

孕期保健护理对母婴健康的影响分析

齐丰田

肥城市安驾庄镇卫生院 山东 肥城 271604

【摘要】：目的：观察孕期保健护理对于保障母婴健康的作用与效果。方法：按照对比观察的方式开展探究，纳入 2021 年 2 月至 2022 年 4 月在本院建档孕妇 68 例为对象，双盲法均分为对照组（34 例，常规孕期指导）和观察组（34 例，进行孕期保健护理）。分析两组产后母乳喂养情况、母婴结局、自然分娩率等。结果：统计两组母婴结局，在产褥期感染、产后出血发生率上，观察组低于对照组， $P < 0.05$ 。统计两组新生儿不良结局，观察组巨大儿、黄疸、肺部感染等发生率低于对照组， $P < 0.05$ 。观察组产后开始母乳喂养时间、纯母乳喂养率以及产妇产乳喂养知识评分均存在优势， $P < 0.05$ 。观察组自然分娩率高于对照组，孕期血糖异常、血压异常发生率低于对照组， $P < 0.05$ 。观察组孕妇的 SAS 评分低于对照组，SDS 评分低于对照组，PSQI 评分低于对照组， $p < 0.05$ 。结论：将孕期保健护理运用到孕妇护理过程中，可以保障母婴健康，改善妊娠结局，提升母乳喂养率，对于保障产妇自身以及新生儿健康均存在有重要作用。

【关键词】：孕期保健；母婴健康

Analysis of the Influence of Maternal and Infant Health Care during Pregnancy

Fengtian Qi

Feicheng Anjiazhuang Health Center Shandong Feicheng 271604

Abstract: Objective: To observe the effect of maternal and infant health care during pregnancy. Methods: According to the way of comparative observation, 68 pregnant women who were registered in our hospital from February 2021 to April 2022 were included as the objects. Double blind method was used to divide them into the control group (34 cases, under the guidance of routine pregnancy) and the observation group (34 cases, under the care of pregnant women). The situation of postpartum breast feeding, maternal and infant outcomes, and natural delivery rate were analyzed. Results: The incidence of puerperal infection and postpartum hemorrhage in the observation group was lower than that in the control group ($P < 0.05$). The incidence of macrosomia, jaundice and pulmonary infection in the observation group was lower than that in the control group ($P < 0.05$). The observation group had advantages in the time of starting breastfeeding after delivery, the rate of exclusive breastfeeding and the score of maternal breastfeeding knowledge ($P < 0.05$). The natural delivery rate of the observation group was higher than that of the control group, and the incidence of abnormal blood glucose and blood pressure during pregnancy was lower than that of the control group ($P < 0.05$). SAS score, SDS score and PSQI score of pregnant women in the observation group were lower than those in the control group ($p < 0.05$). Conclusion: The application of maternal health care in the process of maternal care can ensure the health of mothers and infants, improve the outcome of pregnancy, and increase the rate of breastfeeding, which plays an important role in ensuring the health of both mothers and newborns.

Keywords: Health care during pregnancy; Maternal and infant health

如何有效提升母婴健康属于妇产科以及社会关注的重点。女性在妊娠期间自身生活习惯，饮食以及孕期健康知识的掌握情况等均会在一定程度上影响到母婴健康。在日常产前检查的过程中，及时开展孕期保健工作，可以帮助孕妇更为清晰认识在妊娠期间需要注意的各方面细节问题，保障日常饮食以及生活习惯的科学性，达到提升母婴健康水平的目的^[1-2]。同时，孕期保健护理的作用下，通过增加患者孕期健康知识了解程度，可以帮助孕妇在妊娠期间保持良好心态，可以间接达到改善妊娠结局的目的^[3-4]。本次研究就侧重对孕期保健护理在该部分患者护理中的作用进行分析，详细研究内容如下所述。

1 资料与方法

1.1 一般资料

按照对比观察的方式开展探究，纳入 2021 年 2 月至 2022 年 4 月在本院建档孕妇 68 例为对象，双盲法均分为对照组（34 例，常规孕期指导）和观察组（34 例，进行孕期保健护理）。在孕妇组成方面，对照组年龄在 25—34 岁间，

