

· 论著 ·

营养均衡饮食疗法对妊娠期糖尿病患者产后血糖水平的影响

杜素宁*

郑州市妇幼保健院产科 (河南 郑州 450000)

【摘要】目的 探讨营养均衡饮食疗法对妊娠期糖尿病患者产后血糖水平的影响。方法 采用抽签法将本院2018年4月至2019年6月接收的80例妊娠期糖尿病患者分为对照组(40例)和观察组(40例)。对照组给予常规康复指导,观察组在对照组基础上给予营养均衡饮食疗法,干预2个月后,比较两组血糖水平、护理满意度。结果 干预2个月后,两组FPG、2hPG、HbA1c水平均较干预前降低,且观察组水平较对照组低,差异具有可比性($P<0.05$)。干预2个月后,观察组总满意度95.00%高于对照组(80.00%),差异具有可比性($P<0.05$)。结论 营养均衡饮食疗法可改善妊娠期糖尿病患者产后血糖水平,提高护理满意度,值得临床应用。

【关键词】妊娠期糖尿病;营养均衡饮食疗法;血糖水平;护理满意度

【中图分类号】R587.1; R459.3

【文献标识码】A

DOI:10.3969/j.issn.1009-3257.2022.05.037

Effect of Nutrition Balanced Diet Therapy on Postpartum Blood Glucose Level in Patients with Gestational Diabetes Mellitus

DU Su-ning*

Department of Obstetrics, Zhengzhou Maternal and Child Health Hospital, Zhengzhou 450000, Henan Province, China

Abstract: *Objective* To explore the effect of nutrition balanced diet therapy on postpartum blood glucose level in patients with gestational diabetes mellitus. *Methods* 80 patients with gestational diabetes mellitus in our hospital from April 2018 to June 2019 were divided into control group (40 cases) and observation group (40 cases). The control group was given routine rehabilitation guidance, and the observation group was given nutrition balanced diet therapy on the basis of the control group. After 2 months of intervention, the blood glucose level and nursing satisfaction of the two groups were compared. *Results* After 2 months of intervention, FPG, 2hPG and HbA1c levels of the two groups were lower than those before intervention, and the level of the observation group was lower than that of the control group, the difference was comparable ($P<0.05$). After 2 months of intervention, the total satisfaction of the observation group was 95.00% higher than 80.00% of the control group, and the difference was comparable ($P<0.05$). *Conclusion* Nutrition balanced diet therapy can improve postpartum blood glucose level and nursing satisfaction of patients with gestational diabetes mellitus, which is worthy of clinical application.

Keywords: Gestational Diabetes Mellitus; Nutrition Balanced Diet Therapy; Blood Glucose Level; Nursing Satisfaction

妊娠期糖尿病多发于妊娠中后期,主要因妊娠期糖代谢异常升高所致,该病早期症状不明显,严重可引发各种并发症致流产、难产等,因此,做好预防措施对预后尤为重要。以往主要采用管理饮食、体重等方式控制患者血糖水平,但管理饮食同时忽略产妇营养补充等问题,致产妇机体恢复较慢,对产后康复及胎儿发育都造成不同程度影响^[1]。营养均衡饮食疗法是通过营养师与主治医师联合制定的科学饮食疗法,可改善产妇饮食习惯及饮食结果,提高营养均衡性,控制血糖水平,改善预后效果^[2]。因此,本研究探讨营养均衡饮食疗法对妊娠期糖尿病患者产后血糖水平的影响。现报告如下。

1 资料与方法

1.1 一般资料 经医学伦理委员会批准,采用抽签法将本院2018年4月至2019年6月接收的80例妊娠期糖尿病患者分为对照组(40例)和观察组(40例)。观察组年龄24~37岁,平均年龄(30.62±3.45)岁;孕周36~41周,平均孕周(38.26±1.24)周;孕次1~4次,平均孕次(2.46±0.58)次。对照组年龄25~35岁,平均年龄(30.34±3.48)岁;孕周37~41周,平均孕周(38.52±1.19)周;孕

次1~3次。平均孕次(2.40±0.54)次。两组上述资料对比,无明显差异($P>0.05$),研究具有可比性。

纳入标准:符合妊娠期糖尿病诊断标准^[3];孕前无糖尿病史;均为单胎妊娠;知情且自愿参与研究。排除标准:患免疫系统疾病;患其他器官功能障碍;患精神障碍,无法配合治疗;孕期存在严重感染。

