



北京大学医学出版社

第四章 产褥期妇女的护理



【学习目标】

❖ 通过本章内容的学习，学生应能：

- 1. 解释产褥期、子宫复旧、恶露、产后压抑、足月新生儿的概念。
- 2. 归纳产褥期妇女的生理变化和心理变化特点。
- 3. 描述正常产褥期妇女的临床表现, 识别产褥期妇女常见问题。
- 4. 介绍正常产褥期妇女的护理措施。
- 5. 说出产褥期乳房护理的方法及母乳喂养的知识。
- 6. 陈述正常新生儿生活护理。



北京大学医学出版社

第一节 产褥期母体变化



【概念】

- ❖ 从胎盘娩出至产妇全身各器官(除乳腺外)恢复或接近至正常未孕状态所需的时间, 称为产褥期, 一般为6周。

【产褥期母体的生理变化】


❖ (一) 生殖系统

■ 1. 子宫

- 妊娠子宫自胎盘娩出后逐渐恢复至未孕状态的过程，称为子宫复旧，一般为6周。
 - (1) 子宫体
 - (2) 子宫内膜的修复
 - (3) 子宫下段及子宫颈复原

■ 2. 阴道及外阴

■ 3. 盆底组织




❖ (二) 乳房

- 产褥期乳房的主要变化是泌乳。
- 吸吮是保持乳腺不断泌乳的关键。

❖ (三) 血液循环系统

- 妊娠期血容量增加，于产后2～3周恢复至未孕状态
- 产褥早期血液仍处于高凝状态



❖ (四) 消化系统：产妇常感口渴，食欲不佳

❖ (五) 泌尿系统：

- 产后1周内尿量增多
- 排尿困难和尿潴留

❖ (六) 内分泌系统：未哺乳产妇月经通常在产后6~10周复潮，卵巢平均在10周恢复排卵

❖ (七) 腹壁：初产妇腹壁紫红色妊娠纹在产后变为永久性的白色陈旧妊娠纹

【产褥期母体的心理调适】

❖ （一）产褥期妇女的心理变化

❖ （二）影响心理变化的因素

- 1. 年龄
- 2. 社会支持
- 3. 对分娩经历的感受

❖ （三）心理调适

- 1. 依赖期 产后最初的1~3天
- 2. 依赖—独立期 产后3~14天
- 3. 独立期 产后2周~1个月



北京大学医学出版社

第二节 产褥期妇女的护理



【产褥期临床表现及常见问题】

❖ 1. 生命体征

- 体温大多在正常范围内，泌乳热
- 脉搏较缓慢，为60～70次/分
- 呼吸深慢
- 产褥期血压平稳

❖ 2. 子宫复旧与产后宫缩痛

- 产褥早期，因子宫收缩引起下腹部阵发性剧烈疼痛，称为产后宫缩痛
- 一般在产后1～2日出现，持续2～3日后自然消失
- 多见于经产妇。



❖ 3. 恶露

- 产后随子宫蜕膜的脱落，含有血液、坏死蜕膜等的组织经阴道排出，称为恶露。
 - (1) 血性恶露：色鲜红，含大量血液。持续3～4日
 - (2) 浆液恶露：色淡红，含多量浆液。持续约10日
 - (3) 白色恶露：色较白，黏稠。约持续3周干净
- 正常恶露有血腥味而无臭味，持续4～6周，总量为250～500ml。

❖ 4. 会阴伤口：会阴撕裂或切开缝合后，在产后3日内有局部水肿

❖ 5. 消化：产后胃液分泌减少

❖ 6. 排泄

- （1）褥汗：睡眠和初醒时明显
- （2）尿液增多与排尿困难：分娩过程中膀胱受压、黏膜水肿充血、肌张力降低、会阴切口疼痛
- （3）便秘

❖ 7. 乳房

- 乳汁分泌
- 乳头皲裂：多是因产前乳头准备不足或产后哺乳姿势不当引起
- 乳房胀痛

❖ 8. 体重

❖ 9. 疲乏

❖ 10. 产后压抑

【产褥期处理原则】

❖ 以护理为主，治疗为辅。



【护理评估】

❖ (一) 病史

❖ (二) 身心状况

- 1. 生理状况
- 2. 心理社会状况

❖ (三) 诊断性检查



❖ 【护理问题】

- 知识缺乏：与缺乏产褥期相关的知识和技能有关。
- 有感染的危险：与产后生殖系统自然防御功能下降、生殖道创面有关。

❖ 【预期目标】

- 1. 产妇能正确复述护理自己及孩子的知识和技巧。
- 2. 产妇体温测量正常，恶露无异常，会阴伤口愈合良好。

【护理措施】

❖ (一) 一般护理

- 1. 心理护理
 - (1) 提供热情帮助
 - (2) 培养母子感情
 - (3) 促进家庭适应
- 2. 环境与饮食
- 3. 排尿与排便 产后4小时内应让产妇排尿
- 4. 适当活动

❖ （二）缓解症状

- 1. 产后2小时观察
- 2. 测量生命体征
- 3. 观察子宫复旧及恶露
- 4. 尿潴留及便秘的护理
- 5. 会阴护理
- 6. 乳房护理

❖ （三）健康教育

- 1. 出院指导
- 2. 适当活动及做产褥期保健操
- 3. 计划生育指导
 - 产褥期应避免性生活
- 4. 产后检查
 - 包括产后访视和产后健康检查两部分

❖ （四）正常新生儿的护理

- 孕龄满37周至不满42足周 (259~293天)、出生体重大于或等于2500g的新生儿，称为足月新生儿
- 从胎儿出生后到满28日内称为新生儿期。
 - 1. 娩出后的护理
 - 2. 环境及维持正常体温
 - 3. 提供新生儿日常护理

❖ 【结果评价】

- 1. 产妇积极参与自我护理及新生儿护理，并表现出自信和满足。
- 2. 产妇恢复良好，没有出现产褥期感染、出血等，各项指标正常。
- 3. 新生儿能有效地吸吮母乳，且母乳充足，能做到纯母乳喂养。