DOI:10.16016/j.1000-5404.201505138

乳房按摩联合仙人掌、芦荟冷敷改善产妇产后乳汁淤积

邓青春,孟 珊,冯春雨,潘英连,常 青 (400038 重庆,第三军医大学西南医院妇产科)

[摘要] **目的** 分析乳房按摩联合仙人掌、芦荟交替冷敷对产妇产后乳汁淤积的改善效果。**方法** 将2013年1月至2014年7月至本院产科门诊就诊的产后发生单纯乳汁淤积、无其他病理因素的152例产妇按治疗方式分为3组:乳房按摩联合仙人掌、芦荟交替冷敷治疗组(联合组,50例),仙人掌及芦荟冷敷组(单纯冷敷组,52例)和单纯乳房按摩组(单纯按摩组,50例)。通过统计学分析比较3组产妇治疗后母乳喂养情况、乳房胀痛程度和疼痛评分。**结果** 乳房按摩联合冷敷治疗组母乳喂养者显著多于单纯按摩组或者单纯冷敷组($P<0.01$),乳房肿胀硬度及疼痛评分显著低于其他2组($P<0.01$)。**结论** 乳房按摩联合仙人掌、芦荟冷敷治疗能够有效改善产妇产后乳汁淤积。

[关键词] 乳房按摩;仙人掌;芦荟;乳汁淤积
[中图法分类号] R454.4; R454.5; R714.3 [文献标志码] A

Clinical efficiency of massage treatment combined with topical cactus and aloe on puerperal milk stasis

Deng Qingchun, Meng Shan, Feng Chunyu, Pan Yinglian, Chang Qing (Department of Gynecology and Obstetrics, Southwest Hospital, Third Military Medical University, Chongqing, 400038, China)

[**Abstract**] **Objective** Puerperal milk stasis is one of the most common puerperal complications that directly affects breastfeeding. This article was to determine the efficiency of massage treatment with topical cactus and aloe for puerperal milk stasis. **Methods** A total of 152 lying-in women who admitted to our outpatient department for puerperal milk stasis without pathological causes from January 2013 to July 2014 were enrolled in this study. They were randomly divided into the intervention group (massages with cactus and aloe cold compresses, $n=50$), cold compress group (cactus and aloe cold compresses, $n=52$) and the simple massage treatment group ($n=50$). The efficacies of the treatments were evaluated by comparing their breast feeding, hardness and pain after treatment among the 3 groups. **Results** The breast feeding rates were significantly higher in the intervention group than the cold compress group and the simple massage treatment group ($P<0.01$). Breast hardness and pain score were also reduced in the former than the latter 2 groups ($P<0.01$). **Conclusion** Massage treatment combined with topical cactus and aloe cold compress effectively improves the puerperal milk stasis.

[**Key words**] breast massage; cactus; aloes; milk stasis

Supported by the Project of Chongqing Municipal Commission of Science and Technology (WX2015-005). Corresponding author: Chang Qing, E-mail: cqli99@163.com

母乳喂养因能增强宝宝的免疫力而被广大产妇所重视,但由于产后疲劳、疼痛、精神忧虑、乳房早期刺激不足等因素,导致产妇在产后因为乳腺管堵塞,乳汁得不到及时排空而出现产后乳汁淤积,表现为不同程度的乳房胀痛,乳房逐渐胀实、变硬,触之疼痛[1]。乳汁淤积如果得不到有效治疗,就会进一步发展为乳腺炎,甚至乳腺脓肿。因此,改善产妇产后乳汁淤积是母乳喂养成功的关键。

目前治疗乳汁淤积的方法主要有乳房按摩、热敷或者冷敷、针灸、甘蓝叶敷贴、超声理疗[2-3]等。手法

[基金项目] 重庆市科学技术协会项目(WX2015-005)
[通信作者] 常 青,E-mail:cqli99@163.com
[优先出版] http://www.cnki.net/kcms/detail/51.1095.R.20151124.0853.010.html(2015-11-24)

按摩乳腺淤积部位能有效疏通乳腺淤积,而芦荟具有抗炎、消肿、止痛的功效,仙人掌也被公认为可以抗菌和消炎[4-5]。本研究将观察手法按摩联合芦荟和仙人掌冷敷改善乳汁淤积的效果。