均值为 (29.73 ± 2.12) 。孕周 14—34 周，均值为 (24.75 ± 1.74) 周。观察组年龄在 26—35 岁间，均值为 (29.87 ± 1.96) 。孕周 15—33 周，均值为 (25.03 ± 1.86) 周。对比基本数据， $P > 0.05$ 。

1.2 方法

对照组孕妇在进行常规产前检查过程中各方面护理工作都按照常规模式进行开展，在进行各方面过程中，护理人员需了解患者日常饮食以及生活情况，并进行针对性指导，告知孕妇在妊娠期间日常饮食以及生活层面需要注意的细节问题。并为孕妇发放孕期健康宣传手册，帮助孕妇对孕期知识进行了解。指导孕妇按时进行产前检查，了解胎儿发育情况等。在对观察组进行干预中则需要将孕期保健护理进行运用：（1）创建孕期手册：当孕妇明确怀孕后，医院可以及时为孕妇创建孕期手册，将孕妇相关资料录入孕期手册中，护理人员需重点关注孕妇产检项目与产检时间。护理人员告知产妇需要在怀孕的 15-20 周进行空腹抽血，嘱咐产妇需按时完成产前筛选工作。护理人员需及时更新

孕妇保健手册中的产检状况,关注孕妇的变化。(2)孕早期、中期健康教育。在日常产检过程中,护理人员需结合孕妇的具体情况,详细为孕妇讲解孕期健康知识。指导孕妇保持良好饮食习惯,日常饮食需以清淡、营养丰富食物为主,减少对油腻、辛辣食物的摄入,可以适当增加对新鲜蔬菜、水果的摄入,适当食用花生、核桃等食物,保障胎儿在发育过程中有充足的营养供应。并指导孕妇养成良好生活习惯,按时作息,保障日常睡眠质量。护理人员指导产妇在休息时适当抬高下肢,且在日常生活中避免站立时间过长,预防因站立而产生明显疲惫感,护理人员嘱咐孕妇尽可能避免长时间双腿交叉,确保孕妇静脉回流得到保证,若孕妇出现下肢水肿,护理人员嘱咐孕妇增加休息时间。如果孕妇水肿在休息后没有得到消除,则护理人员需引领孕妇进行详细的体检。护理人员引导孕妇对孕期常见病症以及预防措施进行了解,包括妊娠高血压等。指导孕妇在日常生活中自主对血压、血糖进行科学监测,并做好对应记录工作,一旦出现异常,则需要及时到医院进行检查。指导孕妇在妊娠期间每日保持足够的运动量,以散步为主,对于促进代谢,保障胎儿健康等均存在有重要作用。此外,在每次产前检查过程中,需做好孕妇心理评估工作,引导孕妇保持良好的心理状态。孕妇在孕中期时,护理人员引导孕妇穿着宽松舒适的衣服,告知孕妇不可在生活中穿着高跟鞋,预防孕妇因穿高跟鞋出现重心不稳而导致的跌倒等风险事件,同时也减少孕妇因穿高跟鞋而出现腰背疼痛的情况。护理人员指导孕妇采取淋浴,避免因坐浴而导致污水进入孕妇会阴部,避免引起感染。护理人员在对孕妇进行相关护理操作时,需要注意孕妇的阴道出血情况,并观察孕妇是否出现胸闷心悸等不良症状,预防孕妇因不良症状而引起严重后果。(3)孕晚期护理。当产妇进入到孕晚期后,孕妇会出现一种兴奋和紧张的矛盾心理,孕妇容易出现精神压抑、情绪不稳定等心理问题,甚至于孕妇有可能会因不良心理而出现自感全身无力的情况。此时护理人员需详细为产妇讲解分娩流程,在分娩过程中需要注意的细节问题等。同时需要逐步引导产妇对分娩过程中的疼痛感进行科学的认知,可以按照一对一讲解或者为其播放有关的视频资料等多种方式进行宣教,引导产妇科学认识分娩过程出现疼痛的原因,并告知产妇常规助产护理流程以及镇痛方式等。对于满足自然分娩的产妇,可指导产妇选择自然分娩,并耐心为其讲解自然分娩对于产后恢复以及新生儿健康的作用等,达到对自然分娩率进行提升的目的。对于产妇存在的各方面疑问,护理人员同样需要详细为其解答。(4)产后恢复期间护理。在产后恢复过程中,护理人员需对产妇母乳喂养方式进行指导,并协助产妇做好清洁工作。指导产妇可以通过听音乐或者看视频等,保持良好心态,同时做好产后饮食干预,保障产后营养供应。

