

多阶段健康教育模式对初次分娩后妇女避孕知识、行为及意外妊娠的影响

梁敏洪, 简凤萍 (广东省中山市博爱医院产科, 广东中山 528400)

摘要: **目的** 探讨多阶段健康教育模式对初次分娩后妇女避孕知识、行为及意外妊娠的影响。**方法** 400名初次分娩后妇女随机分为常规组和多阶段组, 每组200名。两组产后均接受常规的健康教育。多阶段组同时接受包含妊娠保健、避孕指导、个性化避孕措施建议、定期推送的产后避孕知识的产后多阶段健康教育。采用问卷法调查两组产后第180天的产后避孕知识知晓情况, 对比两组产后180 d内的避孕行为及1 a内的意外妊娠情况。**结果** 多阶段组妇女的产后避孕知识得分高于常规组, 产后180 d内恢复性生活时间较常规组迟, 平均性生活次数较常规组少, 产后开始避孕时间较常规组早, 使用避孕套避孕的比例高于常规组, 产后1 a内意外妊娠率低于常规组 (均 $P < 0.05$ 或 0.01)。**结论** 多阶段健康教育可提高初次妊娠产后妇女的避孕知识知晓率和采取避孕行为的比例, 具有一定的临床推广意义。

关键词: 多阶段健康教育; 初次分娩; 避孕知识; 意外妊娠

中图分类号: R 711

文献标志码: A

文章编号: 2096-3610(2021)06-0758-04

Effect of multi-stage health education on contraception knowledge, behavior and unintended pregnancy of women after first delivery

LIANG Min-hong, JIAN Feng-ping (Obstetrics Department, BOAI Hospital of Zhongshan, Zhongshan 528400, China)

Abstract: **Objective** To study the effect of multi-stage health education on contraception knowledge, behavior and unintended pregnancy of women after first delivery. **Methods** A total of 400 women after the first delivery were randomly divided into the Routine Group and Multi-stage Group, 200 cases in each group. Both groups received general health education, and Multi-stage Group simultaneously received postpartum multi-stage health education such as pregnancy healthcare, contraception guide, suggestions on personalized contraceptives, and regular pushing of contraceptive knowledge. Questionnaires were used to investigate the awareness of contraception knowledge of two groups at 180 days after delivery. Contraception behavior within 180 days after delivery and unintended pregnancy within 1a after delivery of two groups were compared. **Results** The Multi-stage Group had the score of postpartum contraception knowledge higher than the Routine Group, the resumption of sexual life later than the Routine Group, the average times of sexual life less than the Routine Group, the time to start the contraception after the delivery earlier than the Routine Group, the proportion of the use of condoms higher than the Routine Group and the rate of unintended pregnancy within 1a after delivery lower than the Routine Group ($P < 0.05$ or 0.01). **Conclusion** The multi-stage health education can improve the awareness of contraception knowledge in the women after the first delivery and increase the proportion of adopting contraceptives. It is worth clinical promotion.

Key words: multi-stage health education; first delivery; contraception knowledge, unintended pregnancy

初次分娩产后妇女意外妊娠是妇科门诊常见的问题之一。多数孕妇接受避孕教育的内容较少, 对避孕知识关注甚少。多阶段健康教育是通过分阶段实施各目标的形式, 加强被教育对象的参与度、强化健康教育效果的干预模式^[1]。本研究探讨多阶段健康教育对初次分娩产后妇女的避孕知识、行为和意外妊娠率的影响, 为其避孕教育提供实践依据。

1 资料和方法

1.1 观察对象

选择2016年8月至2018年8月在中山市博爱医院初次分娩后的妇女作为研究对象。本次研究的纳入标准: (1) 年龄 ≥ 18 岁; (2) 行顺产或剖腹产, 并产下活胎者; (3) 初次妊娠; (4) 产后2 a内暂不考虑生育者。排除标准: (1) 分娩后发生意外或严重疾病者; (2) 对本次健康教育内容无法理解者; (3) 患有其他疾病如精神疾病致其问答不能采信者; (4) 再婚或不良孕产史者。本研究在取得中山市博爱医院医学伦理学委员

收稿日期: 2020-10-29; 修订日期: 2021-03-16

作者简介: 梁敏洪(1977-), 男, 本科, 副主任医师

的批准,研究对象知情同意。按纳入和排除标准严格控制后最终获得400名研究对象。参考林淑杰等^[2],根据分娩顺序对妇女编号,通过查阅随机数字表用1~400号产生两组数量相等的随机数字(每组200个),将编号对应的妇女纳入相应的组别。随机选择其中一组接受常规的产后健康教育(以下简称“常规组”),另一组接受产后多阶段健康教育(以下简称“多阶段组”)。两组的年龄、民族、职业、教育程度、分娩方式差异均无统计学意义($P>0.05$),见表1。

