

护士产后返岗压力体验与支持需求质性研究的 Meta 整合

蒋楠茜¹, 柳莹^{2*}, 高春平¹, 王芸³, 闫振龙⁴, 段晓曼¹

【摘要】目的 总结护士产后返岗心理体验及支持需求,为制订管理方案提供依据。**方法** 检索 Cochrane Library、PubMed、Embase、Web of Science、Medline、中国生物医学文献数据库、中国知网、万方数据知识服务平台、维普中文科技期刊数据库中关于护士产后返岗体验和支持需求的质性研究,检索时限从建库至2024年10月18日。对文献进行质量评价后,采用汇集性整合方法对研究结果进行归纳诠释。**结果** 共纳入19篇文献,提炼出69个结果、12个类别和3个整合结果:护士产后返岗的压力源、压力源对护士产后返岗的负面影响、护士产后返岗的支持需求。**结论** 护理管理者应关注护士产后返岗的心理体验,科学决策,尽量满足需求,提高护士产后返岗的自我效能和应激水平,使其尽快适应临床工作。

【关键词】 护士;产后返岗;质性研究;心理体验;支持需求;Meta整合

中图分类号:R47;R192.6 文献标识码:A DOI:10.3969/j.issn.1671-315x.2025.02.011

Psychological experience and support needs of postpartum return to work nurses: a Meta-synthesis of qualitative research//JIANG Nanxi¹, LIU Ying^{2*}, GAO Chunping¹, WANG Yun³, YAN Zhenlong⁴, DUAN Xiaoman¹//Journal of Nursing Administration, -2025, 25(2):149.

1.Intensive Care Unit, Jiangsu Provincial people's Hospital (The First Affiliated Hospital of Nanjing Medical University), Nanjing 210029, China; 2.Department of Interventional Radiology, Jiangsu Provincial people's Hospital (The First Affiliated Hospital of Nanjing Medical University), Nanjing 210029, China; 3.Nursing Department, Jiangsu Provincial people's Hospital (The First Affiliated Hospital of Nanjing Medical University), Nanjing 210029, China; 4.Department of Emergency Medicine, Nanjing Drum Tower Hospital, Affiliated Hospital of Medical School, Nanjing University, Nanjing 210008, China

【Abstract】Objective To summarize the psychological experience and support needs of nurses returning to work after childbirth, and provide a basis for developing management plans.**Methods** Search databases Cochrane Library, PubMed, Embase, Web of Science, Medline, China Biomedical Literature Database, China National Knowledge Infrastructure, Wanfang Database, and Weipu Database. Search for qualitative research on postpartum nurses' return to work experience and support needs in databases, with a search period from database establishment to October 18, 2024. After evaluating the quality of the literature, the research results were summarized and interpreted using a centralized integration method.**Results** A total of 19 articles were included, and 69 results, 12 categories, and 3 integrated results were extracted: stressors of nurses returning to work after childbirth, negative effects of stressors on nurses returning to work after childbirth, and support needs for nurses returning to work after childbirth.**Conclusion** Nursing managers should pay attention to the psychological experience of nurses returning to work after childbirth, make scientific decisions, meet their needs, improve their self-efficacy and stress level, and enable them to adapt to clinical work as soon as possible.

【Key words】 nurse; postpartum return to work; qualitative research; psychological experience; support needs; Meta-integration

随着我国医疗事业的不断发展、护理队伍的不断壮大以及“二孩”政策的实施,护士群体也迎来了生育高峰,产后返岗护士人数也随之增加^[1-2]。高强度、高要求、低支持的工作环境使护士成为公认的压力性职业^[3],产后返岗护士因长期脱岗更是面临多重压力与挑战,严重危害了护士的身心健康与患者安全,甚至阻碍护理团队的建设与发展^[4-5]。因此,充分了解产后护士真实的返岗工作体验及需求,并提供切实有效的支持策略具有重要意义。近年来产后返岗护士群体逐渐得到关注,国内外已有关于产后护士返岗心理体验的质性研究。但各研究中产后返岗护士在生育

政策、社会保障制度、工作科室、孕产次、脱岗时间及哺乳方式等方面存在异质性,单一的研究结果无法全面反映该群体的体验及需求^[6],且鲜有学者对产后返岗护士的心理体验进行归纳整合。因此,本研究全面阐释产后返岗护士的内心体验及需求,以期管理者制订针对性措施提供参考,进而提高护士产后返岗的自我效能和护理服务质量。

1 资料与方法

1.1 文献检索策略

检索 Cochrane Library、PubMed、Embase、Web of Science、Medline、中国生物医学文献数据库(CBM)、中国知网(CNKI)、万方数据知识服务平台、维普中文科技期刊数据库(VIP)中关于护士产后返岗体验的质性研究,检索时限从建库至2024年10月18日。英文检索词为:("nurse*" OR "personnel, nursing" OR "nursing personnel" OR "registered nurse*" OR

