产科护理门诊开展个体化孕期营养指导的效果

林红旭

内蒙古自治区妇幼保健院 内蒙古 010010

【摘　要】：目的：探究分析产科护理门诊开展个体化孕期营养指导的效果。**方法：**选取于 2021 年 1 月至 2022 年 10 月，我院产科门诊孕妇共 220 例，作为本次研究对象。根据患者的入院序列数为基础，采用随机数字分组的方式，将 220 例患者随机分为对照组以及观察组。对照组采用常规指导模式进行干预；观察组采用个体化孕期营养指导模式进行干预。对比分析对照组以及观察组的满意度；体重正常增长情况与分娩情况；以及新生儿情况。**结果：**经护理干预后，观察组在满意度；体重正常增情况与分娩情况；以及新生儿情况方面明显优于对照组，其中（P＜0.05），差异具有统计学意义。**结论：**在产科护理门诊开展个体化孕期营养指导，能够有效改善孕妇的体重正常增长情况与分娩情况；以及新生儿情况，同时能够有效提升孕妇的满意度，在实际应用的过程中具有优良的效果，值得进一步的推广与应用。

【关键词】：产科护理门诊；个体化孕期营养指导；体重正常增长情况；分娩情况；新生儿情况；满意度

Effect of Individualized Nutritional Guidance During Pregnancy in Obstetric Nursing Clinic

Hongxu Lin

Maternal and Child Health Hospital of Inner Mongolia Autonomous Region Inner Mongolia 010010

Abstract: Objective: To explore and analyze the effect of individualized nutritional guidance during pregnancy in the obstetric nursing clinic. Methods: From January 2021 to October 2022, a total of 220 pregnant women in our obstetric clinic were selected as the subjects of this study. Based on the number of admission sequences, 220 patients were randomly divided into control group and observation group. The control group was intervened with routine guidance mode; The observation group was intervened with individualized nutrition guidance mode during pregnancy. Compare and analyze the satisfaction of the control group and the observation group; Normal weight growth and delivery; And newborn babies. Results: After nursing intervention, the observation group was satisfied; Normal weight gain and delivery; As well as the newborn situation, it was significantly better than the control group, among which (P<0.05), the difference was statistically significant. Conclusion: Individualized nutrition guidance during pregnancy in the obstetric nursing clinic can effectively improve the normal weight growth and delivery of pregnant women; As well as the situation of newborn babies, it can effectively improve the satisfaction of pregnant women, and has excellent effects in the actual application process, which is worth further promotion and application.

Keywords: Obstetric nursing clinic; Individualized nutrition guidance during pregnancy; Normal weight growth; Delivery conditions; Newborn condition; Satisfaction

孕期膳食应结合孕妇自身不同的特点，制定相应的膳食计划，督促其适当正确的摄入营养物质，促进孕妇自身身体的健康，以及改善其体内胎儿的生长发育条件。不合理的饮食、与并发症的产生有着密切的关系[1-2]。本文将选取于 2021 年 1 月至 2022 年 10 月，我院产科门诊孕妇共 220 例，作为本次研究对象，探究分析产科护理门诊开展个体化孕期营养指导的效果，详情如下所示。

1 资料与方法

1.1 一般资料

选取于 2021 年 1 月至 2022 年 10 月，我院产科门诊孕妇共 220 例，作为本次研究对象。根据患者的入院序列数为基础，采用随机数字分组的方式，将 220 例患者随机分为对照组以及观察组。对照组中：孕妇 110 例，年龄为：24-33 岁，评价年龄为：（25.33±2.87）岁，孕周为：12-16 周，平均孕周为：（12.67±1.59）周，体重指数为：18-24kg/m2，平均体重指数为：（22.10±1.96）kg/m2；观察组中孕妇 110 例，年龄为：26-31 岁，平均年龄为：（24.91±2.53）岁，孕周为：12-15 周，平均孕周为：（13.04±1.07）周，体重指数为：18-25kg/m2，平均体重指数为：（22.16±1.92）kg/m2。对照组与观察组一般资料对比差异无统计学意义，其中P＞0.05，具有可比性。

纳入标准：①对照组以及观察组患者及其家属均已同意参与本次研究；②本次研究经本院审核通过。③经诊断确认对照组与观察组孕妇均为单胎孕妇。

排除标准：①中途退出本次研究的患者；②精神异常、沟通障碍、配合度低的患者；③存在严重心、肾等器质性疾

病类型的孕妇，以及存在瘢痕子宫等类型的孕妇。

1.2 方法

1.2.1 对照组方法

对照组采用常规指导模式进行干预：予以对照组孕妇相应的产前检查、健康宣教、运动指导等常规指导措施。

1.2.2 观察组方法

①组建专业的产科护理门诊个体化孕期营养指导小组，选取经验丰富的护理人员担任小组组长，参与护理前集中对小组内的人员进行培训、完善相关措施，规范相关流程，深入优化小组内成员的技术水平与综合素质，整体提升护理小组的质量。由护理小组对孕妇的各项资料进行收集与整理，保障小组内的成员能够有效的掌握孕妇的实际身体情况，根据孕妇的实际情况，制定出具有针对性的指导模式，保障护理门诊个体化孕期营养指导的高质量性。

