

产后的营养摄入对产妇的母乳喂养的影响

于云芝

吉林省长春市德惠市妇幼保健计划生育服务中心 吉林长春 130300

【摘要】目的 探究产后的营养摄入对产妇的母乳喂养的影响。方法 选取2020年6月至2022年5月本院分娩的300例产妇作为研究对象，将其分为两组，对照组（常规护理），试验组（产后营养护理），对比两组患者的各项临床指标。结果 试验组产妇的母乳喂养知识掌握水平及母乳喂养率均高于对照组，组间差异明显（ $P < 0.05$ ）。结论 产后的营养摄入能够有效提高产妇的泌乳水平，让其更好的开展母乳喂养，具有较高的临床应用价值。

【关键词】 孕产妇、营养摄入、母婴健康

Effect of postpartum nutritional intake on maternal breastfeeding

Yu Yunzhi

Dehui Maternal and Child Health Care and Family Planning Service Center, Changchun city, Jilin Province, Changchun 130300

Abstract: Objective To explore the impact of postpartum nutritional intake on maternal breastfeeding. Methods 300 pregnant women delivered from June 2020 to May 2022 were selected and divided into two groups: control group (usual care) and test group (postpartum nutritional care) to compare the clinical indicators of the two groups. Results The breastfeeding knowledge level and breastfeeding rate were higher than the control group, respectively ($P < 0.05$). Conclusion Postpartum nutrition intake can effectively improve the lactation level of pregnant women, make it better breastfeeding, and has high clinical application value.

Key words: pregnant women, nutrition intake, maternal and child health

母乳中含有婴儿生长的各类营养物质，是婴儿天然的食物，但是由于产妇缺乏对母乳优点的充分认知，再加上乳汁分泌不足等因素，导致我国的母乳喂养率较低^[1]。而产后的营养摄入对产妇的乳汁分泌量有着较大影响，其会对产后的哺乳行为造成直接影响，因此，在临床上需要中关注产妇的营养摄入情况，切实提高母乳喂养率，促进新生儿的生长与发育。

1 资料与方法

1.1 基本资料

选取300例产妇作为研究对象，将其分为两组，其中对照组150例产妇中年龄在20岁至40岁之间，平均年龄为 (30.01 ± 1.02) 岁，孕周为37至40周，平均孕周为 (38.72 ± 1.05) 周，试验组150例产妇中年龄在21岁至40岁之间，平均年龄为 (30.3 ± 1.06) 岁，孕周为38至40周，平均孕周为 (38.81 ± 1.01) 周，两组基本资料对比，差异不明显（ $P > 0.05$ ）。

1.2 方法

对照组：采用常规护理，护理人员根据医嘱为产妇提供基础护理内容，指导产妇养成正确的饮食与作息习惯。

试验组：采用产后营养护理，具体如下：①护理人员需要结合产妇的实际情况，来制定相应的饮食干预方案，让产妇保持少食多餐的原则，每日进食6次左右；②产妇每餐的饮食都需要保持营养均衡，确保每日的新鲜水果等维生素食物摄入在500g左右，而蛋白质类食物需要每日摄入1000g左右，同时督促产妇家属为其进行鱼汤或者鸡汤等营养餐品的制作；③护理人员需要为产妇进行饮食知识方面的指导干预，让产妇明确正确健康饮食的重要性，改变以往的被动护理模式，让产妇能够积极的参与到自身的护理过程中，可以逐渐养成一个良好的生活及饮食习惯，确保每天的营养摄入水平^[2-3]；④在开展营养摄入干预的过程中，护理人员还需要积极的为患者开展心理方面的干预，产妇在分娩后，由于身份的突然转变，很容易出现产后抑郁等负面情绪，对此，护理人员需要密切关注产妇的心理状态，当发现产妇出现不良心理状态时，需要及时的

