

# 妊娠期高血压患者的心理护理

张晓莲

(阿坝藏族羌族自治州人民医院 四川 马尔康 624000)

妊娠是女性生命历程中重要的阶段，该阶段女性的生理和心理都会产生较大的转变。妊娠期孕妇自身的身体健康状态是与宝宝生命健康息息相关的，故关注妊娠期孕妇的生命健康是非常重要的护理内容。妊娠期高血压作为孕妇怀孕期间常见又特有的产科并发症，严重威胁着产妇的生命安全，此外也容易导致早产、新生儿体重偏低等不良情况。妊娠期高血压患者除了需要接受必要的常规检查和治疗，优质的护理也是至关重要的。故本文主要针对妊娠期高血压患者的心理护理内容作出介绍。

## 1. 妊娠期高血压概述

妊娠期高血压指的是孕妇在妊娠期间收缩压高于 140mmHg 或者舒张压高于 90mmHg 的情况。妊娠期高血压的高发时期为妊娠第 24 周的时候，患者普遍会表现出尿蛋白升高、水肿、血压异常升高的情况，随着病情的不断加重，患者会逐渐出现短暂意识障碍、心输出量不足等情况，如果没有及时控制病情，可能会造成患者全身脏器损伤，严重者甚至会出现死亡的现象。

## 2. 妊娠期高血压患者的心理特征

### 2.1 恐惧心理

妊娠期高血压的主要患病群体为初产妇，由于初次经历妊娠又出现妊娠期高血压的情况，孕妇自身对于妊娠期高血压的认识不足或者从他人那里听到言过其实的信息，就会出现恐惧心理。此外，随着妊娠分娩日期的不断接近，孕妇的内心会愈发紧张，在长期精神紧张的状态下，其恐惧感也会逐渐加深。

### 2.2 焦虑心理

焦虑心理主要源于孕妇对自身生命健康和胎儿安全的担忧。妊娠期高血压患者普遍会出现担忧疾病是否会影响分娩，产后是否会出现后遗症等，产妇的焦虑值越高，中枢神经系统功能就愈发受阻，血压也可能会因此升高。

### 2.3 抑郁心理

如果孕妇在患病期间过分担忧，以至于出现夜不能寐，食难以下咽的情况时，就很有可能是出现了妊娠期抑郁症。其中，轻度的抑郁孕妇表现为神色自然，但内心很压抑郁闷，而且不愿和他人交流；中度抑郁孕妇则神色憔悴，倦怠疲懒；重度抑郁孕妇表现更为明显，诸如表现为整天唉声叹气、情绪不佳，严重者甚至出现想要轻生的念头。

## 3. 妊娠期高血压患者的心理护理内容

妊娠期高血压患者的心理护理也一直以来是临床妇科护理工作的重要内容。心理护理的内容包括知识健康宣教、疾病护理内容推广等，同时为了切实提高心理护理质量，保障广大孕妇患者的生命健康，更是实施了不同时期的针对性心理护理内容。

### 3.1 孕期心理护理

孕期孕妇出于对疾病的认识程度不足，以及担忧疾病对自身和胎儿的影响而出现诸多不良心理状态，故需要护理人员进行孕期内的专门护理。护理人员在孕期为孕妇进行检查时，必须遵循温和、专业的态度，以通俗易懂的语言为孕妇讲解检查的过程和内容，以消除孕妇的紧张感；如果孕妇被确诊为妊娠期高血压，那么护理人员必须如实

将病情告知患者及患者家属，同时简要将病情的严重程度令患者获悉，为了增强孕妇抵御疾病的信心，可以展示相关的成功分娩案例以安抚孕妇的不安情绪。令孕妇意识到平日保持稳定情绪的重要性，否则可能会促使血压异常升高、加重病情等状况。最后，护理人员可以指导患者如何进行平日自我护理，如胎心记录等，便于患者自我掌握病情的变化，以及疾病是否对胎儿或孕妇产生影响等。

### 3.2 分娩前心理护理

孕妇的心理焦虑通常情况下都是随着分娩期的临近而逐渐加重的，对于妊娠期高血压患者而言，该阶段不仅担忧分娩的安全性，还会担心疾病是否会对胎儿和分娩产生影响。故该阶段的护理需要以分娩知识的介绍为主，护理人员在对孕妇实施产前检查时，需要结合孕妇的各项指标作出分析，让孕妇客观认识到自己的病情与分娩的关系。然后，针对孕妇对分娩的担忧，护理人员可以向其介绍分娩的相关流程，包括产程、分娩阵痛等，并详细说明不同分娩方式的优点和缺点，同时展示出医护人员专业的分娩操作能力，让孕妇在分娩期得到充分的安全感。对于恐惧感十分明显的孕妇，可以让其知道分娩时还可以让家属陪同，整个分娩过程都能得到全方位的专业护理，故不必过于担忧。

### 3.3 分娩期心理护理

分娩主要包括三个产程，不同产程产妇的分娩状态不同，心理状态也相应不同，故会开展针对性的产程护理。第一产程的护理主要内容为监测产妇的血压值、胎心变化等，然后需要对孕妇进行抚摸和按摩等护理，主要目的是缓解产妇的宫缩时产生的疼痛，护理人员也可以搀扶产妇适当的进行行走活动；第二产程患者的焦虑情绪比较明显，产妇的阵痛有所减少，需要护理人员给予分娩指导，如何正确的进行呼吸，因为正确的呼吸能够增加腹压，促进胎儿的娩出，以及如何用力等，护理人员需要使用鼓励式的语言安慰产妇，争取获得孕妇的配合和支持；第三产程时，产妇的情绪可能是最激动的时候，由于胎儿的成功娩出，产妇的血压会出现骤升的情况，此时就可能引起大出血的危急情况，故此时安抚产妇的情绪是最为重要的。

### 3.4 产后心理护理

产后的心理护理也不可忽视，产妇在分娩后经常会出现血压升高的情况，故建议护理人员需要及时和产妇进行沟通，掌握产妇的心理状态变化，并给予针对性的护理。

### 4. 结语

妊娠期高血压患者的心理护理需要结合不同时期产妇的心理需求和心理状态而定。孕期注重对疾病知识的科普、分娩前注重对分娩知识的讲解、分娩期间以不同产程的心理变化为准，产后以安抚产妇的情绪为主。

作者简介：姓名：张晓莲；性别：女；出生年月日：1982.10.14；学历：本科；籍贯：内江；

目前职称及职务：主管护师/院感科干事；主要研究方向：妇产科护理。