

孕前优生健康检查护理中健康教育的作用

唐源 许国琼^{通讯作者}

(重庆医科大学附属第二医院 重庆 400000)

摘要:目的: 探析将健康教育应用于孕前优生健康检查护理中的效果。方法: 从2018年7月到2019年7月在本中心进行孕前优生健康检查的孕妇中择取200例, 随机分为对照组和观察组进行研究, 每组各50例, 对照组常规护理, 观察组在对照组基础上实施健康教育。对比两组患者护理后孕期健康知识知晓情况、不良妊娠结局发生情况。结果: 观察组孕期健康知识知晓率高于对照组, 观察组不良妊娠结局发生率低于对照组($P < 0.05$)。结论: 将健康教育纳入孕前优生健康检查护理内容具有重要的作用, 可提高孕妇及家人对孕前优生健康检查的重视, 掌握更多生育相关知识, 对降低不良妊娠结局具有促进作用。

关键词: 孕前优生健康检查; 健康教育; 不良妊娠结局

前言

随着社会生活水平不断提高, 人们优生优育的意识也不断加强, 在孕前期进行孕前优生健康检查, 可以筛查出影响妊娠的风险因素。而健康教育则是孕前优生健康检查护理中的重要部分^[1], 可以使孕妇及家人知晓孕前优生健康检查的必要性, 并培养孕妇良好的饮食、生活习惯, 对降低不良妊娠结局的发生率有促进作用。本文针对孕前优生健康检查护理中健康教育的效果进行研究, 现将研究结果阐述如下。

正文

1 资料和方法

1.1 基线资料

将2018年7月到2019年7月在本中心进行孕前优生健康检查的200例孕妇作为本次的研究对象, 随机分为观察组和对照组。50例观察组中平均年龄(29.5 ± 2.2)岁, 平均孕周为(12.6 ± 0.3)周。50例对照组中平均年龄(29.4 ± 2.3)岁; 平均孕周为(12.5 ± 0.4)周。对比两组性别、年龄、病情等基线资料, 差异不明显($P > 0.05$), 可以比较。

1.2 纳入和排除标准

1.2.1 纳入标准

①经全身检查, 孕妇身体健康、无其他疾病; ②经伦理委员会批准, 患者和家属了解本次研究内容, 并签署知情同意书。

1.2.2 排除标准

①心、脑、肝、肾、造血系统及内分泌系统等严重原发性疾病; ②患有精神疾病, 无法配合研究; ③视力、听力障碍, 无法与人沟通。

1.3 方法

对照组孕妇进行孕前优生健康检查时实施常规护理。观察组孕妇在对照组的基础上实施健康教育, 主要内容有: ①健康教育实施方式: 在体检中心范围内安装宣传栏、海报, 并印制孕期健康知识手册, 对孕妇及家人普及健康知识; 在大厅内设置咨询台, 方便孕

妇及家人咨询; 开设孕妇学校, 定期通过讲座的方式对孕妇及家人进行健康教育^[2]; 通过微信公众号、微博等方式宣传孕前健康检查咨询电话, 安排专人负责咨询; 建立QQ群、微信群, 定期发送孕期健康知识, 并随时解答孕妇及家人提出的疑问; 对部分文化程度较低、接受能力较弱的孕妇进行一对一宣传、教育, 期间应注意使用通俗易懂的语言给予正确的指导。②健康教育内容: 介绍孕前优生健康检查具体项目: 孕妇检查前护理人员应主动与孕妇及家人沟通, 根据孕妇情况介绍本次检查的项目及注意事项, 避免影响检查结果。检查过程中护理人员应了解孕妇饮食、营养状况, 根据其偏好制定个性化的健康方案, 为胎儿的健康成长创造条件。孕期饮食以清淡、易消化为主, 可加强鱼类、海产品、低脂牛奶及新鲜水果蔬菜等食物的摄入量, 尽量避免进食煎炸、辛辣等刺激性食物和咖啡、碳酸类饮料等; 指导孕妇进行散步、瑜伽或孕妇保健操等适当运动, 对产后今后的自然分娩、产后恢复有积极的作用。

1.4 观察指标

观察、记录两组孕妇孕期健康知识知晓情况及不良妊娠结局(自然流产、治疗性引产、早产、新生儿缺陷、新生儿低体重)发生情况, 并对结果进行对比、分析。

1.5 统计学处理

采用统计软件SPSS 21.0对上述数据进行统计、分析, 计数结果使用“百分比”表达, 运用卡方值检验; 结果显示为 $P < 0.05$ 时, 说明对比有统计学意义。

2 结果

2.1 两组孕妇孕期健康知识知晓情况的比较

观察组孕妇孕期健康知识知晓例数为92例, 知晓率为92.00%; 对照组孕妇孕期健康知识知晓例数为81例, 知晓率为81.00%。观察组孕期健康知识知晓率高于对照组($\chi^2=5.181, P=0.023$)。

2.2 两组孕妇不良妊娠结局发生情况的比较

观察组不良妊娠结局发生率低于对照组。如表1:

表1: 对比两组孕妇不良妊娠结局发生情况[n(%)]

组别	n	自然流产	治疗性引产	早产	新生儿缺陷	新生儿低体重	总不良妊娠结局
观察组	100	1(1.00)	1(1.00)	2(2.00)	0(0.00)	3(3.00)	7(7.00)
对照组	100	3(3.00)	2(2.00)	5(5.00)	2(2.00)	6(6.00)	18(18.00)
χ^2	-	-	-	-	-	-	5.531
P	-	-	-	-	-	-	0.019

3 讨论

孕前优生健康检查是指在怀孕前期对女性进行的身体、生育功能的监测和监护, 是国家为提高出生人口的质量的重要措施。做好孕前优生健康检查时的护理工作是目前各体检中心工作的关键, 而健康教育是孕前优生健康检查护理工作中的重要部分, 主要作用为扩大孕前健康项目的宣传范围, 使孕妇及其家人知晓孕前健康检查的重要性^[3], 帮助更多的人接受孕前优生健康检查; 在对孕妇实施健康教育的同时, 能促进护理人员积极学习, 更好的掌握孕前健康知识, 以便更好地进行护理服务; 通过扩大优生、优育相关知识的宣传, 能较好的帮助孕妇养成良好的饮食、生活习惯, 从而显著降低孕妇不良妊娠结局的发生几率。

综上所述, 将健康教育纳入孕前优生健康检查护理内容具有重要的作用, 可提高孕妇及家人对孕前优生健康检查的重视, 掌握更多生育相关知识, 对降低不良妊娠结局具有促进作用。

参考文献:

- [1] 苏卉. 免费孕前优生健康检查及孕前健康教育在优生优育中的价值[J]. 家庭医药, 2019, (12): 395.
- [2] 高蔚霞. 论孕前优生健康检查中护理健康教育的作用[J]. 实用临床护理学电子杂志, 2018, 3(42): 172, 182.
- [3] 姬晓丽. 孕前优生健康检查护理中实施健康教育的作用探析[J]. 中国实用医药, 2019, 14(18): 162-163.