

基于产妇产褥期对新兴月子中心护理和传统方式选择的现状与对策研究

王晓晗 张坤 朱盛荣 石香云

(河北中医学院, 河北 石家庄 050200)

【摘要】众所周知,产褥期是一个十分关键的时期。当前产妇主要有两种坐月子方式:传统护理和月子中心护理,两种方式各有利弊。本文主要从产妇对护理方式的选择入手,通过现状分析其选择的原因,从产褥期保健模式、产褥期护理重视度、月子中心发展,这3个方面提出相应对策,以期能够让产妇结合自身情况选择更为适宜的方式,提升产妇的护理质量,降低产褥感染的病发率。

【关键词】产褥期;产妇;月子中心;传统护理

近年来,随着经济发展及消费观念的转变,80后,90后的年轻妈妈越发追求科学坐月子,同时他们对于产褥期的一些“新鲜服务”的接纳度也越来越高。调研显示^[1]:2021上半年中约有52.32%的产妇对国内的月子中心表示满意,46.36%的产妇更愿意在家中坐月子,1.32%的产妇选择其他。我国传统的产褥期保健,俗称“坐月子”,这种方式存在许多不科学的行为,容易诱发感染和其他病理情况。新兴的产褥期保健,俗称“月子中心”,但国内月子中心发展时间较短,人们对这种方式的专业度、环境、价位等方面存有质疑。因此,如何让产妇根据自身情况作出正确的选择,以达到更好的护理。针对两种方式剖析原因,分析不足,研究对策是目前亟须解决的问题。

一、产妇在产褥期护理方式选择的现状

(一)产褥期保健模式尚未完善

随着人们保健意识的逐步加强,产褥期妇女保健也越来越受重视,但传统的坐月子模式已无法满足产妇的需要,大部分妇女对于产褥期保健注意事项缺少有效的了解,得不到科学的照护,以至于产妇的生理、心理以及相关器官受到严重创伤,极易引起产褥感染。而各大医院也没有落实“早预防”的原则,尤其是社会生活不多、年龄较小、文化程度不高的产妇产褥期知识尤其缺乏,而年龄偏大、经产妇、接受多次产前检查的产妇对产褥期保健知识和行为认知现状较好,这也从侧面说明产褥期保健模式的重要性。由此,针对这一现象,急需一个新的产褥期护理模式,而最大的阻碍主要有以下两点:

1. 保健知识宣传不到位

医疗卫生机构的工作重点仍放在疾病的治疗上,对保健知识的宣传教育、健康指导投入较少。根据全国第三次卫生服务调查报告显示:2003年城市产妇产后保健率为46.4-61.8%,平均访视次数为2.6次,农村产妇产后保健率为40.4-61.8%,平均检查次数为2.1次,全国的产后访视率为53.3%。绝大部分产妇认为产褥期应该一直在家卧床休息且不应该进行活动,以免落下病根,正确的认识应该是产后早期适当运动有助于子宫复旧和恶露排出,但绝大部分产妇不知道这点。很多产妇认为产褥期不应该碰水,从而忽略了卫生问题,从而引发感染等一系列重要问题。这些正是因为没有科学的保健知识宣教,满足不了产妇对产后保健知识的需求,健康保健缺少从医院过渡到家庭的环节。尤其对于初产妇,大部分依靠自己的家人,不能带来科学的护理。

2. 产后康复行业快速发展存在弊端

由于二胎政策的开放以及社会经济水平的不断提高,在一些经济发达的城市及地区出现了各种形式新颖的产后保健形式,为产妇的产后保健提供了多种可能。月子市场规模将持续增大,预计未来几年我国月子中心将保持14%左右的年均复合增速,预计到2024年行业市场规模将接近310亿元,行业增长前景看好。但总体来看,该行业缺乏规范标准,发展状态并不稳定,我国目前的产后照护模式包括以产后母婴康复机构为中心、以助产士为中心、以社区服务为中心、以家庭为中心的产后照护几大模式,其中以产后母婴康复机构、居家康复为主要照护模式,但仍未形成各自成熟的运作模式,多处于无序生长的萌芽状态