工作单位:1.210029,南京市,江苏省人民医院(南京医科大学第一附属医院)重症监护病房;2.210029,南京市,江苏省人民医院(南京医科大学第一附属医院)介入放射科;3.210029,南京市,江苏省人民医院(南京医科大学第一附属医院)护理部;4.210008,南京市,南京大学医学院附属鼓楼医院急诊医学科

作者简介:蒋楠茜,本科,护师

*通信作者:柳莹, E-mail:liuyingjssmmy@163.com

"nurse * ,registered" OR "recruited nurse * ") AND ("qualitative research" OR "research, qualitative" OR "qualitative study" OR "interview * " OR "phenomenon * ") AND ("psychology" OR "feeling * " OR "need * " OR "experience") AND ("postpartum period" OR "postpartum" OR "postpartum women" OR "women, postpartum" OR "puerperium" OR "lactation" OR "lactation period" OR "suckling period") AND ("return * to work" OR "back * to work")。中文检索词为: (“护士” OR “护理人员”) AND (“质性研究” OR “定性研究” OR “现象学” OR “访谈”) AND (“体验” OR “心理体验” OR “心理” OR “感受” OR “需求”) AND (“产后” OR “产后返岗” OR “哺乳期”)。

1.2 文献纳入和排除标准

根据 PICoS 原则,确定文献纳入标准:①研究对象 (population, P): 产后返岗的执业护士;②研究内容 (phenomenon of interest, PI): 护士产后返岗的工作体验、感受和支持需求;③研究的情景 (context, Co): 护士产后返岗工作期间;④研究类型 (study design, S): 采用现象学、民族志、扎根理论等质性研究方法。文献排除标准:①重复文献;②非中英文文献;③内容不完整文献;④综述、大会摘要、评述类文献。

1.3 文献筛选和资料提取

首先由两名具备循证护理培训背景的研究者独立根据纳入、排除标准分别进行文献检索,并将检索的文献导入 Endnote 进行去重和初筛。然后阅读全文具体内容,确定是否最终纳入。最后进行交叉核对,如果对纳入文献有异议,与第3名研究员讨论决定。提取的一般资料包括:第一作者、国家、研究内容、研究方法/资料收集方法和主要结果。

1.4 质量评价

采用澳大利亚乔安娜布里格斯研究所 (Joanna Briggs Institute, JBI) 循证卫生保健中心质性研究质量评价标准 2017 版^[7]评价纳入研究的方法学质量。评价内容共 10 项,评价等级分为 A、B、C 3 个等级:完全满足为 A 级,部分满足为 B 级,完全不满足为 C 级。由两名研究者独立进行文献评价后交叉核对评价结果,必要时与第3名研究人员讨论决定。

1.5 Meta 整合

本研究采用汇集性 Meta 整合^[7-8],对纳入的文献进行反复阅读、分析和解释,将相似的研究结果组合归纳形成新的概括性类别,最后将类别形成更全面、合理和科学的整合结果。

2 结果

2.1 文献检索结果

初筛获得文献 427 篇,追踪参考文献获得 4 篇,

使用 Endnote X9 文献管理软件剔除重复文献后剩余 290 篇。通过阅读文题和摘要后排除文献 264 篇,剩余 26 篇。最后进行全文筛选,去除与研究对象不符、非质性研究 7 篇,最终纳入 19 篇^[9-27]。其中 12 篇中文文献,7 篇英文文献。

2.2 纳入文献的基本特征(见表 1)

2.3 纳入文献的质量评价结果(见表 2)

2.4 Meta 整合结果

本次研究从 19 篇文献中提炼出 69 个研究结果,概括成 12 个新类别,并形成 3 个整合结果。

2.4.1 整合结果 1: 护士产后返岗的压力源

2.4.1.1 类别 1: 工作适应障碍,胜任力不足 护士在产假期间,精力主要放在照顾孩子上,长期脱岗导致产后护士面临工作适应障碍、胜任能力不足,尤其在工作强度大(“我们科的工作强度非常强,护理工作内容多,有时候会适应不了^[24]”)、节奏快(“产后返岗工作节奏快,接台时间紧凑,加上开展新的手术方式,配合上有些吃力^[23]”)、患者病情危重(“动作没有以前快了,护理危重症患者很吃力^[22]”)的科室中表现更加明显。

