

# Analysis of Application Value of Experiential Health Education in Maternal Community Care

Meikun Zhang

Hengshui Jizhou Xindu Community Health Service Center, Hengshui, Hebei, 053200, China

## Abstract

**Objective:** To evaluate and analyze the application value of experiential health education in community nursing for pregnant and postpartum women. **Method:** A total of 100 pregnant and lying-in women admitted to a certain community were selected, with a time distribution boundary from February 2022 to February 2023. Through systematic sampling and scientific grouping, 50 cases were assigned to the reference group and routine health education services were provided. The other 50 cases were included in the experimental group and experiential health education services were provided. The mastery of maternal and infant health knowledge in the two groups of pregnant and lying-in women was evaluated. Comparative analysis of community nursing satisfaction and improvement of anxiety and depression before and after intervention. **Result:** ① After intervention, the awareness rate of maternal and infant health knowledge in the experimental group was 94.00%, which was significantly higher than the control group's 72.00%, with a difference of  $P < 0.05$ ; ② After intervention, the psychological status of the two groups of pregnant women improved, and the anxiety and depression scores of the experimental group were lower, with a difference of  $P < 0.05$ ; ③ The nursing satisfaction score of the experimental group was 98.00%, with a significant advantage compared to the control group of 82.00%, with a difference of  $P < 0.05$ . **Conclusion:** In the community nursing intervention for pregnant and postpartum women, the use of experiential health education can deepen their understanding of maternal and infant health knowledge, improve their negative psychological emotions, and improve the quality of community nursing services.

## Keywords

experiential health education; maternal health; community care; application value

# 体验式健康教育在孕产妇社区护理中的应用价值分析

张梅坤

衡水市冀州区信都社区卫生服务中心, 中国·河北 衡水 053200

## 摘要

**目的:** 评价分析在孕产妇社区护理中体验式健康教育的运用价值。**方法:** 选取某社区接收的孕产妇共计100例, 时间分布界限2022年2月至2023年2月, 通过系统抽样科学分组处理, 将50例归入参照组, 提供常规健康教育服务, 把另外50例纳入实验组, 提供体验式健康教育服务, 对两组孕产妇母婴保健知识掌握情况、社区护理满意度以及干预前后焦虑抑郁改善情况进行对比分析。**结果:** ①干预后, 实验组孕产妇母婴保健知识知晓率94.00%, 相较于参照组72.00%优势显著, 差异对比  $P < 0.05$ ; ②干预后, 两组孕产妇心理状态有所改善, 且实验组的焦虑评分结果、抑郁评分结果更低, 差异对比  $P < 0.05$ ; ③实验组护理满意度评分结果98.00%, 相较于参照组82.00%优势明显, 差异对比  $P < 0.05$ 。**结论:** 在孕产妇社区护理干预中, 运用体验式健康教育, 能够加深孕产妇对母婴保健知识的理解程度, 改善孕产妇的不良心理情绪, 提高社区护理服务质量。

## 关键词

体验式健康教育; 孕产妇; 社区护理; 应用价值

## 1 引言

体验式健康教育注重在“做”中“学”, 刺激病患的学习驱动力, 使语言学习过程转变成利用与创造性语言体验的过程, 能够增强病患的互动体验感, 为病患留下深刻的记忆印象。为了进一步提高社区孕产妇管理效果, 现对100例

孕产妇接受体验式健康教育的过程与结果展开如下汇报。

## 2 基础资料与方法

### 2.1 基础资料

选取某社区接收的孕产妇共计100例, 时间分布界限2022年2月至2023年2月, 通过系统抽样科学分组处理, 将50例归入参照组, 把另外50例纳入实验组。其中, 在参照组中, 年龄分布界限22~36岁( $29.42 \pm 3.24$ )。在实验组中, 年龄分布界限22~37岁( $29.63 \pm 3.35$ )。两组孕产妇基础