1.2 方法

1.2.1 对照组 给予常规康复指导,如控制饮食体重、心理疏导、健康宣教、体位指导、母乳喂养、出院指导等,连续干预2个月。

1.2.2 观察组 在对照组基础上,给予营养均衡饮食疗法,具体如下:1)建立营养管理小组:由责任护士、营养师、妇产科医师组成管理小组,小组成员联合对产妇进行饮食调查、评估、指导。2)营养指标采集:由营养师对产妇个人营养病史进行归纳,包括体重、年龄、身高、血清白蛋白(albumin, Alb)、血红蛋白(hemoglobin, Hb)等,结合病史评估产妇目前营养情况。3)膳食摄入调查:采用饮食记录法,统计产妇入院后接受干预后3d的饮食情况,由营养师携带图谱、模具等进行膳食培训,并评估

【第一作者】杜素宁,女,营养师(高级),主要研究方向:营养方面。E-mail: dusuning64973@163.com

【通讯作者】杜素宁

产妇实际能量及营养摄入情况。4)营养宣教：(1)膳食均衡，主食选择全谷类、粗杂粮、豆类等，遵循粗细搭配，禁止摄入精制糖；可提高鱼、蛋等食物摄入量；优先选用菌菇、叶菜、苹果、柚子、梨子等食物，确保足够膳食纤维、维生素及矿物质摄入量。(2)以三餐三点方式供应餐食，叮嘱产妇充分咀嚼，延长进食时间。5)膳食处方：结合孕前期体重指数(BMI)及孕周设定总能量，制定3种能量套餐，其中碳水化合物、脂肪、蛋白质占比分别为50~60%、20~30%、15~20%，按三餐三点模式进餐，三餐能量占比分别为10~15%、20~30%、20~30%，三点能量占比均为5~10%。6)跟踪随访：在院期间按时记录产妇营养摄入、血糖、胰岛素使用量、尿酮体等情况，结合产妇情况定期调整食谱，以确保出院后营养均衡，母乳充足，出院后定期回访，叮嘱产妇坚持合理饮食，适当运动控制体重，避免血糖回升，连续干预2个月。

1.3 观察指标 (1)血糖水平：分别于干预前、干预2个月后抽取两组清晨空腹及餐后2h静脉血4mL，采用葡萄糖氧化酶法检测空腹血糖(fasting blood glucose, FBG)、餐后2h血糖(2hPG)、糖化血红蛋白(HbA1c)水平。(2)护理满意度：干预2个月后，采用本院自制护理满意度问卷调查表(Cronbach's α 系数为0.784，重测信度为0.82)，统计两组患者对护理满意情况，量表满分100分，>80分为满意；60~80分为较满意；<60分为不满意。满意率+较满意率=总满意度。

1.4 统计学方法 采用SPSS 23.0统计学软件，以%和n表示计数资料，采用 χ^2 检验；采用“ $\bar{x} \pm s$ ”表示计量资料，组间以独立样本t检验，组内以配对样本t检验，以 $P < 0.05$ 为差异有统计学意义。

2 结果

2.1 血糖水平 干预2个月后，两组FPG、2hPG、HbA1c水平均较干预前降低，观察组水平低于对照组，差异具有可比性($P < 0.05$)，见表1。

表1 比较两组血糖水平

时间	组别	FPG(mmol/L)	2hPG(mmol/L)	HbA1c(%)
干预前	观察组(n=40)	8.25 $\pm$ 0.86	10.81 $\pm$ 1.16	7.42 $\pm$ 0.68
	对照组(n=40)	8.29 $\pm$ 0.83	10.78 $\pm$ 1.21	7.45 $\pm$ 0.71
	t	0.212	0.113	0.193
	P	0.833	0.910	0.848
干预后	观察组(n=40)	6.48 $\pm$ 0.66 ^a	8.14 $\pm$ 0.76 ^a	5.04 $\pm$ 0.58 ^a
	对照组(n=40)	7.25 $\pm$ 0.73 ^a	9.08 $\pm$ 0.82 ^a	6.52 $\pm$ 0.69 ^a
	t	4.949	5.317	10.384
	P	<0.001	<0.001	<0.001

注：^a表示与同组干预前对比，差异具有统计学意义($P < 0.05$)。

2.2 护理满意度 干预2个月后，观察组总满意度95.00%高于对照组80.00%，差异具有可比性($P < 0.05$)。见表2。

3 讨论

妊娠期糖尿病是妊娠期糖代谢异常升高现象，可能与母体因素、遗传因素、妊娠因素等有关，随着人们饮食不断改善，妊娠

表2 比较两组护理满意度[n(%)]

