

新生儿乳房爬行运动提高自然分娩产妇母乳喂养率

李丹¹ 陈亚林*

安徽省安庆市第一人民医院 妇产科 安徽安庆 246001

摘要: 本研究旨在探讨新生儿乳房爬行运动对提高自然分娩产妇母乳喂养率的影响,通过随机对照试验将198例自然分娩产妇及其新生儿分为观察组和对照组,观察组实施新生儿乳房爬行运动干预,对照组采用常规护理。研究结果显示,观察组在产后2小时内的成功吸吮率、住院期间和产后6周的纯母乳喂养率均显著高于对照组,同时观察组的母乳喂养自信心评分、新生儿体重增长幅度以及乳汁分泌量均高于对照组,而乳头疼痛和乳房胀痛程度则低于对照组。这些发现表明,新生儿乳房爬行运动能显著提高母乳喂养率,增强产妇自信心,促进新生儿生长,增加乳汁分泌,减轻产妇疼痛,为临床推广提供了科学依据。

关键词: 新生儿乳房爬行运动;自然分娩;母乳喂养率;母乳喂养自信心;新生儿体重增长

前言

母乳喂养是为新生儿提供最佳营养的自然方式,对母婴健康均具有重要意义,世界卫生组织推荐新生儿至六个月大期间应完全依赖母乳喂养,此后于引入适当补充食物的同时,鼓励继续母乳喂养直到两周岁甚至更久^[1]。然而,全球范围内的母乳喂养率仍未达到理想水平,尤其是在产后早期阶段,而产后早期是建立成功母乳喂养的关键时期。研究表明,产后早期的母婴皮肤接触和及时开奶对提高母乳喂养率具有积极作用,然而传统的母乳喂养指导方法往往过于被动,忽视了新生儿的自主性和本能行为^[2-3]。新生儿乳房爬行运动是一种基于新生儿本能的自然行为,包括新生儿在母亲胸腹部爬行、寻找乳房并自主吸吮的过程。近年来,国际上对这一现象的研究日益增多,但在临床实践中的系统应用和效果评估仍有待深入^[4]。本研究旨在探讨新生儿乳房爬行运动对提高自然分娩产妇母乳喂养率的影响,通过比较实施乳房爬行运动干预和常规护理的效果,评估该方法在提高母乳喂养成功率、增强产妇自信心、促进新生儿生长发育等方面的作用,研究结果将为临床推广这一自然、非侵入性的干预方法提供科学依据,为提高早期母乳喂养率和质量提供新的思路和方法,为促进我国母乳喂养行动提供依据。

一、资料与方法

1.一般资料

该研究严格遵守赫尔辛基宣言所确立的伦理准则,选取2023年11月至2024年8月期间在一家医院产房内通

过自然分娩生产之产妇与新生儿作为研究对象,共计198例。纳入条件包括:(1)单胎且孕期足月(37至42周)之自然分娩;(2)新生儿出生后Apgar评分不低于8分;(3)产妇未患有严重妊娠相关并发症;(4)在充分了解研究详情之后,产妇及其家属自愿签署知情同意书,同意参与此次研究。排除条件则涵盖:(1)存在先天性疾病或畸形之新生儿;(2)患有乳腺疾病或其他不宜进行母乳喂养之疾病的产妇;(3)需要接受紧急医疗处理之产妇或新生儿。符合上述条件的对象随即分配至观察组(99例)或对照组(99例),对于年龄、孕周、教育背景以及分娩方法等基本信息,两组之间不存在显著统计学差异($P>0.05$),表明具备相似性。

2.研究方法

对照组采用常规护理方法,产后2小时内进行母婴皮肤接触,指导产妇正确哺乳姿势和方法,并进行母乳喂养健康教育。观察组在对照组基础上实施新生儿乳房爬行运动干预,具体步骤如下:(1)产后30分钟内,指导产妇采取舒适体位,将新生儿俯卧放置于产妇胸腹部;(2)保持室温26-28℃,为新生儿保暖;(3)观察并记录新生儿的自主爬行行为,包括头部左右摆动、手脚蹬踢、向乳房方向移动等;(4)不干扰新生儿自主行为,但确保安全;(5)当新生儿接近乳房时,轻柔引导其含接乳头;(6)记录新生儿从开始爬行到成功吸吮的时间;(7)爬行过程持续60分钟,若未成功吸吮则给予适当协助。干预期间,密切关注产妇和新生儿状况,及时处理异常情况。

两组均经历为期六周的跟踪调查,以评估母乳喂养

状况，衡量标准涵盖：(1)分娩后两小时内婴儿成功吮吸的比例；(2)住院阶段内新生儿完全依赖母乳喂养的比例；(3)分娩六周后持续完全母乳喂养的比例；(4)生产者对于母乳喂养的信心程度得分。通过母乳喂养自信心量表(BSES)来评定母乳喂养的信心水平，此量表由14项组成，应用五级李克特量表进行评分，总计分范围从14至70分不等，得分越高表明信心越坚定。