进行针对性心理疏导,有效缓解产妇内心的抑郁情况,能够保持一个较为积极的心态接受护理及治疗,配合医护人员的营养指导方案,切实提高自身的营养水平。

1.3 观察指标

(1) 对比两组产妇的母乳喂养知识掌握情况;(2) 对比两组产妇的母乳喂养率。

1.4 统计学方法

使用统计学软件 SPSS23.0 分析,计数资料采取 $n(\%)$ 形式表示,经 χ^2 检验,计量资料采取均值 \pm 标准差 ($\bar{x} \pm s$) 形式表示,经 t 检验, $P < 0.05$ 为差异有统计学意义。

2 结果

2.1 两组母乳喂养知识掌握情况对比

表 1 结果: 试验组产妇的知识掌握率为 96.67%, 对照组为 89.33%, 两组对比, 差异显著 ($P < 0.05$)。

表 1 两组母乳喂养知识掌握情况对比[n (%)]

组别	例数	完全掌握	掌握	未掌握	掌握率
对照组	150	68 (45.33)	66 (44.00)	16 (10.67)	134 (89.33)
试验组	150	75 (50.00)	70 (46.67)	5 (3.33)	145 (96.67)
χ^2					6.195
P					0.012

2.2 两组母乳喂养率对比

表 2 结果: 试验组的母乳喂养率为 95.33%, 对照组为 86.00%, 两组对比, 差异显著 ($P < 0.05$)。

表 2 两组母乳喂养率对比[n (%)]

组别	例数	母乳喂养率
对照组	150	129 (86.00)
试验组	150	143 (95.33)
χ^2		7.720
P		0.005

3 讨论

对于新生儿而言,其主要的营养来源食物为乳汁,为了确保新生儿的母乳喂养几率,需要保障产妇的正常泌乳水平,产妇在完成分娩之后,会消耗较大的体力,同时也会对身体造成较大的负担与创伤,对产妇的正常泌乳有着不利影响^[4]。而采用营养护理干预的方式,能够从患者的饮食为出发点,通过制定合理的饮食方案,确保产妇每日的营养摄入水平,从而促进其身体各项机能的恢复,放置产妇由于营养欠缺而影响到乳汁的正常分泌水平。

根据本文研究结果显示: 试验组产妇的母乳喂养知识掌握程度及母乳喂养率明显高于对照组, 组间差异显著 ($P < 0.05$)。究其原因在于, 通过主动的营养摄入干预, 护理人员会对产妇进行全方面的母乳喂养知识

宣教, 让其能够更好的了解母乳喂养的重要性^[5]。同时, 随着科学有效的营养指导方案的应用, 能够提高产妇的泌乳水平, 使其有信心开展母乳喂养, 促使产妇形成一种积极的心态, 达到提高母乳喂养率的效果。

综上, 通过营养摄入的方式, 能够改善产妇的营养水平, 提高泌乳量, 更好的进行母乳喂养。

参考文献:

- [1] 温艳芳. 家属参与式护理干预对初产妇剖宫产术后纯母乳喂养率及角色转换适应度的影响[J]. 临床研究, 2020, 28 (2): 174-175.
- [2] 张德琼. 激励式早期护理对经阴道分娩初产妇母乳喂养率及产后并发症的影响[J]. 护理实践与研究, 2020, 17 (2): 101-103.
- [3] 余代云. 对进行剖宫产的初产妇实施有针对性护理对其产后早期泌乳及其新生儿母乳喂养率的影响[J]. 当代医药论丛, 2020, 18 (1): 236-237.
- [4] Villar M, Santa-Marina L, Murcia M, et al. Social factors associated with non-initiation and cessation of predominant breastfeeding in a mother-child cohort in Spain [J]. Matern Child Health J, 2018, 22 (Suppl 2): 1-10.
- [5] 闫巧玲. 产后健康宣教护理对初产妇产后心理状态及母乳喂养率的影响[J]. 河南医学研究, 2019, 28 (24): 4591-4592.