤》；存在神经衰弱的产妇可应用水克火羽调的音乐舒缓情志，例如《春江花月夜》。

### 1.5 观察指标

(1) 对比两组产妇焦虑情况，利用汉密尔顿抑郁 (HAMD) 量表、焦虑自评量表 (SAS) 评估，HAMD 采用 5 级评分法，小于 7 分无抑郁情况；SAS 采用 4 级评分法，小于 40 分无焦虑情况。(2) 对比两组产妇乳汁分泌情况，记录产妇护理 5 天内乳汁分泌量。(3) 对比两组产妇护理满意度，应用本院自拟产科护理问卷调查，非常满意 (43-50 分)、满意 (35-42 分)、及格 (27-34 分)、不满意 (0-26 分)。满意度 = (非常满意 + 满意) ÷ 总例数 × 100%。

### 1.6 统计学处理

本研究涉及统计学方面的数据均由 SPSS22.0 计算完成，产妇相关数据信息包含计数表现形式：[n (%)]、 $X^2$  检验计量资料：表现形式： $(\bar{x} \pm s)$ 、t 检验；SPSS22.0 检验 P 值小于 0.05，代表数据差异性显著。

## 2 结果

### 2.1 对比两组产妇焦虑情况

加入联合护理的 45 例产妇抑郁、焦虑评分显著低于对照组 ( $P < 0.05$ )，如表 1 所示。

表 1 对比两组产妇焦虑情况 (分,  $\bar{x} \pm s$ )

组别	例数	HAMD		SAS	
		护理前	护理后	护理前	护理后
对照组	45	14.25 ± 1.64	9.78 ± 1.39	63.12 ± 7.42	50.98 ± 4.52
实验组	45	14.33 ± 1.73	7.02 ± 1.02	62.59 ± 7.88	39.55 ± 3.26
t	-	0.225	10.739	0.328	13.758
P	-	0.833	<0.001	0.743	<0.001

### 2.2 对比两组产妇乳汁分泌情况

加入联合护理的 45 例产妇产后 5 天内乳汁分泌量显著高于对照组 ( $P < 0.05$ )，如表 2 所示。

表 2 对比两组产妇乳汁分泌情况 (mg,  $\bar{x} \pm s$ )

组别	例数	第 1 天	第 3 天	第 5 天
对照组	45	23.42 ± 3.56	36.42 ± 2.64	48.51 ± 2.47
实验组	45	34.26 ± 3.07	59.52 ± 1.97	72.43 ± 2.16
t	-	15.469	47.043	48.902
P	-	<0.001	<0.001	<0.001

### 2.3 对比两组产妇护理满意度

加入联合护理的 45 例产妇满意度显著高于对照组 ( $P < 0.05$ ), 如表 3 所示。

表 3 对比两组产妇护理满意度 (n, (%))

组别	例数	非常满意	满意	及格	不满意	满意度
对照组	45	19 (42.22)	14 (31.11)	8 (17.78)	4 (8.89)	33 (73.33)
实验组	45	37 (82.22)	6 (13.33)	2 (4.44)	0 (0.00)	43 (95.56)
X <sup>2</sup>	-	15.315	4.114	4.050	4.186	8.459
P	-	<0.001	0.043	0.044	0.041	0.004

### 3 讨论

医学研究发现, 胎儿与母体分离后免疫系统并未发育健全, 需在出生后经历一段时间的免疫系统恢复<sup>[5]</sup>。此时, 选择母乳喂养能促进胎儿免疫系统快速健全, 避免胎儿免疫系统缺陷而出现的各种疾病。母乳中不仅富含蛋白质、氨基酸、微量元素, 还含有免疫球蛋白能有效增强新生儿的抵抗力。初产妇在产后极易出现泌乳不及时、乳汁分泌过少的情况, 部分产妇会在此期间选择奶粉喂养, 但是奶粉喂养的效果远远比不过母乳喂养<sup>[6]</sup>。中医研究认为, 产妇产后泌乳不及时与产褥期乳房气血不畅有关, 通过按摩相应穴位改善乳房血液循环状态, 理气活血, 达到泌乳效果。

产妇产后生理和心理都存在一定变化, 为产妇提供必要的情志引导也是促进泌乳的关键。中医认为音乐中的五音与五行学说中的五行对应, 通过五行音乐能够帮助产妇达到“阴平阳秘, 精神乃治”的机体平衡<sup>[7]</sup>。金、木、水、火土分别对应着人体肺、肝、肾、心、脾, 平衡脏腑之气对平衡舒缓产妇心理状态具有重要作用。本次研究发现, 相较于对照组, 加入联合护理的 45 例产妇抑郁、焦虑评分更低 ( $P < 0.05$ ), 表明该联合护理对舒缓产妇情绪效果显著。本次数据调查显示, 相较于对照组, 加入联合护理的 45 例产妇产后 5 天内乳汁分泌量更高 ( $P < 0.05$ ), 表明该联合护理手段能有效促进产妇产后乳汁分泌。据数据调查显示, 相较于对照组, 加入联合护理的 45 例产妇满意度更高, 达 95.56% ( $P < 0.05$ ), 表明该联合护理手段能有效促进护患关系良性发展。

如上所述, 在产妇产后泌乳临床护理中应用穴位按摩、五行音乐联合护理能有效舒缓产妇不良情绪, 促进乳汁分泌, 提高产后护理满意度, 建议推广。

### 参考文献

- [1] 崔英, 高爱梅, 高承香. 神经肌肉电刺激配合穴位按摩对产后乳房胀痛和产后泌乳的效果研究[J]. 中国妇产科临床杂志, 2022, 23(1): 93-94.
- [2] 赵珏, 齐彩霞, 王倩倩, 等. 补血生乳汤结合中频电刺激穴位在产后早期乳汁分泌中的应用效果研究[J]. 中华中医药学刊, 2021, 39(12): 244-247.
- [3] 盛佳, 夏海鸥, 丁焱, 等. 按摩联合穴位刺激对母婴分离早产儿母亲乳汁分泌量的影响[J]. 护理学杂志, 2020, 35(22): 44-48.
- [4] 杨丽霞, 王晓阳, 罗茵, 等. 六步法乳房按摩促进母婴分离产妇泌乳 II 期启动的效果观察[J]. 解放军护理杂志, 2020, 37(2): 36-39.
- [5] 纪彦华, 李艳伟, 陈葆芳. 穴位按摩配合五音疗法治疗气血虚弱型产后缺乳疗效观察[J]. 四川中医, 2021, 39(3): 199-202.
- [6] 陈德娟, 赖立, 徐春秀, 等. 穴位按摩联合情志干预对产妇分娩疼痛及不良情绪的影响[J]. 四川中医, 2019, 37(9): 204-207.
- [7] 邹晓峰. 穴位按摩联合五行音乐护理干预促进产后泌乳的效果观察[J]. 四川中医, 2018, 36(3): 181-183.