2.4.1.2 类别 2: 工作家庭冲突明显 护士产后返岗,面临从单一的母亲角色向护士与母亲双重角色的转变,导致时间分配失衡,家庭与职业间的矛盾更加突出。一方面,孩子生病时,产后返岗护士会感到分心(“如果孩子生病会比较牵挂^[25]”)。另一方面,护士的工作性质会推迟带孩子就医的时间(“孩子发高烧,真想马上回家,可是手术室人员紧张,只能等着下班了再带孩子到医院看病^[23]”),减少与孩子的情感交流(“有时候几天都没法和孩子好好交流^[19]”)。一旦面临拖班,哺乳也会成为产后返岗护士的困扰(“一旦拖班就会担心宝宝没奶吃,就想赶紧做完工作下班^[24]”)。家庭压力会阻碍产后返岗护士实现自我价值(“同学们最近都在深造,可是有了孩子什么事情都做不了^[26]”),导致学习时间减少(“下班回家根本没有时间学习,要一直照顾孩子到睡着^[22]”),甚至影响职称晋升(“今年我晋中级,却因前期怀孕和照顾孩子,成果很少,没能晋升^[21]”)。

2.4.1.3 类别 3: 经济负担加重 面对奶水不足导致的奶粉开销大(“返岗后,奶水明显减少,不得不给孩子添奶粉,每月至少支出 1 000 多元买奶粉,经济很紧张^[21]”)、孩子生病住院(“两个孩子一个生病,另一个也会生病,前两天老大出院,老二住院^[21]”)以及返岗初期低收入(“现在刚返岗还没有正常的收入,还需扣公积金等费用,目前生活支出主要靠存款^[14]”)等状况,产后返岗护士承担着很大的经济压力。

2.4.2 整合结果 2: 压力源对护士产后返岗的负性影响

2.4.2.1 类别 4: 自我效能低下 产后返岗护士面临独立值夜班、抢救和质量检查时表现出信心不足(“半年没上班导致我都不敢单独值夜班,万一遇到抢救我怕自己应付不了^[22]”;“有时候照顾患者会有突然的病情变化,觉得工作压力很大,还有各种的质量检查,怕做不好^[24]”)。

2.4.2.2 类别 5: 身体负担加重 产后返岗护士身体机能下降,容易出现不适症状,如疲乏(“生完二胎后,体质明显下降,容易感到疲惫^[21]”)、睡眠障碍(“我现在睡眠很不好,上班也很辛苦^[24]”)和疼痛(“上完手术经常腰疼,怀孕前没有这种情况^[25]”)。

2.4.2.3 类别 6: 母乳喂养中断 高风险的工作环境和角色冲突迫使产后返岗护士中断母乳喂养(“听闻骨水泥有致畸风险,而我每日在矫形科室工作,总是会接触到骨水泥的气味。鉴于此,我对母乳喂养一事有所顾虑,暂时停止了哺乳^[25]”;产后返岗坚持了1个

月的母乳喂养,然后就慢慢断奶了^[14]”)。

2.4.2.4 类别 7: 负性情绪突出 产后护士由于长期脱岗,临床技能变得生疏甚至遗忘,容易产生紧张、焦虑和烦躁情绪(“现在我总是提醒自己扎针时不能犯错,我变得更加小心,毕竟我已经很久没有工作了^[11]”;“一想到要上班就烦,怎么做手术都快忘了,还得从头开始学^[25]”)。返岗后,产后护士家庭陪伴时间减少,对孩子、父母产生愧疚感(“休产假的时候,天天在家陪孩子,现在上班了,家里两个孩子都是父母带,她们没有自己的时间,真觉得愧对她们^[25]”)。

2.4.3 整合结果 3: 护士产后返岗的支持需求

2.4.3.1 类别 8: 培训支持 产后返岗护士对脱岗期间科室的新技术、新制度不了解,期望护理管理者组织返岗培训,给予其一定的缓冲期(“如果有专门针对产后护士的返岗培训,适应上班节奏应该很容易^[22]”;“希望能给我缓冲的时间^[24]”)。

表 1 纳入文献的基本特征 (n=19)