②由产科护理门诊个体化孕期营养指导小组对各孕妇的身高、体重等资料进行收集与整理，计算各孕妇的体重指数，设置孕妇早期的营养计划。如：孕早期的孕妇每日摄入总热量应为 1600kcal左右，对于孕晚期的孕妇其每日总热量的摄入量应控制于 1800kcal左右.同时结合孕妇的实际情况，为孕妇制定出个体化的饮食计划，如：对于孕早期的孕妇来说，多数孕早期孕妇由于妊娠反应，导致其出现胃口相对较差的情况，在制定饮食计划的过程中，应遵循少食多餐的原则，并对孕早期孕妇的饮食结构进行相应的调整，每日所摄入的食物类型应以易消化、清淡且富含蛋白质类型的食物为主，并适当的提升新鲜水果的摄入量。同时引导孕妇进行相应的运动锻炼，并以每周一次的频率对自身体重指标进行检测。对于存在妊娠期糖尿病类型的孕妇，则引导其提升对于自身血糖水平的监测，在保障每日足够营养摄入的基础之上，有效而定控制糖份的摄入。

③予以孕妇孕中期的营养指导，据相关研究显示：随着孕周的不断提升，多数孕妇的早期妊娠反应会出现降低的情况，在此阶段，其食欲会出现不同程度的提升，此时应及时对孕妇的饮食计划进行调整，保障孕妇每日营养以及热量的摄入[7-8]。与此同时，孕中期同样属于胎儿生长以及发育的重要时期，因而在每日摄入饮食的过程中，应引导孕妇适当的补充含油脂类的食物，提升对于富含维生素、微量元素、矿物质以及脂肪等类型食物的摄入。如：在孕中期的饮食方面可选择以花生、核桃、芝麻等油脂含量相对较高类型的食物为主，在日常饮食的过程中则应适当的提升杂粮比例，注意营养的均衡，同时予以孕妇具有针对性的健康宣教，及时纠正其错误的饮食方式，鼓励其健康饮食，减少辛辣、生冷、刺激性强等类型食物的摄入，如油炸类等类型食物，可适当摄入富含蛋白质、维生素的食物，注意营养结构的搭配，通过食物加强患者体质、减少因食物而产生的刺激。

④孕晚期的营养指导，在孕晚期阶段，需要对孕妇体重的增长进行有效的控制，因而，孕晚期的饮食计划应提升对于新鲜蔬菜、新鲜水果、以及维生素的摄入，遵循多餐少食的原则，日常饮食则以粗粮与细粮的搭配为主，保障孕妇日常饮食品种的多样化，且以清淡易消化类型的食物为主。

1.3 观察指标

经护理干预后，对比分析对照组以及观察组的满意度；体重正常增长情况与分娩情况；以及新生儿情况。其中满意度采用评分的方式进行评定，总分为 100 分，分为三个评价指标，分别为：满意：患者满意度＞80 分，基本满意：患者满意度在 60-79 分的区间范围之内，不满意：患者满意度＜60 分；满意度=满意例数以及基本满意例数之和与总例数的占比。分娩情况包括：剖宫产、自然分娩以及早产。新生儿情况包括：巨大儿、低体重儿、胎儿窘迫以及新生儿窒息；数据均由研究期间收集整理得出。

1.4 统计学方法

将数据纳入SPSS22.0 软件中分析，率计数资料采用 x^2 检验，并以率（%）表示，P<0.05 为差异显著，有统计学意义。

2 结果

2.1 对照组以及观察组满意度

经护理干预后，对比分析对照组以及观察组的满意度，观察组明显优于对照组，其中（P＜0.05），差异具有统计学意义，详情如下表 1 所示：

表 1 对照组以及观察组满意度对比表[例，（%）]

组别	例数	满意	基本满意	不满意	满意度
对照组	110	36	41	33	77.00%
观察组	110	69	39	2	98.18
x^2	-	-	-	-	32.652
P	-	-	-	-	0.001

2.2 对照组以及观察组体重正常增长情况与分娩情况

经护理干预后，对比分析对照组以及观察组的对照组以及观察组体重正常增长情况与分娩情况，观察组明显优于对照组，其中（P＜0.05），差异具有统计学意义；其中对照组以及观察组在早产例数方面对比，无明显差异，其中（P＞0.05），差异无统计学意义，详情如下所示：

