

# 围产期个体化营养指导对低体重胎儿发育妊娠结局的影响分析

罗滢 朱明娟 (通讯作者)

(贵州省人民医院 贵州 贵阳 550002)

**摘要:**目的:探讨围产期个体化营养指导对低体重胎儿发育妊娠结局的影响。方法:将我院2021年3月-2022年1月80例孕32周后发现低体重胎儿孕妇,双盲随机法分二组。对照组给予常规饮食指导,实验组实施围产期个体化营养指导。比较两组满意度、低体重儿出生率。结果:实验组满意度高于对照组,低体重儿出生率低于对照组, $P < 0.05$ 。结论:低体重胎儿孕妇实施围产期个体化营养指导效果确切,可减少足月低体重儿出生率,提高产妇的满意度。

**关键词:**围产期个体化营养指导;低体重胎儿发育;妊娠结局;

妊娠是女性的正常生理过程,也是最容易发生营养问题的时期,怀孕期间的营养状况对母体的健康有很大的影响。孕期合理的摄取营养,既能保障母亲的身体健康,又能促进胎儿的体质。怀孕期间是胎儿发育的重要阶段,在怀孕期间,母亲所摄取的营养对胎儿的生长和发育有很大的影响,而在胎儿期,如果营养不足或过量,会对胎儿以后的身体素质和成长发育造成一定的影响<sup>[1]</sup>。除了遗传因素,母亲的营养状态以及胎儿的宫内生长环境都是决定胎儿一生的主要因素,所以孕期营养管理非常重要。本研究探讨了围产期个体化营养指导对低体重胎儿发育妊娠结局的影响。报道如下。

## 1 资料和方法

### 1.1 一般资料

将我院2021年3月-2022年1月80例孕32周后发现低体重胎儿孕妇,双盲随机法分二组。每组例数40。

其中实验组年龄24-34岁,平均 $(27.21 \pm 2.27)$ 岁,初产妇23例,经产妇17例,孕周28-32周,平均 $(30.21 \pm 1.27)$ 周。对照组年龄24-34岁,平均 $(27.45 \pm 2.45)$ 岁,初产妇24例,经产妇16例,孕周28-32周,平均 $(30.14 \pm 1.36)$ 周。两组一般资料统计 $P > 0.05$ 。

### 1.2 方法

对照组给予常规饮食指导,实验组实施围产期个体化营养指导。第一,孕期营养评价:详细问诊孕妇病史,使用个体营养检测分析仪(NQA-PPLUS)充分了解身体,包括脂肪、蛋白质、碳水化合物摄入情况,运动、睡眠情况。使用B超对胎儿的体重评估监测。第二,个性化的营养干预:(1)根据《中国居民膳食指南2022版》的指导原则,由具有营养师资质的医师对其进行个性化营养指导,提高孕妇对食物的认知,以加深对食物热量的正确计量,这样可以促使孕妇在日常生活中灵活地交换食品,让膳食营养更加平衡。为孕妇提供食物交换份图和食物的类型,让孕妇明白食物的交换方式。根据生理需求设计每天的膳食计划,让孕妇学会如何进行营养膳食搭配。(2)每两周一次产科B超对胎儿体重进行评估,对孕妇进行个体营养检测分析,适当调整膳食干预。

### 1.3 观察指标

比较两组满意度、足月低体重儿出生率。

### 1.4 统计学处理

SPSS23.0软件中,计数 $\chi^2$ 统计,计量行t检验, $P < 0.05$ 表示差异有意义。

## 2 结果

### 2.1 满意度

实验组的满意度比对照组高( $P < 0.05$ )。

### 2.2 足月低体重儿出生率

实验组低体重儿出生率低于对照组( $\chi^2=4.507, P=0.034 < 0.05$ )。

实验组低体重儿出生有1例,占2.5%,而对照组低体重儿出生8例,占20.0%。

表1 两组满意度比较

组别(n)	满意	比较满意	不满意	满意度
对照组 (40)	20	12	8	32(80.00)
实验组 (40)	28	12	0	40(100.00)
X <sup>2</sup>				6.806
P				0.009

## 3 讨论

营养均衡能减轻妊娠并发症,促进胎儿的健康成长,预防出生体重下降,降低围产期胎儿死亡和死亡率。孕期所摄取的营养素,既是为了满足孕妇和胎儿的营养需求,也是为了母乳喂养做准备。不同的孕期阶段对营养的需求是不同的,在胚胎发育初期,受精卵细胞的分裂和分化是非常活跃的,需要大量的蛋白质、维生素和微量元素<sup>[2]</sup>。而怀孕期间由于妊娠反应造成的营养摄入量会降低,可以多吃一些富含维生素、微量元素的蔬果;孕中期胎儿体重和身长都会快速增加,蛋白质供应不足会导致胎儿组织细胞的分化停止,从而导致胎儿的器官发育不全,需要大量的蛋白质来维持胎儿肌肉骨骼的正常生长。孕晚期,由于胎儿的生长速度较快,所以要将大量的蛋白质、钙、磷、铁、维生素D等元素储存于身体中,所以孕妇的食量会有所增长,所以要多进食<sup>[3-4]</sup>。

另外,孕期的生理和心理是变化的,部分孕妇过分关注自身在孕期的体重水平,甚至出现节食、偏食等情况,导致营养不足以支持宫内胎儿发育所需,从而出现低体重胎儿现象,可增加低体重儿的出生风险。对此,实施围产期个体化的营养指导可以有效地指导孕妇的孕期营养规范,使其维持妊娠期间的营养平衡,降低妊娠期间的并发症发病率,有效地控制妊娠期间的体重变化,降低低体重儿的生育率,确保母婴安全<sup>[5]</sup>。

本研究显示,实验组满意度高于对照组,足月低体重儿出生率低于对照组, $P < 0.05$ 。

综上,低体重胎儿孕妇实施围产期个体化营养指导效果确切,可减少低体重儿出生率,提高产妇的满意度。

### 参考文献:

- [1]李艳,游桂梅,樊芳利,王英. 家庭群组式孕期保健模式对妊娠结局的影响[J]. 中国卫生标准管理,2022,13(04):187-190.
- [2]王慧芬. 医学孕期营养指导对妊娠期糖尿病患者妊娠结局的影响[J]. 医学食疗与健康,2021,19(14):17-18.
- [3]姚华蓉. 孕期营养指导与妊娠结局的相关性影响评价[J]. 中国继续医学教育,2021,13(14):150-153.
- [4]钟丽丽,徐小四,张冰倩. 孕前体质指数与体质量增长对分娩结局的影响[J]. 山西医药杂志,2020,49(19):2637-2639.
- [5]金超,杨勤兵,李世阳,张欣悦,林兵. 孕期全程营养管理对孕期并发症和妊娠结局的影响[J]. 中国食物与营养,2020,26(07):72-76.