

孕期营养指导干预在孕妇围产保健工作中的临床应用

李 静

湖北省松滋市妇幼保健院 湖北 松滋 434200

【摘 要】：目的：在孕妇围产保健工作中，分析应用孕期营养指导干预的临床效果。**方法：**本次研究选取 3000 名孕妇，选取时间为 2019 年 12 月 -2021 年 12 月，按照不同干预方法分组为各 1500 名，对照组应用常规健康指导，研究组使用孕期营养指导干预，对比组间孕妇的并发症和营养摄入量。**结果：**研究组孕妇的并发症情况少于对照组；且与对照组的孕妇营养摄入量比较，研究组孕妇摄取的营养量更好，对比结果差异性与 $P<0.05$ 一致。**结论：**为孕妇围产保健提供营养指导干预，能使孕妇保持充足营养，避免发生并发症。

【关键词】：孕期；营养指导；孕妇；围产保健；临床

Clinical Application of Nutrition Guidance Intervention During Pregnancy in Perinatal Care of Pregnant Women

Jing Li

Hubei Songzi Maternal and Child Health Hospital Hubei Songzi 434200

Abstract: In the perinatal health care work of pregnant women, the clinical effect of nutrition guidance intervention during pregnancy is analyzed. **Methods:** In this study, 3000 pregnant women were selected, selected from December 2019 to 2 December 2021, and 1500 cases were grouped according to different intervention methods. The control group applied routine health guidance, and the study group used nutrition guidance during pregnancy to compare the complications and nutrition intake of pregnant women between groups. **Results:** The pregnant women in the study group had less complications than the control group; compared with the women in the control group, the difference was consistent with $P<0.05$. **Conclusion:** Providing nutrition guidance and intervention for the perinatal health care of pregnancy can help pregnant women maintain adequate nutrition and avoid complications.

Keywords: Pregnancy; Nutrition guidance; Pregnant women; Perinatal health care; Clinical

孕妇在孕期摄取的营养情况与胎儿身体健康存在很大关系，该阶段孕妇微量元素摄取是否合理，与孕妇自身健康情况紧密相联。为了能够有效维护围产期孕妇的健康水平，在期间增加营养指导十分重要，实际应用效果良好。本次研究将 2019 年 12 月 -2021 年 12 月我院收取 3000 名孕妇作为研究对象，分析孕期营养指导干预在孕妇围产保健工作中的临床应用。

1 资料和方法

1.1 基本资料

2019 年 12 月 -2021 年 12 月我院收取 3000 名孕妇，并进行组别划分。

对照组：最小年龄为 20 岁，最大年龄 35 岁，中位年龄 (26.72 ± 0.24) 岁。平均孕周 (29.46 ± 1.57) 周。

研究组：最小年龄为 21 岁，最大年龄 36 岁，中位年龄 (26.73 ± 0.25) 岁。平均孕周 (29.47 ± 1.56) 周。

上述基本材料对比后结果与统计学不一致 ($P<0.05$)。

1.2 方法

对照组：在孕 28 周到产后 1 周为产妇提供常规保健工作指导，告知患者饮食中注意叶酸、铁以及碘盐的摄取、多补充维生素。

研究组：孕期的营养指导。结合患者身体情况，饮食方面制定针对性的营养指导方案。期间，不仅要掌握孕妇、胎儿的情况，还需要根据需要提供完善的饮食计划。并且，定期对孕妇体重、血糖指标进行检测，并按照检测的结果制定微量元素摄入量，使孕妇围生期营养都控制在合理范

围内。还需要为孕妇增加蛋白、能量和维生素的摄取，多食用容易消化的食物，多补充钙、锌、镁、铜等微量元素，使产妇产前获取均衡、充足营养。比如，钙方面，要求孕妇每天摄入 800-1200mg。锌元素对于大部分人摄取不足，加上锌对婴儿脑力发育有很大影响，所以期间增加含量丰富的锌食物。铁为红细胞中的主要部分，且与人体健康有很大关系。孕妇在围产期的血容量是之前的 2 倍，所以孕妇更需要补充大量铁元素，以符合自身需求。比如，多增加红肉、心、肝等铁元素含量食物，也可以增加一些富含维生素 C 食物，以保证患者对铁元素的吸收。

1.3 效果判定标准

(1) 并发症：观察孕妇是否存在贫血、高血压、糖尿病等并发症。

(2) 营养摄入量：对孕妇进行微量元素检测。

1.4 统计学分析

本次的 3000 名孕妇分析中，主要分析的指标为并发症和营养摄入量，各项数值分别进行卡方与 T 检验，其中数值分别应用 % 和 $(\text{均数} \pm \text{标准差})$ 形式表示，以保证对比后的结果与统计学差异性一致 ($P<0.05$)。所有数据均应用 SPSS23.0 软件进行计算。

2 结果

2.1 并发症情况

研究组孕妇的并发症情况为 33.33%，对照组孕妇的并发症发生情况为 53.33%，对比结果差异性与 $P<0.05$ 一致。具体见表 1。

表 1 对比两组并发症情况 (n/%)

组别	n	妊娠期贫血	妊娠期糖尿病	妊娠期高血压	并发症情况
研究组	1500	20 (1.33)	10 (0.66)	20 (1.33)	50 (33.33)
对照组	1500	30 (0.02)	20 (1.33)	30 (0.02)	80 (53.33)
χ^2					7.2367
P					0.0071

2.2 营养摄入量

与对照组的孕妇营养摄入量比较, 研究组孕妇摄取的营养量更好, 对比结果差异性与 $P < 0.05$ 一致。具体见表 2。

表 2 两组营养摄入量对比 ($\bar{x} \pm s$)