组别	满意	较满意	不满意	总满意度
观察组(n=40)	26(65.00)	12(30.00)	2(5.00)	38(95.00)
对照组(n=40)	18(45.00)	14(35.00)	8(20.00)	32(80.00)
χ^2				4.114
P				0.043

期糖尿病发病率急剧上升，该病早期无明显症状，主要以血糖升高为主，持续发展可导致流产、死胎或引发其他并发症，若不及时治疗，后期可转为2型糖尿病，对产妇身体健康有极大危害^[4]。以往治疗该病多采用常规饮食管理等方式，该方式虽可控制患者体重、血糖等指标增生，但产后患者体质虚弱、机体处于恢复期，期间若不给予营养补充，对产后康复及母乳喂养有较大影响^[5]。

有研究显示，营养补充对妊娠期胎儿发育至产后恢复发挥至重要作用，采用营养均衡饮食疗法不仅可改善糖代谢紊乱等现象，起到降糖的作用，同时还可加快机体组织恢复速度，以改善预后效果，促进患者早期康复^[6]。本研究结果显示，干预后，观察组FPG、2hPG、HbA1c水平均低于对照组，护理满意度较对照组高，可见，营养均衡饮食疗法可改善妊娠期糖尿病患者血糖水平，提高患者满意度。分析原因在于，营养均衡饮食疗法通过主治医师与营养师紧密合作，为患者制定科学合理的饮食方案，以促进患者养成合理的饮食习惯，保证产后营养合理摄入，改善康复效果^[7-8]；通过营养分配比例、三餐三点分配等，最大限度改善患者饮食结构，提高饮食均衡性、合理性，以促进产后快速康复。同时还通过营养病史等评估，为患者选择限制疾病的食物，从而控制产后血糖水平、体重指数等，预防产后高血糖发生^[9-10]。且采用营养均衡饮食疗法，不仅可确保孕期营养摄入量，还可预防高血糖、营养不良等情况发生，从而促进产后快速康复，确保胎儿正常发育。

综上所述，营养均衡饮食疗法可改善妊娠期糖尿病患者产后血糖水平，提高护理满意度，值得临床推广应用。

参考文献

- [1] 张秋菊, 苏丽英. 孕期饮食和运动干预对妊娠期糖尿病的发病率及妊娠结局的影响[J]. 河北医学, 2017, 23(3): 475-477.
- [2] 李玉琴. 妊娠期糖尿病的规范化治疗对妊娠结局的影响[J]. 中国现代医学杂志, 2018, 28(7): 124-126.
- [3] 谢幸, 苟文丽. 《妇产科学》(第8版)[M]. 北京: 人民卫生出版社, 2013: 64-71.
- [4] 杨晓燕, 任楠楠, 张文香. 妊娠期糖尿病发病率及其相关危险因素分析[J]. 陕西医学杂志, 2018, 47(5): 35-37, 47.
- [5] 黄晶, 张明铭, 黄飞斌. 饮食调剂和运动管理对妊娠糖尿病产妇产后结局的临床意义[J]. 河北医药, 2018, 40(19): 3021-3023, 3027.
- [6] 高莲莲, 陶静, 黄丽红, 等. 妊娠期糖尿病患者医学营养治疗教育与执行现状及其影响因素分析[J]. 护理学报, 2017, 24(23): 49-52.
- [7] 王颖, 杨莎, 冯辉, 等. 健康教育联合营养干预综合治疗对妊娠期糖尿病的影响[J]. 实用预防医学, 2017, 24(3): 347-348.
- [8] 张同美, 李会荣. 营养治疗对妊娠期糖尿病分娩结局及新生儿免疫功能影响[J]. 西南国防医药, 2017, 27(12): 1346-1348.
- [9] 周华, 罗宇迪, 赵璐, 等. 个体化营养方案在妊娠期糖尿病患者血糖管理中的应用效果[J]. 广西医学, 2019, 41(2): 251-254.
- [10] 崔铭萱, 吕净, 蔡晶晶, 等. 孕早期医学营养治疗对妊娠期糖尿病高危妊娠女性体重及血糖代谢并发症的影响[J]. 中国医刊, 2019, 54(4): 439-442.

(收稿日期: 2021-05-25)