^[2]，且我国产后康复行业发展不仅缺乏核心技术支持与专业人才，行业规范和准入门槛也尚不完善，市场发展仍道阻且长。

（二）产褥期科学护理重视程度低

目前，许多产妇对产褥期存在错误的观念，其实产褥期不仅仅是“坐月子”那么简单，真正的产褥期一般是42~56天。在这个时期，很多产妇并不重视，认为自己在家简单度过即可，对产褥期护理知识缺乏，也得不到科学护理，造成产褥期科学护理重视程度低主要有以下两点：

1. 宣传及相关知识宣教不到位

产妇的文化知识水平受限，不了解科学护理的相关知识及方法，所得到的相关宣传信息不到位，而产妇家属在没有接受科学指导下，对产妇进行护理，给产妇的生活带来了极大的不便，同时也增加了产褥期感染的发生率，再加上医院等部门未积极宣传，导致产妇没有专业人员来指导，做不到正确的引导，有一定的认知局限性。

2. 产妇深受传统观念影响

传统“坐月子”有着一整套从行为到饮食的严格“规矩”：要绝对保暖，即使夏天也要严遮全身；不能出门甚至不能下床，不能吹风，不能沾水，不能刷牙、洗脸、洗头，更不能洗澡；饮食方面要忌食生冷。近些年，传统禁忌中又加入了新内容，比如不能看电视、手机等^[3]。传统思想根深蒂固，不愿意接受新的方法与事物，即使给自己的生活带来极大不便，也认为老一辈的说法与做法才是最权威的。

（三）月子中心的服务与营销存有分歧

“月子中心”最吸引人的地方就是能提供专业的照顾与服务。月子中心所提供的服务主要包括母婴餐食、护理等，涉及住宿、餐饮、教育培训等多种功能，部分还涉及清理产妇伤口、新生儿急救、母婴健康监测等活动。但是在调研中我们也发现，月子中心机构普及程度较差，行业情况参差不齐；相关的法律法规尚未完善；月子中心消费过高，对产妇家庭的经济压力较大。月子中心的服务看似专业实则并不专业。据调查总结，顾客对服务担忧的原因主要有以下两点：

1. 月子中心的高消费现象的担忧

月子中心的运营成本主要包含前期硬件投入，人员成本以及物资投入。很多月子中心大都直接与五星酒店合作，在聘请或培训专业人员购买医疗设施，月子餐制作等方面的花费较大，成本决定着终端价格。在社交媒体上搜索“月子中心”，

映入眼帘的都是豪华的大床房、琳琅满目的营养餐，以及随之而来的标价20万甚至更高的天价服务套餐。因此，普通民众基本都被高昂的价格劝退，只有少数人可以享受月子中心的服务。以上海为例，60多家月子会所：有能力在大众点评及百度推广的大概十几家，但类似上海月子会所这样的关键词，在短短一个月中百度竞价就翻了一番，有的月子会所甚至大打价格战，这也恶化了月子会所的市场环境，随着监管部门的设立，对月子会所要求和规范会越来越多，可以预见，月子会所的运营成本会越来越高，竞争将白热化。

2. 月子中心处于无人监管的真空地带

随着“二孩”政策的全面实施，母婴护理服务需求日益旺盛，花高价去月子会所坐月子已经成为很多母亲的选择。然而，作为新兴的行业，“月子中心”的资质、服务质量和收费均无标准，监管也尚属空白。行业标准缺失，未对行业设置许可条件，“月子中心”的开办程序简单；法律体系滞后，目前尚无任何法律法规明确“月子中心”监管的主管部门，导致监管困难；“月子中心”服务参与者、从业人员素质良莠不齐，行业服务隐患多多由于实践中月子中心的实际经营范围除最基本的住宿、餐饮、护理等服务外，还包括美容美体、母婴用品销售等，确定监管主体的难度较大，长久以来相关立法与政策始终未直接明确月子中心的监管主体，造成各地区各部门对月子中心监管体制的解读与做法不同^[4]。

二、引导妇产产褥期理性选择护理方式的对策

（一）逐步完善产褥期保健模式

1. 大力发展新型产后恢复形式

随着中国经济的快速发展以及80、90后新一轮生育高峰的到来，中国产后行业进入一个巨大而快速增长的市场，发生着革命性的变化。产后行业是一个特殊的行业，是介于美学与医学之间而衍生出来的，一个专门针对妇女孕育前后身心所发生的变化而全方位调养的服务，是一个集专业、医学、美学的综合性体系项目。在众多因素的推动下，中国的产后恢复中心开始进入一个爆发阶段，大大小小的产后恢复中心应运而生，以迅猛之势快速占领了市场，但是因为这样的快速发展，导致行业鱼龙混杂，良莠不齐，有的企业甚至连资质都没有，加强行业监管及审批机制，完善市场准入政策，引导市场秩序的良好运行，国家给予政策及资金的支持，发展现代月子中心，产后家庭保健服务中心，家庭医疗保健服务等多种形式母婴保健服务促进母婴健康。进行高效率规模化的专