1 对象与方法

1.1 研究对象

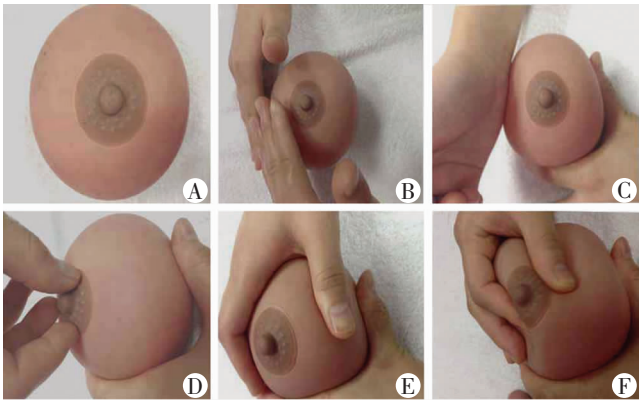
收集2013年1月至2014年7月至本院产科门诊治疗产后乳汁淤积产妇200例(其中失访48例),年龄20~35岁,在37~41周分娩,其中顺产125例,剖宫产27例。所有产妇无妊娠合并症及并发症,为单胎妊娠,新生儿出生情况正常,吸吮能力正常,无母乳喂养禁忌;同意采用乳房按摩及仙人掌、芦荟冷敷治疗乳胀。纳入标准:确诊乳汁淤积,乳房皮肤发红,乳房疼痛,乳房局部肿块。排除标准:对芦荟或者仙人掌过敏,确诊乳腺脓肿、乳腺肿瘤、皮肤烧伤、其他严重并发症。200例乳汁淤积产妇分为3组,联合组:62例,接受乳房按摩联合仙人掌、芦荟交替冷敷治疗,失访12例;单纯按摩组:60例,单纯接受乳房手法按摩治疗,失访10例;单纯冷敷组:78例,单纯接受仙人掌、芦荟冷敷治疗,失访26例。3组在年龄、体质量、孕周等一般资料比较差异无统计学意义($P>0.05$,表1)。所有研究对象签署知情同意书,该研究获得本院伦理委员会批准。

1.2 芦荟、仙人掌准备

重庆农林大学农业园提供采集的新鲜仙人掌、库拉索芦荟叶,由专业药剂师检验符合药用标准及药物制备,称取200 g新鲜芦荟叶用蒸馏水洗净,研碎提取芦荟汁储存于4 ℃备用。仙人掌叶去除刺,蒸馏水洗净,称取200 g研碎混匀至形成胶状,汁储存于4 ℃备用。

1.3 乳房按摩步骤及方法

按摩准备:保持环境清洁舒适,注意保护患者隐私,清洁毛巾备用。产妇取坐位或平卧位,按摩医师洗净双手,暴露一侧乳房,腋下及乳房周围垫清洁毛巾。疏松乳房:用2~3根手指由乳房底部沿放射线向乳头轻轻按摩,可辅以手指轻轻弹琴状拍打。疏通肿块:用手掌小鱼际肌按摩乳腺肿块。排空乳汁:然后用拇指和食指放在乳晕周边不断变化位置,交替进行两种手法挤出乳汁,持续20~30 min,直至一侧乳房排空,然后换至另一侧乳房(图1)。在若乳胀缓解,乳腺疏通之后可让新生儿吸吮。



A:按摩前准备;B:疏松乳房;C:疏通肿块;D:疏通乳头;E:排空乳汁;F:排尽乳汁

图1 乳房按摩的步骤和手法

注意事项:按摩乳房时要注意观察产妇情况,如遇乳头破溃时应暂时停止按摩,破溃处皮肤可与自身乳汁或是羊脂膏涂抹,促进皮肤愈合。若产妇身体不适,感觉疼痛难忍,应暂停按摩,可休息10 min或是进食后继续。按摩时要注意保护患者隐私。

1.4 治疗方法

联合组的产妇采用上述手法按摩乳房,在按摩前后均用预先制备的仙人掌及芦荟凝胶冷敷15 min;单纯按摩组采用上述手法按摩乳房,单纯冷敷组用预先制备的仙人掌及芦荟凝胶冷敷乳房15 min。以上治疗均每天1次,持续7 d。

1.5 观察指标

观察治疗后7 d母乳喂养情况,观察治疗后乳房肿胀、硬度。①母乳喂养方式分为:完全母乳喂养、需添加配方奶或是代乳品配合母乳混合喂养和完全人工喂养。②乳房肿胀硬度评分:乳房硬度分为3度,Ⅰ度:触之如嘴唇,为正常或轻度胀痛;Ⅱ度:触之如鼻尖,为中度胀痛;Ⅲ度:触之如额头,为重度胀痛。③乳房疼痛评分:产妇乳房疼痛采用线性视觉模拟评分法(VAS),分为轻度(<4分),中度(4~7分),重度(>7~10分)。

表1 3组患者临床资料

组别	例数	年龄(岁)	体质量(kg)	孕周(周)	分娩方式(例)	
					经阴道分娩	剖宫产
联合组	50	25.84±9.83	72.46±4.47	38.00±2.52	39	11
单纯冷敷组	52	25.74±3.63	74.00±5.30	38.41±1.02	45	7
单纯按摩组	50	25.84±3.93	73.04±3.92	39.00±2.49	41	9
*P*值		0.90	0.30	0.34	0.53	

表 2 3 组患者治疗后母乳喂养、乳房肿胀硬度、疼痛程度及疼痛评分比较[例(%)]