1.2 方法

1.2.1 产后健康教育 常规组妇女在产后接受常规的健康教育,即由有经验的妇产科医师对其进行面对面的健康宣教,并发放包含产后避孕知识的健康教育的宣传资料。多阶段组在接受以上常规组妇女健康教育的基础上,增加以下健康教育内容:(1)第一阶段:在妊娠期间,所有孕妇均在我院孕产妇学校的接受≥1次妊娠保健知识学习;(2)第二阶段:产后第7天夫妻双方在我院孕产妇学校接受集中讲解的专门避孕指导理论课程,内容主要包括对产后生育间隔时间的指导、间隔时间意外妊娠的危害、产后排卵时间以及初次性生活的适宜时间、不同分娩方式的产后避孕指导等,每节课长为30 min,每次课程人数不超过10对夫妇,并对夫妻双方的保健疑问进行解答,确保夫妻双方已掌握避孕知识;(3)第三阶段:通过我院的分娩后指导中心,由有丰富经验的妇产科医师对产后42 d前来复诊的产妇进行恢复情况和生活情况的综合判断后,提出适合产妇的个性化避孕措施建议;(4)第四阶段:嘱咐患者关注我院微信公众号,定期学习平台推送的产后避孕知识。

1.2.2 产后避孕知识知晓情况调查 通过孕产妇学校嘱咐产妇在产后第180天回来复诊,采用自行设计的《产后避孕知识知晓情况调查表》对产妇进行产后避孕知识知晓情况调查,调查的内容主要为:产后生育间隔、产后恢复排卵时间、产后初次性生活的适宜时间、产后早期性生活的适宜频率、哺乳期是否需要采取避孕措施、产后可否采取体外射精的避孕方式、哺乳期不进行性生活是否有助于身体恢复、剖宫产后需严格避孕时间、哺乳期是否恢复第1次月经后才需

要避孕、使用宫内节育器避孕对身体有较大危害等10个条目,每个条目均设置A、B、C 3个选项,只有其中一个选项为正确答案,回答正确得1分,回答不正确得0分,累计所有条目得分为问卷总得分。

1.2.3 产后避孕行为和意外妊娠调查 分别在产后第180天对产妇的性生活恢复时间、产后开始避孕时间、产后性生活次数、避孕方式等进行调查,并在产后1 a对产妇的意外妊娠情况进行调查。

1.2.4 质量控制 产后健康教育由妇产科医师经过统一的培训并考核合格后负责。《产后避孕知识知晓情况调查表》由妇产科主管医师采用统一的询问方式进行调查。

1.3 统计学处理

采用SPSS 22.0进行统计分析,分别选用 χ^2 检验、 t 检验,检验水准 $\alpha=0.05$ (双侧)。

2 结果

2.1 产后避孕知识知晓情况

多阶段组妇女产后避孕知识知晓情况得分为(6.4±0.7)分,高于常规组的(5.2±0.6)分,差异有统计学意义($P<0.01$),详见表2。

2.2 产后避孕行为

多阶段组恢复性生活时间≥12周、平均性生活次数<2次、产后开始避孕时间<12周、使用避孕套避孕的比例均高于常规组($P<0.01$),详见表3。

2.3 产后意外妊娠率

多阶段组产后1 a内有10.0%发生意外妊娠,低于常规组的19.0%($P<0.05$)。

3 讨论

本研究发现,多阶段组研究对象在产后180 d内对产后妊娠知识的知晓得分高于常规组($P<0.01$),提示开展多阶段健康教育对于提高初次分娩妇女产后的避孕意识和认知水平有较好效果。一般认为,妇女产后子宫内膜恢复较快,部分妇女产后42 d内便基本恢复,在妇女产后尽快地开展避孕健康教育,具有重要意义。韩丽等^[3]指出,合理设计的多阶段健康教育

表1 两组研究对象的一般情况比较 (例)

组别	n	年龄/岁				职业		教育程度		分娩方式	
		<20	20~29	30~39	≥40	脑力	体力	中专及以下	大学及以上	顺产	剖腹产
常规组	200	33	66	59	42	87	113	122	78	104	96
多阶段组	200	29	64	57	50	79	121	116	84	96	104