业培训，培养出专门的护理从业人员，提高从业者的素质，进而提升月子中心行业服务的整体水平。产后恢复行业的发展有三大法宝：一是跨界合作，打造帝国的必经之路；二是业内整合，市场发展的必然趋势；三是业务拓展，开辟新的发展途径。

2. 加强产后保健工作的宣传

在进行保健知识的宣传时应采取多种形式，对相关的知识进行普及。医院应建立有效的教育与宣传制度，开展产后知识讲座，进行产后检查指导，并且完善产褥期妇女保健内容，使妇女对产褥期保健及常见妇科病预防有深入了解，可以积极配合和参与产褥期保健护理，进一步提高自身保健知识水平，提升自我保健能力，为产妇的良好恢复奠定基础^[5]。在开展婚前保健、孕前保健、孕产期等生育健康保健工作的同时，争取妇联、工会、卫生、计生委等有关部门和新闻媒体等社会各界的关注和支持，促进育龄妇女和孕产妇对产后康复的了解，增强她们的产后康复保健意识。医院或社区也要对产妇进行产褥期保健指导、对母乳喂养困难、产后便秘、痔疮、会阴或腹部伤口等问题进行处理；发现有产褥感染、产后出血、子宫复旧不佳、妊娠合并症未恢复者以及产后抑郁等问题的产妇、应及时转至上级医疗卫生机构进一步检查、诊断和治疗。

（二）提高产褥期科学护理重视程度

1. 积极宣传相关知识，做好宣教工作

积极宣传产褥期科学护理的相关知识，医院会拥有妇产科、康复医疗团队等专家资源，通过孕期管理、产后康复训练指导、药物管理、心理支持等多种手段，保障妈妈和孩子的健康。产后康复更科学，医疗机构产后康复项目能针对产后妈妈出现的核心问题，比如腹直肌分离、盆底肌功能障碍等，采用医疗和非医疗手段进行科学康复，更有效、更安全。积极做好宣教是可以提高产妇及其家属认知度的。指导家属为产妇准备营养丰富、易消化食物，以迅速补充热量。产妇产褥期本身处于高凝状态，长时间卧床极易发生下肢静脉血栓，其次整日卧床会导致尿潴留及便秘。现在的理念是提倡产妇产后尽早下床活动，促进子宫复原，防止血栓形成。应尽早并坚持进行母乳喂养对婴儿及产妇都是非常有益的，保证了婴儿的健康成长，并有助于产妇的子宫复旧，身体复原，延长生育间隔。产褥期居室应清洁，明亮，保持适度通风，温湿度适宜，产妇应保持会阴清洁卫生，勤换会阴垫，勤换内衣裤。

2. 强化对家属等照顾者的健康指导工作

产妇在产褥期对新生儿的照护、日常护理等工作，都离不开家属的支持和帮助，在我国基层医护力量不足的大环境下，充分发挥家属在产妇产褥期护理中的作用，但鉴于家属缺乏系统性的护理知识和规范的护理技巧，医护人员可专门成立护理指导班，由经验丰富的心理医生、营养师和专业护师等组成指导团队，对产妇家属进行系统化、专业化的指导和培训工作，以此来充分发挥家属的照护作用，提高产褥期的科学护理^[6]。照顾者应富有高度责任心和爱心，多给她们鼓励和支持，并尽早地向产妇讲解早期母乳喂养的一些常遇问题，消除她们的紧张心理，使母乳喂养取得成功，有一良好开端。产妇第一次下床，可能



因姿势性低血压、贫血或空腹造成血糖下降而头晕,宜有家属或护理人员协助及陪伴。下床动作要慢,先坐于床缘,无头晕再下床。由于会阴伤口疼痛及生产时膀胱和尿道受损及压迫,可能在产后有解小便或解不干净的感觉,产妇应于产后2小时开始解小便,此时家属要给予支持陪伴。