第一作者	国家	研究内容	研究方法/ 资料收集方法	主要结果
杨柳 ^[9]	中国	探讨儿科急诊产后返岗护士的身体和心理压力及影响因素	现象学/半结构化访谈	4个主题:产后返岗生活和工作存在的困难;返岗后心理发生变化;角色冲突;希望获得工作场所及家庭的支持
Zhou ^[10]	中国	探讨产后护士重返工作岗位的适应经历	现象学/半结构化访谈	3个主题:变化和多个角色的挑战;自我应对和社会支持;重返工作岗位后的进一步需求
Wan ^[11]	中国	描述母乳喂养护士在产假后重返工作岗位的工作经验	描述性研究/半结构化访谈	3个主题:护士的变化;改善工作环境的需求;支持哺乳护士
Li ^[12]	中国	探索解除 COVID-19 封锁后哺乳期护士重返工作岗位的经历	现象学/半结构化访谈	3个主题:重返工作岗位的准备;重返工作的经历;感染经历
Hill ^[13]	美国	阐明急诊护士重返工作岗位的经历	描述性研究/结构化访谈、焦点小组	3个主题:工作参与;哺乳;育儿
李娜 ^[14]	中国	探讨产后返岗护士工作家庭角色冲突感受与有效应对方式的体验	半结构化访谈	4个主题:提前身心调适,协调角色适应;家庭事务管理,平衡时间冲突;社会家庭支持;组织支持
沈芬芬 ^[15]	中国	了解儿科二胎护士产后返岗的心理真实感受	现象学/深入访谈	4个主题:经济压力增加;工作与家庭时间分配冲突;缺乏家庭和社会支持;工作晋升压力大,执业规划不清晰
刘进娜 ^[16]	中国	探究产后返岗护士工作适应障碍及支持性需求现状	现象学/半结构化访谈	2个主题:工作适应障碍;支持需求
Costantini ^[17]	意大利	了解护士长期产假后重返工作岗位的经历以及克服这些经历的策略	描述性研究/半结构化访谈	4个主题:育儿;家庭与工作;损失与收获;处理返岗事宜
Rainbow ^[18]	美国	描述注册护士怀孕期间和产后返回工作的经历	描述性研究/半结构化访谈	4个主题:重返工作岗位的经历;职业危害;重返工作的促进和障碍;经历的后果
马捷 ^[19]	中国	探讨外科护理人员生育二胎返岗后的心理感受	现象学/半结构化访谈	3个主题:岗位胜任力下降;工作与家庭之间的冲突;个人身心状况不佳
曹彦军 ^[20]	中国	探讨哺乳期护士在兼顾母乳喂养与工作时的真实体验	现象学/半结构化访谈	5个主题:认可母乳喂养;身体机能下降;角色冲突;生活方式改变;渴望工作场所支持
高明霞 ^[21]	中国	了解二胎产后返岗护士工作和生活体验,寻找其压力源	现象学/深入访谈	4个主题:孩子的养育问题带来的压力;工作压力;自身需求带来的压力;经济压力
何梅 ^[22]	中国	了解产后返岗护士工作适应障碍的影响因素	现象学/半结构化访谈	4个主题:工作家庭冲突;缺乏返岗培训;自我效能低下;返岗适应能力不足
王丽芬 ^[23]	中国	调查产后返岗护士的生理和心理需求	现象学/半结构化访谈	4个主题:身心疲倦感;胜任力不足;家庭行为冲突;需要团队辅助
黄华玲 ^[24]	中国	探讨二胎产后返岗护士真实体验和支持需求	现象学/半结构化访谈	2个主题:工作体验;返岗后的支持需求
李慧 ^[25]	中国	探讨手术室产后返岗护士真实工作体验	现象学/半结构化访谈	4个主题:主观感受不良;存在心理负担;工作存在安全隐患;需要团队支持
郭森 ^[26]	中国	探讨产后返岗护士真实的工作体验	现象学/半结构化访谈	4个主题:返岗恐惧;身体状态下降;家庭与工作冲突;环境变化不适应
Khalil ^[27]	英国	了解分娩后护士重返工作岗位的经历	扎根理论/半结构化访谈	5个主题:持续的职业道路;应对机制;自我感知;劳动分工;与伴侣的关系

表2 纳入文献的方法学质量评价结果(n=19)

第一作者	①	②	③	④	⑤	⑥	⑦	⑧	⑨	⑩	总体评价
杨柳 ^[9]	是	是	是	是	是	否	否	是	是	是	B
Zhou ^[10]	是	是	是	是	是	否	否	是	是	是	B
Wan ^[11]	是	是	是	是	是	否	否	是	是	是	B
Li ^[12]	是	是	是	是	是	否	否	是	是	是	B
Hill ^[13]	是	是	是	是	是	否	否	是	是	是	B
李娜 ^[14]	是	是	是	是	是	否	否	是	是	是	B
沈芬芬 ^[15]	是	是	是	是	是	否	否	是	是	是	B
刘进娜 ^[16]	是	是	是	是	是	否	否	是	是	是	B
Costantini ^[17]	是	是	是	是	是	否	否	是	是	是	B
Rainbow ^[18]	是	是	是	是	是	否	否	是	是	是	B
马捷 ^[19]	是	是	是	是	是	否	否	是	是	是	B
曹彦军 ^[20]	是	是	是	是	是	否	否	是	是	是	B
高明霞 ^[21]	是	是	是	是	是	否	否	是	是	是	B
何梅 ^[22]	是	是	是	是	是	否	否	是	是	是	B
王丽芬 ^[23]	是	是	是	是	是	否	否	是	是	是	B
黄华玲 ^[24]	是	是	是	是	是	否	否	是	是	是	B
李慧 ^[25]	是	是	是	是	是	否	否	是	是	是	B
郭淼 ^[26]	是	是	是	是	是	否	否	是	是	是	B
Khalil ^[27]	是	是	是	是	是	否	否	是	是	是	B