**【作者简介】**张梅坤(1977-), 女, 中国河北衡水人, 本科, 主治医师, 从事社区孕产妇管理研究。

资料平衡关系十分显著 ( $P > 0.05$ )。

## 2.2 方法

参照组提供常规健康教育服务,组织孕产妇参与讲座活动、义诊活动、颁发指导手册、定期电话随访、定期产后访视等。实验组提供体验式健康教育服务,主要包括以下几点:①建立完善的孕产妇第一手档案资料。建立《母子健康手册》,为孕产妇绘制社区孕产妇动态监测栏,使用红色、黄色、绿色三级标准注明孕产妇的当前状态,时刻关注孕产妇心理、营养、运动、补服叶酸指导等,为孕产妇免费发放叶酸,预防新生儿神经管畸形等病症。②提高服务精准度。产前随访实时跟进,有效解决孕产妇在孕中期阶段存在的各项问题。将高龄、出现流产症状等高危重点孕产妇作为社区服务的重要对象,特别是孕中期,必要的辅助检查与评估也是保证孕产妇身心健康的关键。如有异常,建议及时转至上级医疗卫生机构并做好随访跟踪,问询转诊结果,为转诊孕产妇提供心理疏导服务。③关怀式保健服务。为了让孕晚期孕产妇尽快进入母亲这一角色,医护人员在孕产妇孕28~36周、37~40周对其展开胎动自我监护、促进自然分娩、母乳喂养等知识宣教,通过胎动自我监护,增强孕产妇的责任意识,改善孕晚期的焦虑情绪与身体不适感受。④产后亲切关怀。医护人员对孕产妇生产提供电话问询、产包访视、母婴查看的“一站式”健康教育指导,向产妇以及产妇家属提供母乳喂养、月中营养、个人卫生的健康指导,对于出现母乳喂养困难、产后便秘等问题进行指导,对于产褥感染、产后出血、子宫修复不佳、妊娠并发症没有恢复情况等及时告知至分娩医疗机构就医。同时,对正常产妇产后42天提供健康检查,向产妇进行健康宣教指导,从而为孕产妇提供体验式社区服务。⑤母乳喂养知识指导与体验。交由具有资质的催奶师向孕产妇普及母乳喂养知识,主要为母乳喂养的重要作用以及对婴儿生长发育重要作用、孕期及产褥期乳头措施、正确母乳喂养的方法、催乳方法等。⑥新生儿护理知识指导与体验。交由儿童预防保健医师负责向孕产妇普及有关新生儿护理的方法,指导孕产妇展开新生儿护理体验,包括:婴儿抚触,教授孕产妇以及家属的抚触技巧、孕妇产后恢复保健操等方法;婴儿洗澡,教授孕产妇以及家属选择好婴儿洗澡用品、洗澡步骤、注意要点等;新生儿日常护理,教授孕产妇以及家属为婴儿更换衣物、更换纸尿裤的方法,以及脐部护理、观察方法;强调奶瓶清洁的重要性,普及奶瓶消毒的方法以及消毒用品的选取等。分批次轮番指导,每次安排1~2个家庭,每次1~2个小时。⑦计划免疫与营养食物添加的指导。安排营养师与儿童预防保健意识普及计划免疫与营养添加辅食的方法,主要内容为计划免疫基本流程、疫苗适应症、不良反应、不同月龄婴幼儿营养需求、辅食添加的方法等。

## 2.3 观察指标

对两组干预前后母婴健康知识知晓情况进行对比,利

用自行设计的问卷调查量表,主要内容为母婴保健、产后护理、母乳喂养、计划免疫、营养添加、乳房保健、婴儿日常护理等,运用3级评分标准,即知晓、一般、较差。每组发放问卷各50份,回收有效问卷各50份。对两组干预前后孕产妇心理状态评分结果进行对比,利用焦虑自评量表、抑郁自评量表<sup>[1]</sup>,孕产妇依照自身近1周的实际情况如实填写,统计各项条目得分情况,计算相应标准。其中,焦虑自评标准:评分结果超过50分且低于59分表示轻度焦虑,评分结果超过60分且低于69分表示中度焦虑,评分结果超过70分表示重度焦虑;抑郁自评标准:评分结果超过53分且低于62分表示轻度抑郁,评分结果超过63分且低于72分表示中度抑郁,评分结果超过72分表示重度抑郁。对两组护理满意度评分结果进行对比,利用自行设计的护理满意度调查量表,评分标准:评分结果超过90分表示完全满意,评分结果低于89分且高于70分表示基本满意,评分结果不足69分表示不满意。

## 2.4 统计学处理

使用SPSS 23.0版本的统计学处理系统,满足正态分布标准的计量资料与计数资料,计算结果经过t与卡方检验方式获取,写作方式用(均数±标准差)、(百分比)形式,以 $P < 0.05$ 视为统计学差异存在。

## 3 结果

### 3.1 对比孕产妇母婴保健知识知晓情况

干预后,实验组孕产妇母婴保健知识知晓率94.00%,相较于参照组72.00%优势显著,差异对比 $P < 0.05$ ,如表1所示。

表1 对比孕产妇母婴保健知识知晓情况

组别	例数	知晓	一般	较差	知晓率 (%)
实验组	50	47	2	1	94.00
参照组	50	36	10	4	72.00
$\chi^2$					8.5755
P					0.0034

### 3.2 对比干预前后心理状态评分结果

干预前,两组孕产妇心理状态评分结果统计学平衡关系显著( $P > 0.05$ ),干预后,两组孕产妇心理状态有所改善,且实验组的焦虑评分结果、抑郁评分结果更低,差异对比 $P < 0.05$ ,如表2所示。