(二) 规范月子中心服务的对策

1. 以提升客户满意度为导向

动态性的完善服务策略和服务内容,通过阶段性的调研获取客户的真实需求与建议,“月子中心”机构无论从服务还是环境上都应该遵从大多数产妇的意愿,领导阶层要加大培训力度,定向引导员工如何建立好更为优质的服务,并依据信息反馈及时调整自身的产品与服务,提高客户的满意度。“月子中心”应该完善相关的组织架构,包括岗位设置、部门划分、管理路线、组织阶层及上下级关系等。月子中心的部门主要可以分为运营部、质量管理委员会、护理部、客房部、财务部、膳食部、前台销售部、产后修复部门。各部门结合自身优势指定相关定性标准,实施效果监测,做出客观评价。做好环节管理是非常重要的,通过各种培训,考核,组织管理后形成的工作能力、服务项目及其工作流程或工作质量,环环相扣。妈妈护理、宝宝护理、消毒隔离、膳食配置等等环。此外,还应把控月子中心的质量控制,因为这是“月子中心”立足根本。

2. 统一管理主体,规范服务价格

“月子中心”的健康发展,离不开相关部门的监管。因此,可以在明确监管主体,强化其应有的行业规范、监督和管理职能的同时,建立起定期检查、及时反馈的监督机制。各地区的“月子中心”服务价格参差不齐,因此,物价部门要依据标准制定出价格的指导性标准,规范价格详细列表,从而使得服务价格更加公平、更加透明^[7]。

“月子中心”自身要具备照顾婴儿和产妇的能力,对“月子中心”的护理人员,可合作一些有资质标准的母婴机构进行岗前培训,培养重用相关专业人员。同时也要加强行业自律,提高行业经营者守法、诚信经营的经商意识。建议市场监管部门依据《价格法》的有关规定,引导与规范“月子中心”母婴护理服务行业经营者遵循公平、合法和诚信的原则定价。经营者定价的基本依据是生产经营成本和市场供求状况。

三、结语

产褥期是产妇恢复的重要时期。正确的产褥期

护理应为产妇带来实用的健康知识,纠正生活中的不良习惯。同时也能减少产妇的焦虑,指导产妇进行更加科学实用的护理,让身体尽快恢复至孕前状态。通过调查产妇产褥期对月子中心和传统方式的选择现状,剖析原因,从而有针对性地提出建议,让产妇在产褥期能根据自身情况理性的选择最为科学的护理模式,让产妇和婴儿能得到更高质量的护理,降低产褥感染的病发率。

参考文献:

- [1] 杨美剑.产褥期妇女保健新模式研究进展[J].实用妇科内分泌杂志(电子版),2017(02):12+14.
- [2] 龙丽琼.孕产妇对产后照护机构服务需求及其影响因素分析[D].海南医学院,2019.
- [3] 周洁.“坐月子”,你是传统派还是现代派[N].河北日报,2017-09-07(010).
- [4] 张晨韵,陈钰琪,李跃平,张雪晖,陈玉菁.月子中心监管对策研究——基于母婴权益保障视角[J].南京医科大学学报(社会科学版),2021,21(03):230-235.
- [5] 兰艳辉.当前产褥期妇女的保健知识和行为现状与解决措施研究[J].当代医学,2018,24(29):155-157.
- [6] 温美兰,李立双,吕红英.延续性护理对初产妇产后自我保健能力及新生儿护理技能的影响[J].数理医药学杂志,2020(09):1419-1420.
- [7] 于秀丽.“月子中心”的法律规范化研究[J].法制与社会,2019(11):145-146.

基金项目:河北省教育厅2021年国家级和省级大学生创新创业训练计划项目“基于产妇产褥期对新兴月子中心护理和传统方式选择的现状与对策研究”(编号S202114432025);河北省中医药康养照护研究重点实验室项目(编号:SZX2021025)。

作者简介:王晓晗(2001-),女,河北省衡水市人,河北中医学院,本科生,研究方向:助产学;张坤(2004-),女,河北省秦皇岛市人,河北中医学院,本科生,研究方向为助产学;朱盛荣(2000-),女,河北省承德市人,河北中医学院,本科生,研究方向为助产学。

通讯作者:石香云(1976-),女,河北石家庄人,硕士,副教授,主要从事大学生思想政治教育研究。