注:①哲学基础与方法学是否一致;②方法学与研究问题或目标是否一致;③方法学与资料收集方法是否一致;④方法学与研究对象的代表性及资料分析方法是否一致;⑤方法学与结果阐释方式是否一致;⑥是否从文化背景、价值观的角度说明研究者自身的状况;⑦是否阐述了研究者对研究的影响;⑧研究对象及其观点是否具有代表性;⑨研究是否符合伦理;⑩是否根据分析和阐释得出结论

2.4.3.2 类别 9:排班支持 在面临孩子生病等突发状况,产后返岗护士期望在排班方面能够享有更多的自主性和灵活性(“孩子生病都是意外,希望家里有需要的时候排班上能够照顾一下^[24]”;“如果可能的话,可以调整自己的时间和工作的时间^[18]”)。

2.4.3.3 类别 10:母乳喂养支持 专用且便捷的哺乳空间及储奶冰箱是实现产后返岗护士母乳喂养的必备硬件设施,而现状并不理想。例如,目前许多产后哺乳期护士只能在办公室(“我们有个泵奶室,离科室步行大概 5 min。一开始我会去那儿,但后来为节省时间缩短了泵奶时长,最后不去了,直接找间没人用的办公室解决^[13]”)或卫生间(“我只能去卫生间挤奶^[18]”)泵奶,使用公用冰箱(“科室虽然有冰箱,但是没有单独的一格存放母乳^[9]”)存放母乳。

2.4.3.4 类别 11:同事支持 同事的理解(“有的同事知道你的难处她会感同身受,她知道你带小孩辛苦^[24]”)、协助(“产后返岗,为了节约时间,边吃边挤奶,担心手术间里有事,如果有人帮忙替换一下岗位那心里就不用急了^[23]”)以及经验分享(“当我上班时,我每天都会和我的同事见面,他们向我传达积极的想法,关于母乳喂养或处理家庭冲突方面总是给我一些建议^[10]”)可以缓解产后护士工作场所压力,因此产后返岗护士期望得到同事支持。

2.4.3.5 类别 12:配偶支持 身体形象的改变,可能

会影响产后护士与配偶的亲密关系。配偶的情感支持是产后护士强大的心灵支柱,护士期望得到配偶的理解与认可(“生完‘二胎’后,身材恢复较差,老公经常吐槽我身材差,两人甚至为此吵架^[16]”)。配偶积极地分担家庭责任同样是提供支持的重要方式(“我的丈夫提供了至关重要的支持,帮助我管理家里的事务和孩子们的需求^[17]”)。

3 讨论

3.1 优化岗前培训,提升产后护士返岗胜任力

本研究 Meta 整合结果显示,长期脱岗及缺乏返岗培训导致产后护士面临“新手经历”:工作适应障碍、岗位胜任力不足及自我效能低下,因此多数产后返岗护士有培训需求,与白萍等^[28]的观点一致。然而目前针对产后护士的返岗培训并未得到护理管理者的广泛关注。研究显示,培训时间越长,护士的返岗适应性越高,返岗初期脱产学习是产后护士优先选择的培训形式^[29]。返岗培训是岗前培训的另一特殊形式,是规范化培训的延续。因此,护理管理者应根据护士返岗工作需求完善培训体系,减少培训盲区,制订个性化、多元化的培训内容,培训重点应包含护士在脱岗期间科室引进的新技术及新规范^[2]。护理管理者还可以借助线上学习平台,优化培训方式,灵活培训时间。培训结束后应进行考核,只有通过考核的护士才能上岗,并根据产后返岗护士的临床能力合理安排带教,以规避安全隐患,提升护理质量。

3.2 实施弹性排班,平衡产后返岗护士工作家庭冲突

本研究 Meta 整合结果显示,在护士和母亲双重角色下,产后返岗护士工作与家庭冲突明显,身体负担加重,期望护理管理者在排班上给予支持,以便灵活调整自己的工作和生活时间,与相关研究结果^[5,30]一致。护理管理者实施关怀型的支持管理,对减轻护士身心压力和促进其身心健康具有重要意义^[31],员工感知到组织支持增加,工作绩效、工作投入和护理质量也随之提高^[32]。因此,护理管理者可以为产后返岗护士实施弹性排班,根据个人需求灵活安排每日 1 h 的哺乳假,用于解决孩子生病等突发状况,以缓解角色冲突。降低产后返岗护士值夜班概率,合理安排工作量,确保产后返岗护士睡眠和休息时间,从而减轻其身体负担,提高其工作动力和职业认同感。建议护理管理者从科室层面设立“备班”和“帮班”,用于科室工作量较大时的人力安排,降低产后返岗护士的拖班概率。从医院层面建立“机动护士库”或“流动护士库”,以便在各科室人力资源紧张时进行调配。

