

妇产科护理中的人文关怀与心理护理

王小英¹ 代 盈²

高陵区妇幼保健院 陕西 西安 710200

摘要: 妇产科护理中,人文关怀与心理护理相辅相成,对于提升护理质量、促进母婴健康具有重要意义。人文关怀强调尊重、理解与支持,通过加强护理人员专业技能、提供个性化服务及加强健康教育,营造温馨护理环境。心理护理则侧重于建立良好沟通、加强心理干预与健康宣传,提供心理疏导资源,培养产妇积极心态。两者共同作用于妇产科护理实践,促进患者身心康复。

关键词: 妇产科护理;人文关怀;心理护理

引言

在妇产科领域,护理工作的核心不仅在于生理健康的维护,更在于心理与情感的关怀。随着医疗模式的转变,人文关怀与心理护理已成为妇产科护理不可或缺的重要组成部分。它们不仅关乎产妇的分娩体验与康复进程,更直接影响到母婴双方的长期健康。因此,深入探讨人文关怀与心理护理在妇产科护理中的应用,对于提升护理质量、构建和谐医患关系具有重要意义。

1 人文关怀以及心理护理在妇产科中的意义

人文关怀护理,作为现代护理的核心精髓,核心在于“以患者为本”,强调护理过程中对患者个性、情感及需求的深切关怀。在妇产科特殊领域,护理质量直接关乎母婴安全与健康,而孕产妇因生理变化、社会角色转变等因素,承受着巨大的心理压力与情绪波动。因此,构建和谐的护患关系,成为保障护理工作顺利推进、提升护理质量的关键。人文关怀护理的融入,要求护理人员具备高度的专业素养,还拥有同理心与爱心,能够敏锐察觉并有效回应孕产妇的情感需求。这过程促进了护理人员个人素质与护理技能的双重提升,更为护患之间搭建了信任的桥梁,为高质量护理服务奠定了坚实的基础。心理护理作为人文关怀的重要组成部分,其重要性不容忽视。针对孕产妇在孕期、分娩期及产褥期可能出现的焦虑、恐惧等心理状态,实施精准有效的心理护理干预,有助于调节其情绪,缓解心理压力,使孕产妇在身心层面均处于最佳状态,积极配合治疗与护理,促进母婴健康。人文关怀与心理护理在妇产科护理中相辅相成,共同构成了保障母婴安全、促进健康恢复的强大支撑体系。通过实施这个综合护理模式,能显著提升孕产妇的满意度与舒适度,还能够推动妇产科护理事业的持续发展与进步。

2 人文关怀在妇产科护理中的应用

2.1 加强护理人员专业技能水平

(1) 妇产科护理中,鉴于妇产科发生紧急情况的风险相对较高,对妇产科医护人员的素质提出了极高要求。其关键之处在于加强相关护理人员的专业技能水平。只有提升了护理人员自身的专业技能,他们才能应对护理工作中出现的各种突发事件,为产妇提供更为专业且人性化的护理服务。(2) 以定期组织护士进行专业技能学习为途径,一是能够培养护士的专业理论知识,使其在面对复杂的护理情况时具备扎实的知识储备。二是通过这样的学习活动,提高护士对紧急情况的反应能力,让他们在紧急状况下能够迅速做出正确的判断和处理。还增进护士对常见病、多发病的认识,从而在日常护理工作中更好地预防和处理这些问题。(3) 不断加强护理人员的专业技能水平,能切实提高护士自身的专业护理水平以及应对各种紧急情况的能力。如此便可为妇产科及产妇提供高质量的护理服务,确保产妇在整个护理过程中得到精心的照料和关怀。妇产科护理工作中,持续提升护理人员专业技能水平是至关重要的,它关系到产妇的生命安全和健康,也关系到整个妇产科护理工作的质量和水平。

2.2 提供个性化服务

妇产科护理过程里,人文关怀的精髓在于理解并尊重每位孕产妇的独特性,进而提供个性化、差异化的护理服务。这提升护理质量的关键,也是构建温馨、和谐护理环境的重要途径。第一,针对初次分娩的孕妇,护理人员需充分认识到她们可能面临的紧张与不安。我们采取积极措施,如提供详尽的分娩知识讲解、分享成功分娩案例、安排家属陪伴等,以增强孕妇的信心与安全感,给予她们充分的鼓励与支持,帮助她们顺利度过这段特殊时期。第二,对于高龄产妇特殊群体,我们更是倍加关注。高龄产妇面临更高的妊娠风险,如妊娠期高