1.3 观察指标

研究中需对两组母婴结局、自然分娩率、产后开始母乳喂养时间、纯母乳喂养率以及产妇母乳喂养知识评分、孕期血糖异常、血压异常发生率、情绪评分(SAS与SDS)、睡眠评分(PSQI)统计。SAS评分主要评估孕妇焦

虑状况,SDS评分主要评估孕妇抑郁状况。PSQI对孕妇睡眠质量情况进行评估,评分越高表示孕妇睡眠质量越好。

1.4 统计学方法

研究中各数据都借助SPSS20.0进行处理,百分数对计数数据表示,卡方检验,计量数据以t检验,均值±标准差表示,P<0.05差异具备统计学意义。

2 结果

2.1 母婴结局统计

分析可知观察组,1例出现产褥期感染,对照组3例,对比 $X^2=9.722$, $P=0.001<0.05$ 。观察组自然分娩率为94.12%(32/34),对照组为82.35%(28/34),对比 $X^2=10.927$, $P=0.001<0.05$ 。观察组巨大儿、黄疸、肺部感染等发生率低于对照组, $P<0.05$,详见下表1。

表1 两组新生儿结局统计 [n,(%)]

组别	例数	巨大儿	黄疸	肺部感染	发生率
观察组	34	1 (2.94)	1 (2.94)	1 (2.94)	3 (8.82)
对照组	34	3 (8.82)	3 (8.82)	2 (5.88)	8 (23.53)
χ^2	-	7.042	7.042	4.728	11.728
P	-	0.001	0.001	0.013	0.001

2.2 两组母乳喂养情况以及孕期血糖异常、血压异常发生率分析

观察组产后开始母乳喂养时间、纯母乳喂养率以及产妇母乳喂养知识评分均存在优势, $P<0.05$,详见下表2。观察组妊娠期间2例出现血糖异常,1例出现血压异常,对照组则有5例血糖异常,4例血压异常,对比 $X^2=9.082$, $P=0.001<0.05$ 。

表2 两组母乳喂养情况分析 ($\bar{x} \pm s$)

组别	例数	开始母乳喂养时间 (h)	纯母乳喂养率	产妇母乳喂养知识评分
观察组	34	44.54±3.34	32(94.12)	95.12±2.42
对照组	34	58.56±2.13	27(79.41)	83.45±2.04
t/ χ^2	-	9.458	12.141	12.717
P	-	0.001	0.001	0.001

2.3 两组情绪与睡眠评分分析

观察组孕妇的SAS评分低于对照组,SDS评分低于对照组,PSQI评分低于对照组, $p<0.05$,详见下表3。

表3 两组情绪与睡眠评分分析 ($\bar{x} \pm s$)

组别	例数	SAS (分)	SDS (分)	PSQI (分)
观察组	34	28.56±2.13	27.12±2.42	18.12±2.42
对照组	34	32.56±2.13	31.12±2.42	21.12±2.42
t/ χ^2	-	9.458	12.141	12.717
P	-	0.001	0.001	0.001

观察组	34	30.54±5.51	32.47±5.91	5.12±0.42
对照组	34	36.56±6.68	37.29±6.82	6.45±1.04
t	-	9.893	10.358	11.517
P	-	0.001	0.001	0.001