3.3 倡导政策扶持,减轻产后返岗护士经济负担

本研究 Meta 整合结果显示,返岗初期护士收入低,母乳喂养中断使奶粉开销增加,以及子女生病等

导致产后返岗护士的经济压力增大,尤其是“二胎”产后返岗护士这一情况更为突出,与徐凌丽等^[30]的研究结果一致。并且,医院和科室现行绩效考核方案对产后返岗护士缺乏针对性,未能充分体现其工作价值。为了缓解产后返岗护士的经济压力,可从多方面着手助力解决问题。一是要进一步推广和完善“母乳库”的建设与管理,鼓励有需要的家庭借助“母乳库”来保障母乳喂养的持续进行,减少对奶粉的依赖,降低开销;二是政府应持续优化生育津贴政策,完善生育保险制度,确保产后返岗护士能够切实享受到相应的经济保障,减轻家庭经济负担;三是医院和科室需要充分考虑产后返岗护士的特殊情况,制订个性化的返岗初期绩效考核方案,增加其收入,让她们切实感受到自身工作的价值,提升工作积极性与归属感。

3.4 维护产后返岗护士母乳喂养权益,延长母乳喂养持续时间

本研究 Meta 整合结果显示,产后返岗护士在工作场所获得的母乳喂养支持不理想,甚至可能被迫选择中断母乳喂养,与相关研究结果^[33]一致。母乳喂养经济、科学且方便,是优先选择的喂养方式。研究显示,母乳喂养中断与工作场所政策和管理者的支持密切相关^[34],因此,国家政策支持可以从适当延长产假时间以及每日哺乳假时间出发。工作环境及硬件设施是医院、科室维护产后返岗护士母乳喂养权益的必要保障。首先,科室应为产后返岗护士安排低风险的工作岗位,如“辅助岗”。其次,医院及科室可以根据需要按楼层设立母婴喂养室并配备冷藏冰箱,确保母乳喂养隐私、舒适和安全^[35],从而提高母乳喂养率,延长母乳喂养持续时间,进一步促进母婴健康。

3.5 引导产后返岗护士积极应对,提高同事与配偶支持水平

本研究 Meta 整合结果显示,产后返岗护士因返岗初期临床技能生疏和遗忘以及家庭陪伴时间减少,普遍面临紧张、焦虑、烦躁和愧疚等负性情绪,与刘金等^[5]的研究结果一致。持续的负性情绪容易使产后返岗护士产生职业倦怠,甚至增加不良事件的发生,而同事及配偶支持能对情绪体验产生显著的正向影响关系^[36]。但本研究中,产后返岗护士群体感知到的同事与配偶支持水平普遍偏低。对此,护理管理者可从多方面着手助力解决问题。一是成立产后护士心理辅导小组,引导产后返岗护士积极表达情绪并提供减压支持,激励其自我教育、自我培训,提升其压力应对能力;二是倡导建立产后返岗护士群,借助同伴支持,让有相似压力的护士相互分享经验、给予情感支持,实现自我“愈合”;三是积极推广团结协作的科室文化,定期组织家庭与科室联合分享会,营造温馨

的工作和家庭氛围,强化同事及配偶支持,提升产后返岗护士的存在感与幸福感,帮助她们更好地应对返岗挑战,平衡好工作与生活。

4 小结

本研究通过汇集性 Meta 整合,深入剖析了护士产后返岗的心理体验,系统阐释了护士产后返岗的压力源、压力源对护士产后返岗的负性影响以及护士产后返岗的支持需求,为护理管理者决策支持提供了有力依据。在本研究中,共纳入了 19 篇文献,文献质量均为 B 级;时间跨度较大;所采用的研究方法和资料收集方法主要为现象学研究和访谈法,相对单一;在部分研究中,未具体说明纳入人群的胎产次、产假时长及哺乳方式,这些因素可能会影响结果的科学性。

参考文献:

- [1] 甘雅玲,刘清珠,陈桂霜,等.护士产后返岗的工作满意度调查研究[J].中国医药科学,2021,11(20):163-165. DOI: 10.3969/j.issn.2095-0616.2021.20.044.
- [2] 丁霞,汪海燕,潘文婷,等.基于德尔菲法的临床护士产后返岗培训方案构建[J].上海护理,2024,24(6):11-15. DOI: 10.3969/j.issn.1009-8399.2024.06.003.
- [3] 张文馨,孙育红,刘丽平,等.临床护士工作压力潜在剖面分析及影响因素研究[J].护理管理杂志,2024,24(7):629-633. DOI: 10.3969/j.issn.1671-315x.2024.07.015.
- [4] 陈凯,姜文彬,杨海朋,等.护士产后返岗工作压力测量表的编制及信效度检验[J].中华现代护理杂志,2020,26(28):3876-3881. DOI: 10.3760/cma.j.cn115682-20191224-04735.
- [5] 刘金,徐旭娟,张丽华,等.护士产后返岗初期工作压力的潜在剖面及影响因素研究[J].护理学杂志,2024,39(13):70-74. DOI: 10.3870/j.issn.1001-4152.2024.13.070.
- [6] 王新月,金洪运,史迅,等.不孕症夫妻疾病体验与应对质性研究的 Meta 整合[J].护理管理杂志,2024,24(6):528-533. DOI: 10.3969/j.issn.1671-315x.2024.06.014.
- [7] 胡雁,郝玉芳.循证护理学[M].北京:人民卫生出版社,2018:157-163.
- [8] 袁浩斌.循证护理中质性研究的 Meta 整合方法[J].护理学杂志,2012,27(21):67-69. DOI: 10.3870/hlxzz.2012.21.067.
- [9] 杨柳,朱杉.儿科急诊产后返岗护士工作体验的质性研究[J].当代护士(上旬刊),2024,31(5):105-108. DOI: 10.19791/j.cnki.1006-6411.2024.13.027.
- [10] ZHOU T, DONG X, ZHANG L, et al. "Breakdown and healing" -adaptation experiences of postpartum nurses returning to work:a descriptive phenomenological study[J]. BMC Nursing, 2024, 23(1):523. DOI: 10.1186/s12912-024-02200-8.
- [11] WAN X L, YANG J Y, PAN Y L. Work experience of breastfeeding nurses returning to work after maternity leave