血压、糖尿病等并发症的发生率较高。护理过程中，我们注重对其身体状况的密切监测，及时评估潜在风险，并据此制定个性化的护理计划。加强与高龄产妇的沟通，耐心解答她们的疑问，缓解其因年龄因素而产生的焦虑情绪。第三，个性化服务的核心在于“以人为本”，即根据患者的具体需求与情况，灵活调整护理策略与措施。妇产科护理时，我们始终秉持这一原则，努力为每位孕产妇提供最合适、最有效的护理服务，让她们在温馨、专业的护理环境中安心待产、顺利分娩^[1]。

2.3 加强健康教育

(1) 在妇产科护理中，加强健康教育至关重要。发放宣传资料是种有效的方式，可将妊娠、分娩及产后恢复的相关知识以简洁明了的图文形式呈现给患者。这样患者能够在空闲时间随时翻阅，了解不同阶段的注意事项和保健方法，从而提高自我保健意识。宣传资料中详细介绍孕期的营养需求、合理的运动方式以及常见不适的应对策略，让准妈妈们在孕期能够更好地照顾自己和胎儿。(2) 开展专题讲座能够更加系统地 toward 患者普及知识。邀请专业的妇产科医生和护理人员进行讲解，针对患者关心的问题进行深入剖析和解答。讲座中，可结合实际案例，让患者直观地了解妊娠和分娩的过程，以及产后恢复的重要性。讲座也可设置互动环节，让患者有机会提出自己的疑问和困惑，获得专业的指导和建议。

(3) 加强健康教育的过程的同时，不能忽视患者的心理健康。除了提供生理方面的知识，还关注患者的心理状态，提供心理指导和支持。对于孕期焦虑、产后抑郁等常见的心理问题，护理人员可与患者交流沟通，了解她们的心理需求，给予关心和鼓励。可介绍缓解压力和调节情绪的方法，帮助患者保持良好的心理状态，更好应对妊娠、分娩和产后恢复过程中的各种挑战^[2]。

3 心理护理在妇产科护理中的应用

3.1 建立良好沟通机制

妇产科护理领域，心理护理扮演着至关重要的角色，它是促进患者身心康复的重要手段，也是构建和谐护患关系的基础。其建立良好沟通机制是实现高效心理护理的首要任务。第一，护理人员需具备高度的沟通技巧与同理心，主动迈出沟通的第一步。这意味着在患者入院之初，护理人员就应主动自我介绍，以亲切、温暖的态度拉近与患者的距离，营造轻松、舒适的交流氛围。耐心倾听患者的内心感受与需求，护理人员能够深入了解患者的心理状态，为后续的护理工作奠定坚实的基础。第二，在沟通过程里，护理人员需保持敏锐的洞察力，善于捕捉患者言语及非言语信息中的微妙变化。

这有助于及时发现患者可能存在的心理问题，焦虑、抑郁、恐惧等。针对这些问题，护理人员需运用专业的心理学知识与技巧，给予患者恰当的引导与支持，帮助她们正视并克服心理障碍，减轻心理负担。第三，良好的沟通机制还体现在反馈与调整上。护理人员需定期评估患者的心理状态变化，及时调整护理策略与措施，保证心理护理的针对性和有效性。鼓励患者积极参与护理过程，表达自己的意见与建议，有助于提升患者的自我护理能力，还能增强护患之间的信任与合作，共同促进患者的全面康复。

3.2 加强心理护理以及健康宣传

(1) 妇产科的患者往往面临着身体和心理的双重压力，如孕期的不适、对分娩的恐惧、产后的恢复等问题。通过加强心理护理，可以及时发现并缓解患者的不良情绪，提高其心理承受能力。健康宣传能够让患者了解更多关于妇产科的知识，增强自我保健意识，更好地配合护理工作。对于孕期的准妈妈，心理护理可帮助她们缓解焦虑情绪，健康宣传则可以让她们了解孕期的营养需求、适当的运动方式等，为顺利分娩做好准备。

(2) 加强心理护理需要护理人员具备专业的心理知识和沟通技巧。护理人员要善于观察患者的情绪变化，及时发现问题并给予关心和支持。在与患者交流时，要保持耐心和亲和力，让患者感受到温暖和关爱。可以倾听患者的倾诉、给予鼓励和安慰等方式，帮助患者缓解压力。护理人员还可以组织一些心理辅导活动，冥想、放松训练等，帮助患者放松心情，调整心态。对于产后的产妇，护理人员要关注她们的情绪变化，预防产后抑郁的发生。可以与产妇及其家属的沟通，了解产妇的心理状态，给予心理支持。(3) 健康宣传是妇产科护理中不可或缺的。可以通过多种方式进行健康宣传，如发放宣传资料、举办健康讲座、在医院的宣传栏张贴海报等。宣传内容应包括妇产科的常见疾病、预防措施、产后护理等方面的知识。还利用现代信息技术，微信公众号、短视频等平台，进行健康知识的推广。通过健康宣传，让患者和家属了解更多的妇产科知识，提高自我保健意识，减少疾病的发生。此外健康宣传还可以促进医患之间的沟通和信任，提高护理质量和患者满意度^[3]。