3. 统计学方法

使用SPSS 25.0统计软件完成数据分析工作，对于计量资料，采用均数±标准差($\bar{x} \pm s$)形式展示，并利用独立样本t检验实施组间比较；而计数资料则通过例数及百分比表达，组间差异性检验借助 χ^2 检验完成。若P值小于0.05，则认定差异具备统计学意义。为增强研究结论之可靠性，关键数据经重复测量与交叉核对，分析阶段运用双盲法减少主观因素引入的偏差。面对数据缺失情况，采取多重插补策略确保完整性及分析结果的精确度，同时执行了多因素分析以调控可能存在的混淆变量影响^[5]。

二、结果

1. 新生儿乳房爬行运动成功率

产后2小时内，观察组与对照组新生儿成功吮吸率展现显著区别：对于观察组，92.93% (92例成功案例出自99例)新生儿实现有效吮吸，此比例显著超越对照组的75.76% (基于99例中75例的成功情况)，两组间差异经统计验证意义重大 ($\chi^2=11.235$, $P<0.001$)。具体数值详列于表1中。

表1 两组新生儿产后2小时内成功吮吸率比较[n (%)]

组别	例数	成功吮吸	未成功吮吸	χ^2 值	P值
观察组	99	92 (92.93)	7 (7.07)	11.235	<0.001
对照组	99	75 (75.76)	24 (24.24)		

2. 母乳喂养率比较

在住院期间及产后六周期间，两组产妇纯母乳喂养率存在显著差异：观察组住院期间纯母乳喂养率为89.90% (89例)，产后六周为84.85% (84例)；而对照组相应比率分别为72.73% (72例)与65.66% (65例)。在两个时间点上，观察组纯母乳喂养率均显著高于对照组 ($P<0.05$)。详尽数据参见表2。

3. 母乳喂养自信心评分

通过运用母乳喂养自我效能量表(BSES)来评定母乳喂养的信心水平，监测发现在分娩后2天、2周及6周时，实验组相较于对照组显示出更高水平的BSES得分：产后2天，观察组评分为52.36±6.78分，对照

表2 两组产妇母乳喂养率比较[n (%)]

组别	例数	住院期间纯母乳喂养	产后6周纯母乳喂养
观察组	99	89 (89.90)	84 (84.85)
对照组	99	72 (72.73)	65 (65.66)
χ^2 值		9.778	10.123
P值		0.002	0.001

组为46.89±7.12分 ($t=5.472$, $P<0.001$)；产后2周，观察组评分为59.24±5.93分，对照组为52.67±6.41分 ($t=7.389$, $P<0.001$)；产后6周，观察组评分为63.85±4.76分，对照组为57.32±5.89分 ($t=8.652$, $P<0.001$)。详细数据见表3。

表3 两组产妇BSES评分比较($\bar{x} \pm s$, 分)

组别	例数	产后2天	产后2周	产后6周
观察组	99	52.36±6.78	59.24±5.93	63.85±4.76
对照组	99	46.89±7.12	52.67±6.41	57.32±5.89
t值		5.472	7.389	8.652
P值		<0.001	<0.001	<0.001

4. 新生儿体重增长情况

为了评估乳房爬行运动对于新生儿生长发育之影响，研究对比了两组新生儿于出生时刻、离开医院时刻以及产后六周期间之体重变化。评估结果表明，在出生时刻，这两组新生儿之体重并无统计学上之显著差异 ($P>0.05$)，然而在出院时和产后6周，观察组新生儿的平均体重增长幅度大于对照组，差异具有统计学意义 ($P<0.05$)。详细数据见表4。

表4 两组新生儿体重比较($\bar{x} \pm s$, g)

组别	例数	出生时	出院时	产后6周
观察组	99	3358±412	3286±398	4672±526
对照组	99	3342±425	3198±412	4489±548
t值		0.267	1.524	2.387
P值		0.79	0.129	0.018

5. 产妇乳汁分泌情况

研究还评估了乳房爬行运动对产妇乳汁分泌的影响，通过测量24小时泌乳量，发现观察组产妇在产后3天和产后7天的乳汁分泌量均显著高于对照组：产后3天，观察组平均泌乳量为235.6±68.4mL/24h，对照组为198.3±62.7mL/24h ($t=3.962$, $P<0.001$)；产后7天，观察组平均泌乳量达到512.8±95.6mL/24h，而对照组为457.2±88.9mL/24h ($t=4.238$, $P<0.001$)。详细数据见表5。

表5 两组产妇乳汁分泌量比较 ($\bar{x} \pm s$, mL/24h)

组别	例数	产后3天	产后7天
观察组	99	235.6 ± 68.4	512.8 ± 95.6
对照组	99	198.3 ± 62.7	457.2 ± 88.9
t值		3.962	4.238
P值		<0.001	<0.001