两组比较均 $P>0.05$

表2 400名研究对象避孕知识知晓情况 (例)

编号	条目内容	常规组		多阶段组	
		回答正确	回答错误	回答正确	回答错误
1	请问妇女产后生育间隔至少为几个月	116	84	132	68
2	请问妇女恢复排卵是什么时候	103	97	126	74
3	请问妇女产后初次性生活的适宜时间是什么时候	104	96	138	62
4	请问妇女产后早期性生活的适宜频率为	118	82	136	64
5	妇女哺乳期不需要采取避孕措施	132	68	166	34
6	生产后可采取体外射精的方式避孕	104	96	129	71
7	哺乳期不进行性生活有助于身体恢复	75	125	112	88
8	剖宫产后需严格避孕多长时间	123	77	145	55
9	哺乳期恢复第1次月经后才需要避孕	66	134	99	101
10	使用宫内节育器避孕对身体有较大危害	89	111	105	95

表3 两组研究对象产后180 d内避孕行为情况比较 (例)

组别	n	恢复性生活时间/周		平均性生活次数/(次/周)		产后开始避孕时间/周		避孕方式		
		<12	≥12	<2	≥2	<12	≥12	避孕套	避孕药	其他
常规组	200	166	34	74	126	72	128	73	101	26
多阶段组	200	108 ^a	92	132 ^a	68	137 ^a	63	118 ^a	64 ^a	18

与常规组比较:^a*P*<0.01

使受教育者在一定时间内多次接触并不断巩固健康教育知识,提高健康教育的效率。但本调查发现,初次分娩后妇女对“哺乳期不进行性生活有助于身体恢复”“哺乳期恢复第1次月经后才需要避孕”“使用宫内节育器避孕对身体有较大危害”等认知程度低于50%,提示在产后妇女的健康教育中,应改进健康教育内容和方式,重点加强对以上内容的解释与指导,提高健康教育的效率。

本研究发现,多阶段组在产后180 d内≥12周恢复性生活和平均性生活次数<2次/周的比例高于常规组(*P*<0.01),这可能与多阶段健康教育提高了初次分娩后妇女的避孕知识,从而促进其避孕的信心、行为有关^[4]。研究表明,产后子宫内膜恢复是复杂的过程,涉及胎盘附着处表面组织的衰老、梗死、脱落和再生,且容易受外界因素的影响,因此,在产后12周以上恢复性生活对于促进子宫内膜恢复,避免子宫内膜炎、盆腔炎等疾病有重要意义^[5]。

本次研究中400名初次分娩妇女产后一年内意外妊娠率为14.50%。魏凤玲等^[6]指出,部分产后夫妇认为产后不需要采取避孕措施,对避孕开始时间认知较差。研究表明,妇女在产后12周开始避孕对于预防产后1 a内意外妊娠有重要意义^[7]。本研究发现,多阶段组研究对象在产后12周内开始避孕的比例高于

常规组,提示多阶段健康教育有助于提高妇女的避孕意识和行为。此外,本文结果显示,多阶段组研究对象采取避孕套避孕者多于常规组(*P*<0.01),提示多阶段健康教育有助于促进初次分娩妇女采取有效且损害较小的避孕方式。

参考文献:

[1] 罗东雷,郭靖涛,周江,等.三阶段健康教育对急性心肌梗死PCI治疗患者的影响[J].心脑血管病防治,2019,19(6):576-578.

[2] 林淑杰,苏丽,孙红波,等.精准护理干预用于67例轻度妊娠期高血压患者中的价值分析[J].实用妇科内分泌电子杂志,2019,6(12):171-175.

[3] 韩丽,孙名超.多阶段健康教育对2型糖尿病合并冠心病患者血糖波动及治疗依从性效果评价[J].中国预防医学杂志,2020,21(3):325-329.

[4] 卿周明,曾双云,张笔墨.“知行信”理论为指导的健康教育模式对关节置换术患者疼痛知识认知程度和用药依从性的影响[J].国际护理学杂志,2020,39(16):2946-2949.

[5] 余静,杨雅莉,王辉,等.葆宫止血颗粒用于产后出血的临床观察[J].中华中医药学刊,2019,37(10):2507-2510.

[6] 魏凤玲,宋振,董胜雯.102例妇女产后避孕影响因素分析[J].国际生殖健康/计划生育杂志,2014,33(4):289-292.

[7] 张伟,刘建花.上海市中心城区产后妇女避孕现状研究[J].中国妇幼保健研究,2020,31(6):832-835.