组别	n	蛋白质(g)	脂肪(g)	钙(mg)	铁(mg)	锌(mg)
研究组	1500	94.13 ± 42.15	86.13 ± 26.32	1203.53 ± 321.43	38.35 ± 12.72	17.32 ± 4.68
对照组	1500	71.47 ± 46.24	95.24 ± 31.43	764.13 ± 346.25	26.53 ± 16.34	12.15 ± 5.32
T 值		14.0266	8.6066	36.0207	22.1075	28.2594
P 值		0.0000	0.0000	0.0000	0.0000	0.0000

3 讨论

围产期孕妇的营养情况、微量元素摄入情况与孕妇自身的健康情况、胎儿的发育情况、身体健康有很大的关系^[1-2]。围产期孕妇进行保健的主要目的, 就是保证孕妇产生的并发症减少, 有效维护胎儿、孕妇的身体健康、人身安全。在围产期提供常规健康指导, 尽管在很大程度上能够使患者饮食得到合理安排, 但是, 因为不具有一定的针对性和系统性特点, 导致孕妇对相关的营养知识掌握少, 思想认识程度较低。加上家属为孕妇提供营养食物时, 自身存在一定的盲目性, 对知识掌握有较大误区, 还不利于孕妇获得充足的营养供应。围产期是孕妇从孕周 28 周到产后 1 周的这个阶段, 也是孕妇分娩的关键。如果产妇的机体营养不足, 则无法保证产妇得到顺利分娩, 也将影响胎儿的正常发育, 与胎儿和产妇身体健康影响较大。提供围产期营养供应, 一般表现为两个极端方向, 一种为营养过剩, 一种为营养不良。如果是营养过剩的情况, 会导致孕妇发

生妊娠期糖尿病、高血压等疾病, 甚至流产, 出现胎儿畸形等, 不良反应明显。如果是营养不良, 也可能带来一些不良反应, 如: 胎儿营养缺血、难产、发育障碍等疾病。因此, 提供围产期营养指导非常重要^[3-5]。

孕期营养干预主要通过健康指导、营养支持两个方面。如: 健康教育, 经科学的健康教育, 能够使产妇认识到营养补充对孕期的意义。一般孕期需要的营养物质主要为微量元素、蛋白质、微生物等。经充足微量元素摄取, 能使产妇的缺铁性贫血发生率降低, 经钙的摄取, 也能避免胎儿发生佝偻病。而且脂肪酸会影响胎儿的脑细胞、神经细胞发育, 其产生的影响比较大, 经科学的孕期指导, 能使孕妇保持在良好营养范围内。如果为孕妇提供营养指导, 在专业护理人员的科学指导下, 能够使孕妇、胎儿的身体健康状况、营养情况以及微量元素情况详细分析, 经合理检测, 能够按照检测结果提供针对性、完善的营养护理措施, 在能够为孕妇提供充足营养的同时, 也会使孕妇的膳食结构逐渐改善。本次研究的对照组应用常规围产期营养指导, 经研究发现, 孕妇的并发症发生情况为 53.33%, 研究组在该基础上增加健康指导, 并发症发生率为 33.33%, 结果说明, 经营养指导干预, 产妇的饮食结构逐渐被优化, 孕妇在围产期的并发症也逐渐降低。为产妇提供血液微量元素检查, 研究组利用围产期的营养指导措施, 使孕妇对蛋白质、锌钙铁等物质摄入量符合, 研究组孕妇较对照组在营养摄入方面更完善, 说明经过有效的饮食护理, 能够将孕妇营养情况控制在合理范围内。有效的运动方式、心理指导也能对孕妇的体重严格控制, 以获得良好妊娠结局。为了使孕妇体重控制在合理范围内, 保持充足营养状态下, 在确保体重的同时, 还需满足胎儿的自身发育, 经体育锻炼使孕妇体质情况改善, 确保为分娩的顺利实施提供重要条件。且经有效饮食指导, 也能减少巨大儿、妊娠期贫血、产后出血等并发症, 有利于母婴身体健康, 促使母婴结局的优化改善^[6-8]。

综上, 为孕妇的围产期营养指导工作中, 经有效干预, 能够使孕妇的微量元素摄入量增加, 减少围产期并发症, 也有利于临床上的广泛应用和推广。

参考文献:

- [1] 张晓义, 邱春霞, 王丽萍. 围产期孕妇保健中孕期营养指导的应用分析 [J]. 中国保健营养, 2021, 31(22): 218.
- [2] 王娟, 黄宁. 孕期营养指导干预在孕妇围产期保健工作中的临床应用价值 [J]. 医学美容, 2021, 30(11): 176.
- [3] 乔立辉. 孕期营养指导在围产期孕妇保健工作中的应用效果 [J]. 中国保健营养, 2020, 30(5): 301.
- [4] 岳晓燕, 李艳, 薛梦洋. 孕期营养指导应用于围产期孕妇保健工作的效果观察 [J]. 中国保健营养, 2020, 30(25): 343.
- [5] 张明婷, 李萍, 陈立真, 等. 孕期个体化营养指导在围产期孕妇保健工作中的应用探讨 [J]. 中国急救医学, 2018, 38(z2): 215.
- [6] 王绪珠, 马琴. 围产期孕妇保健护理中孕期营养指导的价值探究 [J]. 中外女性健康研究, 2020(21): 77-78.
- [7] 赖忠云. 孕期营养指导在围产期孕妇保健工作中的应用分析 [J]. 中国保健营养, 2018, 28(35): 353.
- [8] 雷友青. 孕期营养指导在围产期孕妇保健工作中的应用价值分析 [J]. 中国保健营养, 2018, 28(13): 252-253.