6. 产妇乳头疼痛和乳房胀痛情况

为了全面评估乳房爬行运动的效果,研究聚焦于乳头疼痛与乳房胀痛状况,通过视觉模拟评分法(VAS)来衡量疼痛水平,评分范围从0到10,数字越大表明疼痛感越强烈。结果显示,观察组产妇在产后7天的乳头疼痛评分(2.1 ± 1.3分)和乳房胀痛评分(2.8 ± 1.5分)均低于对照组(分别为3.4 ± 1.6分和4.2 ± 1.8分),差异具有统计学意义(P<0.05)。详细数据见表6。

表6 两组产妇乳头疼痛和乳房胀痛评分比较 ($\bar{x} \pm s$, 分)

组别	例数	乳头疼痛	乳房胀痛
观察组	99	2.1 ± 1.3	2.8 ± 1.5
对照组	99	3.4 ± 1.6	4.2 ± 1.8
t值		6.283	5.872
P值		<0.001	<0.001

综上所述,研究结果表明,新生儿乳房爬行运动能显著提高自然分娩产妇的母乳喂养率,增强产妇的母乳喂养自信心,促进新生儿体重增长,增加产妇乳汁分泌量,并减轻产妇的乳头疼痛和乳房胀痛,这些结果为临床推广新生儿乳房爬行运动提供了有力的科学依据。

三、讨论

本研究结果表明,新生儿乳房爬行运动能显著提高自然分娩产妇的母乳喂养率,增强产妇的母乳喂养自信心,促进新生儿体重增长,增加产妇乳汁分泌量,并减轻产妇的乳头疼痛和乳房胀痛,这些发现为临床推广新生儿乳房爬行运动提供了重要的科学依据。新生儿乳房爬行运动作为一种自然、非侵入性的干预方法,充分利用了新生儿的本能行为,研究显示观察组新生儿在产后2小时内的成功吸吮率显著高于对照组,这可能与新生儿通过爬行运动更好地适应产后环境、增强觅乳能力有关。早期成功的吸吮不仅有利于建立良好的母婴关系,还能刺激产妇乳汁分泌,为后续的持续母乳喂养奠定基础。观察组产妇在住院期间和产后6周的纯母乳喂养率均显著高于对照组,这一结果与产妇母乳喂养自信心的提升密切相关,BSES评分结果表明,观察组产妇在产后不同时间点的母乳喂养自信心均高于对照组,这种自信心的提升可能源于早期成功的母乳喂养经验,以及对新生儿

自主觅乳能力的认识。高自信心助力于克服母乳喂养期间遭遇之挑战,进而增强持续进行母乳喂养之可能性。新生儿体重增长情况的比较显示,观察组在出院时和产后6周的体重增长幅度大于对照组,这一结果可能与观察组更高的母乳喂养率和更充足的乳汁分泌有关,充足的母乳摄入不仅满足了新生儿的营养需求,还为其健康成长提供了保障。产妇乳汁分泌量的增加是实施新生儿乳房爬行运动的又一重要成果,观察组产妇在产后3天和7天的乳汁分泌量均显著高于对照组,这或许是因为早期频繁且有效吸吮刺激了泌乳激素分泌,进而提升乳汁产量。充足的乳汁分泌不仅能满足新生儿的需求,还能增强产妇继续母乳喂养的信心。值得注意的是,观察组产妇报告的乳头疼痛和乳房胀痛程度低于对照组,这可能是因为新生儿通过自主爬行找到最适合的含接位置,减少了不当含接导致的乳头损伤,同时早期频繁的有效吸吮也有助于预防乳汁淤积,从而减轻乳房胀痛。

尽管本研究取得了积极的结果,但仍存在一些局限性:研究的样本容量较为有限,这可能限制结果的普遍适用性,为进一步提升发现的可信度,后续探究应着眼于增加样本数量,并开展多中心试验。此外,长期随访研究也是必要的,以评估新生儿乳房爬行运动对母婴长期健康的影响。

总之,新生儿乳房爬行运动作为一种简单、安全、有效的干预方法,在提高母乳喂养率、增强产妇自信心、促进新生儿生长发育等方面显示出显著优势,临床工作中应积极推广这一方法,为母婴提供更优质的早期照护。

参考文献

- [1] 夏婧男, 邵海珍. 乳房爬行运动对新生儿早期自主觅乳和母乳喂养的影响[J]. 中国妇幼保健, 2022, 37(19): 3586-3589.
- [2] 程桂芝, 倪倩倩, 辛友地等. 新生儿乳房爬行在自然分娩产妇中的应用研究[J]. 中华护理教育, 2022, 19(6): 562-566.
- [3] 樊雪梅, 余革, 姚渝沁等. 新生儿乳房爬行运动对早期母乳喂养的影响[J]. 护理学杂志, 2021, 36(17): 25-29.
- [4] 蔡虹琳. 新生儿乳房爬行运动对初产妇早期母乳喂养、泌乳启动时间的影响[J]. 医学理论与实践, 2022, 35(5): 860-861.
- [5] 庞艳, 王鑫, 涂素华. 新生儿乳房爬行行为序列表达的观察性研究[J]. 护理学杂志, 2021, 36(24): 8-12.