### 3.3 对比护理满意度评分结果

实验组护理满意度评分结果98.00%,相较于参照组82.00%优势明显,差异对比 $P < 0.05$ ,如表3所示。

表 2 对比干预前后心理状态评分结果

组别	例数	焦虑评分		抑郁评分	
		干预前	干预后	干预前	干预后
实验组	50	58.42 ± 5.14	46.15 ± 3.22	57.88 ± 5.23	45.21 ± 3.13
参照组	50	58.56 ± 5.06	50.14 ± 3.26	57.64 ± 5.31	50.48 ± 3.22
t		0.1372	6.1572	0.2276	8.2983
P		0.8911	0.0000	0.8204	0.0000

表 3 对比护理满意度评分结果

组别	例数	完全满意	基本满意	不满意	满意度 (%)
实验组	50	26	23	1	98.00
参照组	50	19	22	9	82.00
X <sup>2</sup>					7.1111
P					0.0076

#### 4 讨论

做好社区孕产期保健管理工作，提高孕产妇对母婴保健知识的了解程度，能够在一定程度上保障母婴健康安全。常规的健康教育方式十分单一<sup>[2]</sup>，因大多数孕产妇由于对妊娠与分娩存在恐惧、焦虑、紧张等心理情绪，无法保持稳定的心态，特别在孕晚期阶段，孕产妇的躯体、社会与活动能力受到限制，使孕产妇的学习兴趣大大降低，容易影响健康教育的实施效果。

体验式健康教育主要把孕产妇带入实际情境之中，能够增强孕产妇的体验感，使孕产妇通过反思、讨论与评价等方式，提高自身解决问题的能力。许雪芳等在研究中发现<sup>[3]</sup>，对孕产妇实施体验式健康教育，能够强化孕产妇的自护意识，改善孕产妇的生活品质。本次研究结果显示，干预后，实验组孕产妇母婴保健知识知晓率 94.00%，相较于参照组 72.00% 优势显著，差异对比  $P < 0.05$ ；实验组护理满意度评分结果 98.00%，相较于参照组 82.00% 优势明显，差异对比  $P < 0.05$ 。由此可见，在孕产妇社区护理中，运用体验式健康教育能够提高孕产妇对母婴保健知识的了解程度，强化社区护理服务质量。根本原因是体验式健康教育与常规健康教育有所不同，能够依照孕产妇的实际情况，进行多场景体验，对于恐惧分娩疼痛的孕产妇，进行孕期体验，并非单纯讲解胎动计数、宫缩频率等名词概念，而是通过模拟体验，让孕产妇及时了解分娩中容易遇到的情况，让孕产妇保持着冷静；对于害羞等原因拒绝母乳喂养的孕产妇，向其介绍母乳喂养的意义作用，并支持与引导其参与母乳喂养体验活动，消除孕产妇的负面心理情绪，提高母乳喂养的自信心；对于担心无法进入母亲新角色以及缺少育儿经验的孕产妇，

通过组织新生儿护理模拟训练，使孕产妇以及家属尽快掌握更多的新生儿护理方法等，如此一来，有助于加深孕产妇对母婴健康知识的了解程度，强化社区护理服务质量。

产后抑郁作为女性妊娠后较为多见的病症之一，发病原因可能与激素分泌变化、社会角色改变有关。张慧、邓艳等人在研究中指出，超过 80% 的孕产妇表示临近预产期，自身的焦虑、抑郁、恐惧等不良心理情绪愈发严重。体验式健康教育通过为孕产妇提供必要的心理疏导，且鼓励孕产妇家属给予产妇更多的理解与关注，及时消除孕产妇的不良心理情绪，使孕产妇能够保持乐观的心态面对分娩，减少产后抑郁的发生概率。本次研究结果显示，干预前，两组孕产妇心理状态评分结果统计学平衡关系显著 ( $P > 0.05$ )；干预后，两组孕产妇心理状态有所改善，且实验组的焦虑评分结果、抑郁评分结果更低，差异对比  $P < 0.05$ 。由此可见，体验式健康教育的有效运用，能够消除孕产妇的不良心理情绪。

综上所述，在孕产妇社区管理中，体验式健康教育的有效运用，能够加强孕产妇对母婴保健知识的理解程度，调节孕产妇的不良心理情绪，提高社区护理服务质量，值得推广应用。

#### 参考文献

- [1] 刘海英.健康教育对社区围产期孕产妇提高自然分娩率的效果观察[J].母婴世界,2021(9):248.
- [2] 梁瑞婷.产科心理护理对孕产妇的影响研究[J].中文科技期刊数据库(引文版)医药卫生,2023(5):0164-0167.
- [3] 许雪芳.分析产前护理服务对孕产妇健康认知和行为的影响[J].中国医药指南,2022,20(36):139-141.