组别	例数	喂养方式			乳房肿胀硬度			疼痛程度			疼痛评分	
		完全母乳喂养	配方奶、母乳混合	人工喂养	Ⅰ度	Ⅱ度	Ⅲ度	轻度	中度	重度	治疗前	治疗后
联合组	50	36	12	2	34	11	5	42	4	4	4.34±1.32	2.36±2.27
单纯冷敷组	52	28	15	9	23	25	4	26	22	4	4.58±1.81	3.71±2.28
单纯按摩组	50	10	32	8	8	31	11	31	6	13	4.04±1.63	3.54±1.29
P 值		<0.01			<0.01			<0.01			0.241	0.001

1.6 统计学分析

采用 SPSS 16.0 统计软件,计量资料以 $\bar{x} \pm s$ 表示,3 组间均数比较采用单因素方差分析或协方差分析,计数资料比较采用 χ^2 检验。

2 结果

联合组母乳喂养率高于单纯按摩组和单纯冷敷组($P<0.01$);与单纯按摩组、单纯冷敷组比较,联合组能有效改善乳腺淤积引起的乳房肿胀,减轻乳汁淤积引起的疼痛($P<0.01$,表 2)。

3 讨论

目前针对乳汁淤积治疗的方法有手法按摩、甘蓝叶敷贴等,通过按摩乳房表面达到疏通乳汁的效果,在治疗乳汁淤积中运用普遍,但少见关于手法按摩联合芦荟和仙人掌冷敷治疗乳汁淤积的研究。现代研究证明,仙人掌及芦荟中含有的各种天然活性成分,如芦荟多糖、仙人掌生物碱等。芦荟中含有的芦荟酊、缓激肽酶等成分是能起到杀菌、消炎的作用[6-8]。仙人掌具有清热解毒、散瘀消肿等功效,外用常用于治疗流行性腮腺炎、乳腺炎、痈疖肿毒等[9]。切片的仙人掌及芦荟冷敷于乳房可降低乳胀乳房的皮温,湿润、美容乳房局部的皮肤,清新的植物香味能使产妇舒适。按摩时仙人掌及芦荟果肉留下的汁液可以充当润滑液,减轻疼痛和不适,再联合已被广泛接受的乳房按摩能进一步增加产妇治疗的依从性,保证治疗的效果[10]。本研究结果显示,联合组产妇在治疗的 3 d 开始泌乳量开始显著增加,同时疼痛的程度和胀痛程度也开始明显下降,疼痛评分明显低于另外两组;在治疗中患者无不良反应和副作用,与单纯按摩组相比,按摩结合仙人掌及芦荟交替冷敷的效果更加显著,值得在临床中广泛使用。但是这项工作增加了治疗医师的工作负荷。因此,我们需要完善治疗方案,总结临床经验,逐步形成系统的教材,以授课于这些孕产妇,让她们能够在家庭中完成治疗。

参考文献:

[1] Johnson P E, Hanson K D. Acute puerperal mastitis in the augmented breast[J]. Plast Reconstr Surg, 1996, 98(4): 723-725.

[2] 佘海洪, 冯兰, 李添荣, 等. 手法按摩与短波疗法联合治疗产后乳汁淤积疗效观察[J]. 中国现代医药杂志, 2009, 11(3): 83-85. DOI: 10.3969/j.issn.1672-9463.2009.03.031.

[3] 李香秀, 陈春华. 超短波联合产后康复综合治疗仪治疗乳汁淤积疗效观察[J]. 医学理论与实践, 2014, 27(24): 3353-3354.

[4] Miller V, Riordan J. Treating postpartum breast edema with areolar compression[J]. J Hum Lact, 2004, 20(2): 223-226. DOI: 10.1177/0890334404264326

[5] 李伟娣, 杨桂兰, 李金娣. 乳房按摩和中药治疗哺乳期急性乳腺炎的临床观察[J]. 中国实用医药, 2012, 7(20): 177-178. DOI: 10.3969/j.issn.1673-7555.2012.20.144.

[6] Kaithwas G, Singh P, Bhatia D. Evaluation of *in vitro* and *in vivo* antioxidant potential of polysaccharides from Aloe vera (Aloe barbadensis Miller) gel[J]. Drug Chem Toxicol, 2014, 37(2): 135-143. DOI: 10.3109/01480545.2013.834350

[7] 周立刚, 杨成宗, 吴建勇. 仙人掌属药用植物的研究进展[J]. 中草药, 2004, 35(1): 103-105.

[8] Battersby A R, Binks R, Huxtable R. Biosynthesis of cactus alkaloids[J]. Tetrahedron Lett, 1967, 6: 563-565.

[9] Allegra M, Ianaro A, Tersigni M, *et al*. Indicaxanthin from cactus pear fruit exerts anti-inflammatory effects in carrageenin-induced rat pleurisy[J]. J Nutr, 2014, 144(2): 185-192. DOI: 10.3945/jn.113.183657

[10] 张爱清. 产后乳房按摩对初产妇乳房胀痛的效果观察[J] 内蒙古中医药, 2014, 33(7): 24. DOI: 10.3969/j.issn.1006-0979.2014.07.021.

(**收稿**:2015-05-26;**修回**:2015-06-19)

(编辑 吴培红)