对照组中：体重增长正常例数为：72 例；观察组中：体重增长正常例数为：96 例；其中 x^2=14.506，P=0.001。

对照组中：自然分娩例数为：64 例；观察组中：自然分

娩例数为：79 例；其中 x^2=4.496，P=0.034。

对照组中：剖宫产例数为：43 例；观察组中：剖宫产例数为：29 例；其中 x^2=4.047，P=0.044。

对照组中：早产例数为：3 例；观察组中：早产例数为：2 例，其中 x^2=0.205，P=0.651。

2.3 对照组以及观察组新生儿情况

经护理干预后，对比分析对照组以及观察组的新生儿情况，观察组明显优于对照组，其中（P＜0.05），差异具有统计学意义，在新生儿窒息方面，对照组以及观察组对比，无明显差异，其中（P＞0.05），差异无统计学意义，详情如下所示：

对照组中：出现巨大而例数为：11 例，观察组中：出现巨大而例数为：3 例；其中 x^2=4.882，P=0.027。

对照组中：出现低体重儿例数为：9 例；观察组中：出现低体重儿例数为：2 例；其中 x^2=4.689，P=0.030。

对照组中：出现胎儿窘迫的例数为：6 例；观察组中：出现胎儿窘迫的例数为：0 例；其中 x^2=6.168，P=0.013。

对照组中：出现新生儿窒息的例数为：2 例，观察组中：出现新生儿窒息的例数为：0 例，其中 x^2=1.827，P=0.177。

3 讨论

妊娠时胚胎和胎儿在母体内生长发育的过程，成熟的卵子受精是妊娠的开始，胎儿及其附着物从母体体内排除是妊娠的结束，妊娠是一个复杂而变化极为协调的生理过程[3-4]。在此期间，母体的新陈代谢、消化系统、呼吸系统、神经等系统都会发生相应的改变，对营养物质的合理摄入也提出了相对较高的要求[5-6]。在妊娠期内，不仅要考虑到孕妇的营养，更要满足其体内胎儿的生长发育需求[9-10]。妊娠期间如果摄入的营养不足，会使得胎儿的生长发育迟缓甚至停滞，严重的致使胎儿畸形、死亡；对母体来说，营养不良可能导致其并发症发生率的提升，因此合理均衡的营养摄入是保证胎儿与孕妇健康的主要手段。

在本次研究中，观察组采用了个体化孕期营养指导模式进行干预，通过组建专业的个体化孕期营养指导小组，予以孕妇孕早期、孕中期、以及孕晚期的孕期营养指导，有效的改善了孕妇的分娩情况以及新生儿情况。相比于单纯采用常规指导模式的对照组，观察组具有多方面的优势。

综上所述，在产科护理门诊开展个体化孕期营养指导，能够有效改善孕妇的体重正常增长情况与分娩情况；以及新生儿情况，同时能够有效提升孕妇的满意度，在实际应用的过程中具有优良的效果，值得进一步的推广与应用，本文仅供参考。

参考文献：

[1] 成金焕,黄启亚,温穗文,邓海燕,马招君.连续孕期营养健康教育与个体化营养指导模式在妊娠期糖尿病初产妇的应用效果[J].岭南急诊医学杂志,2022,27(03):288-290.

[2] 关阳,戴炜,李韵,李惠子.孕期营养教育模式对孕前超重肥胖孕妇体质量变化及妊娠并发症的影响[J].北京医学,2022,44(04):370-372.

[3] 谢玲.助产士孕期营养指导对妊娠糖尿病患者母婴结局的影响[J].糖尿病新世界,2022,25(05):144-147.

[4] 张惠芳.孕期个体化营养指导对高龄产妇营养状况及母婴结局的影响分析[J].现代诊断与治疗,2021,32(22):3635-3637.

[5] 陈露,张媛,黄小燕,潘碧衡.孕期营养个体化指导对孕妇分娩结局和新生儿状况影响的研究[J].中国医药科学,2021,11(21):134-137.

[6] 陈露,冯丽辉,陈美君,梁进锦,刘经飘.营养健康教育联合个体化营养指导对孕妇营养状况与母婴结局的影响[J].临床护理杂志, 2021,20(04):27-29.

[7] 孙琦,邢春晓.个体化指导的孕期营养干预和心理干预在围生保健中对产妇心理状态的影响效果[J].心理月刊,2021,16(19):172-173.

[8] 陈念飞,张莹艳,褚楚,伍绍文,徐铭军.孕妇个体化营养指导对孕期增重及分娩结局的影响[J].中国临床医生杂志,2021,49(05):590-592.

[9] 李艳.个体化孕期营养指导在产科护理门诊中的应用效果分析[J].基层医学论坛,2021,25(09):1227-1228.

[10] 张爱华,程清忠,郭文星.个体化指导的孕期营养干预和心理干预在围生保健中对产妇心理状态和母婴健康的影响分析[J].智慧健康,2020,6(29):17-19.