3 讨论

妊娠属于女性生命过程中极为重要的阶段，为充分保障妊娠期间孕妇自身以及胎儿健康，需做好对应孕期保健工作。尤其对于初产妇以及高龄产妇，更需要对孕期保健工作加以重视，帮助孕妇科学掌握各方面孕期知识，明确在妊娠期间日常生活、饮食等方面需要注意的问题^[5-6]。临床能够将孕期细分为孕早期、孕中期与孕晚期这三个不同的阶段，孕早期的时间范围是怀孕前 3 个月，孕中期的时间范围是怀孕第 4-6 月，孕晚期的时间范围是怀孕的第 7-10 月，临床需要对孕妇怀孕的全过程进行有效保健护理，才可以让孕妇在孕期中身体质量得到进一步提高。在常规孕期护理的过程中，主要在产妇进行常规产检的过程中进行护理，开展对应饮食指导以及生活层面干预等，存在有一定局限性^[7-8]。将综合性孕期保健护理工作运用到女性妊娠期间，在其不同阶段开展针对性护理干预，可以

有效保障母婴健康。

临床为孕妇创建孕期保健手册，可以对孕妇孕期过程中详细的产检等信息进行记录，有助于临床对孕妇身体与心理情况进行有效分析，以便临床为孕妇制定科学合理的孕期保健计划，并根据孕妇情况适时合理的调整保健措施。开展产前健康教育，能够帮助孕妇更为科学且全面认识到在妊娠期间的细节，养成健康生活习惯，科学饮食，保障日常睡眠质量，并积极开展适当运动训练，达到改善自身体质，保障胎儿健康的目的。在分娩过程中，指导产妇掌握科学的呼吸方式，合理用力，可以保障分娩的顺利性。并科学开展对应非药物镇痛护理，能够有效缓解产妇在分娩过程中的疼痛感^[9-10]。在产后第一时间告知产妇新生儿情况，可以增加产妇的喜悦感，避免其存在有负面心理。配合开展母乳喂养等护理，可以有效保障产后母乳喂养及时性，并做好常规产妇康复护理，可以加快产妇恢复速度。在本次研究中，观察组孕妇在妊娠期间则将孕期保健护理进行运用，结合对比可以发现，在该干预模式的作用下，可以改善母婴结局，可以改善孕妇的不良情绪，改善孕妇的睡眠质量，并提升母乳喂养率，对于保障产妇健康以及新生儿健康等均存在有极为重要的作用。

综合本次研究，将孕期保健护理运用到女性妊娠期间可以有效保障母婴健康，所以孕期保健护理值得在临床进行大范围推广。

参考文献:

- [1] 林建. 孕妇孕期保健的护理服务应用探讨 [J]. 中国医药指南, 2022, 20(21): 41-44.
- [2] 赵玉焕. 早期筛查在孕期保健护理中的作用 [J]. 中国社区医师, 2021, 37(23): 160-161.
- [3] 郑晶晶. 分析孕期保健护理对高龄糖尿病孕妇母婴预后的影响 [J]. 糖尿病新世界, 2021, 24(07): 150-153.
- [4] 郑玉文. 孕期保健护理对高龄糖尿病孕妇母婴预后的影响 [J]. 糖尿病新世界, 2021, 24(05): 147-149.
- [5] 宋晖. 围生期健康教育课堂联合孕期保健对孕妇分娩方式、母婴结局、产后母乳喂养的影响 [J]. 中国医学创新, 2021, 18(06): 100-104.
- [6] 李竹军. 妊娠合并糖尿病患者孕期保健护理对产后并发症及新生儿评分的影响 [J]. 智慧健康, 2020, 6(35): 115-117.
- [7] 秦素娥, 陈晶, 宋爽. 孕期保健护理对高龄糖尿病孕妇母婴预后的影响 [J]. 中医临床杂志, 2019, 31(12): 2354-2358.
- [8] 史思琴. 孕期保健护理对孕妇妊娠结局的影响观察 [J]. 现代养生, 2019(04): 215-216.
- [9] 李梅双. 孕期保健及心理干预对初孕产妇分娩方式及母婴结局的影响 [J]. 中外女性健康研究, 2018(16): 89+95.
- [10] 唐萍. 孕期护理保健对孕产妇及围生儿临床结局的影响 [J]. 医疗装备, 2018, 31(13): 182-183.