3.3 提供心理疏导资源

(1) 妇产科护理过程里，提供心理疏导资源至关重要。妇产科的患者面临着怀孕、分娩、产后恢复以及妇科疾病等特殊情况，会产生各种心理压力和困扰。因此，为她们提供专门的心理疏导资源，能帮助她们缓解不良情绪，积极应对各种挑战。可设立专门的心理咨询

室,配备专业的心理咨询师,为产妇和患者提供一对一的心理辅导服务。咨询师可根据患者的具体情况,制定个性化的心理疏导方案,帮助她们解决心理问题。(2)丰富心理疏导资源的形式也是关键。除了传统的面对面咨询外,可利用现代信息技术,如在线咨询平台、心理热线等,为患者提供便捷的心理疏导服务。患者可随时通过网络或电话与专业人士进行沟通,获得及时的心理支持。还可组织心理讲座、工作坊等活动,邀请专家为患者讲解心理调节的方法和技巧,提高她们的自我心理调适能力。举办孕期心理调节讲座,帮助准妈妈们学会应对孕期的焦虑和压力;开展产后心理康复工作坊,帮助产妇尽快恢复心理健康。(3)建立心理疏导资源的协作机制也不可或缺。妇产科护理人员可以与心理咨询师、社会工作者等专业人士密切合作,共同为患者提供全方位的心理支持。护理人员在日常护理工作中,要密切关注患者的心理状态,及时发现问题并转介给专业的心理疏导资源。心理咨询师和社会工作者也可为护理人员提供专业的培训和指导,提高他们的心理护理水平^[4]。

3.4 培养产妇积极心态

第一,实施积极的心理教育,以生动案例和科学数据为基础,向产妇传递分娩过程的自然与美好,减少不必要的恐惧与焦虑。引导产妇学会正面思维,鼓励她们将注意力从担忧转向期待新生命的到来,从而在潜意识中建立积极的生产预期。第二,利用放松训练与呼吸技巧,帮助产妇掌握自我调节情绪的工具。轻柔的音乐与温馨的氛围中,指导产妇进行深呼吸、渐进性肌肉松弛等练习,不仅缓解身体紧张,更能促进心灵的平和与宁静,为分娩过程打下良好的心理基础。第三,强化社会支持系统的作用,鼓励家属特别是伴侣的参与,共同营造温馨、支持的家庭环境。通过组织家庭会议、分享会

等形式,增进家庭成员间的理解与协作,让产妇感受到来自家庭的强大后盾,增强其面对挑战的信心与勇气。培养产妇的积极心态是综合性、持续性的过程,它要求护理人员以专业的视角、温柔的态度,结合个性化的策略,全方位、多层次地促进产妇的心理调适与成长,确保她们在孕产期及产后均能保持良好的心理状态,迎接新生命的到来^[5]。

结语

综上所述,人文关怀与心理护理在妇产科护理中发挥着不可替代的作用。通过加强护理人员的专业技能培训,提供个性化服务,加强健康教育,以及建立良好沟通机制、加强心理干预与健康宣传、提供心理疏导资源等措施,我们能够有效提升妇产科护理质量,促进产妇的身心健康。未来,随着医疗技术的不断进步和护理理念的持续更新,人文关怀与心理护理在妇产科护理中的应用将更加广泛而深入,为母婴健康保驾护航。

参考文献

- [1]周对娟.妇产科护理中的人文关怀与心理护理[J].世界最新医学信息文摘(连续型电子期刊),2020,20(66):279-280.
- [2]阮仕珍,刘宏艳,段文娜.人文关怀护理模式在前置胎盘剖宫产术后出血护理中的应用价值[J].检验医学与临床,2020,017(001):105-107.
- [3]韩秀娟.妇产科护理中的人文关怀与心理护理分析[J].人人健康,2020(14):571.
- [4]周航,龚春平.妇产科护理中的人文关怀与心理护理[J].临床医药文献电子杂志,2020,7(46):69+73.
- [5]王元元,韦丽.妇产科护理中的人文关怀与心理护理[J].人人健康,2020(09):293.