- in Liaoning Province of China: a qualitative study [J]. *Nursing Open*, 2024, 11 (4) : e2157. DOI: 10. 1002/nop2. 2157.
- [12] LI S, ZHANG W, LIU Y, *et al.* Lactating nurses' experiences of return to work after lifting COVID-19 lockdown: a qualitative study [J]. *Heliyon*, 2024, 10 (1) : e23761. DOI: 10. 1016/j.heliyon.2023.e23761.
- [13] HILL E K, BIMBI O M, CROOKS N, *et al.* Uncovering the experience: return to work of nurses after parental leave [J]. *Journal of Emergency Nursing*, 2023, 49 (2) : 210-221. DOI: 10. 1016/j.jen.2022.10.005.
- [14] 李娜, 刘霞, 黄婉维, 等. 临床护士产后返岗面临工作家庭冲突积极调试体验的质性研究 [J]. *国际护理学杂志*, 2023, 42 (14) : 2541 - 2546. DOI: 10. 3760/cma. j. cn221370-20210201-00622.
- [15] 沈芬芬. 儿科二胎护士产后返岗心理压力源的质性研究 [J]. *中国乡村医药*, 2023, 30 (3) : 23 - 24. DOI: 10. 3969/j. issn. 1006-5180. 2023. 03. 008.
- [16] 刘进娜, 孟钰. 产后返岗护士工作适应障碍及支持性需求的质性研究 [J]. *国际护理学杂志*, 2023, 42 (13) : 2356 - 2358. DOI: 10. 3760/cma. j. cn221370-20210702-00576.
- [17] COSTANTINI A, WARASIN R, SARTORI R, *et al.* Return to work after prolonged maternity leave: an interpretative description [J]. *Women's Studies International Forum*, 2022, 90: 102562. DOI: 10. 1016/j.wsif. 2022. 102562.
- [18] RAINBOW J G, DOLAN H R, FARLAND L. Nurses' experiences of working while pregnant: a qualitative descriptive study [J]. *International Journal of Nursing Studies*, 2021, 124: 104092. DOI: 10. 1016/j.ijnurstu. 2021. 104092.
- [19] 马捷, 朱小平, 王琳, 等. 外科护理人员二胎产后返岗心理压力源的质性研究 [J]. *中华现代护理杂志*, 2020, 26 (25) : 3478 - 3482. DOI: 10. 3760/cma. j. cn115682-20191003-03565.
- [20] 曹彦军, 孙新风, 冯慧, 等. 原始母性贯注下哺乳期返岗护士的工作与母职角色冲突体验研究 [J]. *齐鲁护理杂志*, 2020, 26 (5) : 62-65. DOI: 10. 3969/j. issn. 1006-7256. 2020. 05. 017.
- [21] 高明霞, 马骐, 杨朝霞, 等. 二胎产后返岗护士压力源的质性研究 [J]. *护士进修杂志*, 2020, 35 (2) : 188 - 191. DOI: 10. 16821/j. cnki. hsjx. 2020. 02. 027.
- [22] 何梅, 蒲佳, 陈红苓, 等. 产后返岗护士工作适应障碍影响因素的质性研究 [J]. *医学信息*, 2020, 33 (19) : 175 - 177. DOI: 10. 3969/j. issn. 1006-1959. 2020. 19. 057.
- [23] 王丽芬, 傅淑雁, 严志芳, 等. 手术室护士产后返岗心理体验的质性研究 [J]. *医院管理论坛*, 2020, 37 (5) : 67-69. DOI: 10. 3969/j. issn. 1671-9069. 2020. 05. 021.
- [24] 黄华玲, 朱海华, 吴超玲. 护士二胎产后返岗工作体验和
- 支持需求质性研究 [J]. *全科护理*, 2018, 16 (8) : 904-907. DOI: 10. 3969/j. issn. 1674-4748. 2018. 08. 003.
- [25] 李慧, 周正宏, 赵丹. 手术室产后返岗护士工作体验的质性研究 [J]. *现代临床护理*, 2017, 16 (11) : 13-18. DOI: 10. 3969/j. issn. 1671-8283. 2017. 11. 004.
- [26] 郭淼, 李志红. 产后返岗护士工作体验的质性研究 [J]. *护理研究*, 2008, 22 (5) : 447 - 448. DOI: 10. 3969/j. issn. 1009-6493. 2008. 05. 040.
- [27] KHALIL A, DAVIES N. The experiences of nurses returning to work after childbirth: "making a difference" [J]. *Journal of Nursing Management*, 2000, 8 (6) : 337 - 344. DOI: 10. 1046/j. 1365-2834. 2000. 00199. x.
- [28] 白萍, 魏永婷, 孙智超, 等. 基于工作适应理论的手术室护士产后返岗培训方案的构建及应用 [J]. *中华护理杂志*, 2024, 59 (1) : 77-84. DOI: 10. 3761/j. issn. 0254-1769. 2024. 01. 011.
- [29] 庄泽香, 曾丽, 周杰, 等. 综合干预对改善产后返岗护理人员心理状况的效果研究 [J]. *心理月刊*, 2022 (3) : 125-127. DOI: 10. 19738/j. cnki. psy. 2022. 03. 042.
- [30] 徐凌丽, 姚露, 卢丽娥, 等. 二胎产后 1 年内护士工作压力及其影响因素调查 [J]. *护理与康复*, 2024, 23 (9) : 27-31. DOI: 10. 3969/j. issn. 1671-9875. 2024. 09. 006.
- [31] 汤思萍, 陈彦林, 朱陈萍, 等. 关怀型领导在护理管理领域中的应用进展 [J]. *中国护理管理*, 2024, 24 (11) : 1666-1670. DOI: 10. 3969/j. issn. 1672-1756. 2024. 11. 014.
- [32] KURTESSIS J N, EISENBERGER R, FORD M T, *et al.* Perceived organizational support: a Meta-analytic evaluation of organizational support theory [J]. *Journal of Management*, 2017, 43 (6) : 1854-1884. DOI: 10. 1177/0149206315575554.
- [33] 陈楚, 林丹, 郑翠红, 等. 护士产后返岗喂养行为抉择的质性研究 [J]. *护理学杂志*, 2017, 32 (6) : 70-73. DOI: 10. 3870/j. issn. 1001-4152. 2017. 06. 070.
- [34] CUNNINGHAM S, PENNING J, BARBOZA S, *et al.* Breast-feeding in US working mothers: a systematic review [J]. *Work*, 2024, 78 (4) : 851 - 871. DOI: 10. 3233/WOR-220645.
- [35] 倪琪琦, 王莹, 陆佳琪, 等. 产后返岗护士母乳喂养现状及工作环境支持的研究进展 [J]. *护理管理杂志*, 2019, 19 (12) : 881-884. DOI: 10. 3969/j. issn. 1671-315x. 2019. 12. 010.
- [36] 林建龙, 林雁娟, 陈存荣, 等. 二胎产后返岗护士工作压力现状及其影响因素分析 [J]. *中国护理管理*, 2020, 20 (10) : 1523 - 1527. DOI: 10. 3969/j. issn. 1672 - 1756. 2020. 10. 020.

(收稿日期: 2024-05-15; 修回日期: 2024-10-18)

(本文编辑: 芮子容)