

· 论著 ·

营养膳食指导在孕妇中的应用及对妊娠并发症、母婴结局的影响

河南省漯河市第三人民医院妇产科 (河南 漯河 462000)

张华丽

【摘要】目的 分析营养膳食指导在孕妇中的应用及探讨其对妊娠并发症、母婴结局的影响。**方法** 选取在我院妇产科就诊妊娠期单胎产妇110例, 随机分为营养组和常规组各55例。常规组采用常规孕期指导方法, 营养组在常规组基础上根据孕妇情况给予营养膳食指导。观察两组孕妇在孕期妊娠并发症情况(妊娠期高血压、妊娠期糖尿病、妊娠期合并贫血)及母婴结局(阴道分娩、难产、产后出血、早产、低体重儿、巨大儿)。**结果** 营养组妊娠期高血压、妊娠期糖尿病、妊娠期合并贫血发生率, 均明显低于常规组($P < 0.05$); 营养组阴道分娩、难产、产后出血、早产、低体重儿、巨大儿发生率, 均优于常规组($P < 0.05$)。**结论** 在孕妇中采用营养膳食指导, 能减少妊娠并发症, 增加自然分娩率, 提高新生儿出生质量。

【关键词】 营养膳食指导; 孕妇; 妊娠并发症; 妊娠结局; 母婴结局

【中图分类号】 R714.25

【文献标识码】 A

DOI: 10.3969/j.issn.1009-3257.2018.06.024

Application of Nutritional Dietary Guidance in Pregnant Women and Its Effects on Pregnancy Complications and Maternal-infant Outcomes

ZHANG Hua-li. Department of Obstetrics and Gynecology, Third People's Hospital of Luohe, Luohe 462000, Henan Province, China

[Abstract] **Objective** To analyze the application of nutritional dietary guidance in pregnant women and explore its effects on pregnancy complications and maternal-infant outcomes. **Methods** 110 cases of women with singleton pregnancy in department of obstetrics and gynecology of our hospital were selected and randomly divided into nutrition group and routine group, with 55 cases in each group. Routine group was given routine pregnancy guidance method, and nutrition group was given nutritional dietary guidance according to the condition of pregnant woman on the basis of routine group. The pregnancy complications during pregnancy (gestational hypertension, gestational diabetes mellitus, gestational anaemia) and maternal-infant outcomes (vaginal delivery, dystocia, postpartum hemorrhage, premature delivery, low birth weight infant, fetal macrosomia) were observed in the two groups. **Results** The incidence rates of gestational hypertension, gestational diabetes mellitus and gestational anaemia in nutrition group were significantly lower than those in routine group ($P < 0.05$). The incidence rates of vaginal delivery, dystocia, postpartum hemorrhage, premature delivery, low birth weight infant and fetal macrosomia in nutrition group were better than those in routine group ($P < 0.05$). **Conclusion** Nutritional dietary guidance in pregnant women can reduce pregnancy complications, increase the rate of natural delivery, and improve the birth quality of newborns.

[Key words] Nutritional Dietary Guidance; Pregnant Women; Pregnancy Complications; Pregnancy Outcomes; Maternal-infant Outcomes

随着医学科技的不断进步, 有研究发现通过合理的膳食和健康的生活方式能有效预防孕期不良妊娠结局, 能降低婴儿早产、体重过低、发育不良等的发生率^[1]。妊娠期妇女对营养摄入要求较高, 其不但需要摄入维持自身基本活动的能量, 还需保证胎儿生长发育及附属物生长所需的能量, 这对胎儿成年后身体健康有着重要的影响^[2]。由于孕期所需能量较多, 合理的饮食结构显得尤为重要。本文研究采用营养膳食指

导在孕妇中的应用, 探讨其对妊娠并发症及母婴结局的影响, 现将结果报道如下。

1 资料与方法

1.1 一般资料 选取2014年1月~2017年3月在我院妇产科就诊妊娠期单胎产妇110例, 按随机数表法分为营养组和常规组各55例。营养组年

龄22~34岁, 平均(28.4±4.7)岁; 孕周12~14周, 平均(13.21±0.33)周; 身高155~172cm, 平均(163.54±5.72)cm; 体重48~60kg, 平均(57.35±8.13)kg; 其中初产妇25例, 经产妇30例。常规组年龄22~34岁, 平均(27.6±3.9)岁; 孕周12~14周, 平均(13.15±0.42)周; 身高155~172cm, 平均(162.68±5.88)cm; 体重48~60kg, 平均(58.11±8.26)kg; 其中初产妇27例, 经产妇28例。两组孕妇一般资料差异无统计学意义($P>0.05$)。

1.2 纳入及排除标准 纳入标准: ①在本院就诊的正常单胎产妇; ②本院建立孕卡, 且孕卡显示孕周在12~14周; ③孕妇年龄在22~34岁之间; ④经医学伦理委员会批准此项研究; ⑤孕妇及家属均知情同意, 并自愿参与研究。排除标准: ①有既往流产史妇女; ②合并有生殖内分泌疾病者; ③有严重心、肝、肾功能不全, 胃肠道功能障碍者; ④对饮食有特殊要求者。

1.3 方法

1.3.1 常规组: 采用常规孕期指导方法, 根据《备孕妇女膳食指南》^[3]内容制定孕期相关营养摄入标准, 向孕妇及家属讲明孕期需摄入的营养元素, 及其对应食物和相应比例; 告知孕妇及家属根据孕卡时间定期进行产前相关检查, 并做好相应记录。

1.3.2 营养组: 在常规组基础上, 根据孕妇个体情况设定个性化方案, 并加强监督指导食物摄入情况及比例, 在怀孕不同孕周进行相应的膳食指导。对于孕妇膳食情况采取24h记录, 采用统一的量表量化膳食摄入情况, 工作人员详细记录每天的摄入情况及比例, 定期对孕妇进行孕期相关检查, 并根据检查情况

对比《备孕妇女膳食指南》孕期参考摄入情况, 随时更改相应食物和营养成分摄入比, 保持其最佳的营养状态备孕。

1.4 观察指标 观察两组孕妇在孕期妊娠并发症情况及母婴结局, 其中妊娠并发症包括: 妊娠期高血压、妊娠期糖尿病、妊娠期合并贫血; 母婴结局包括: 阴道分娩、难产、产后出血、早产、低体重儿、巨大儿。

1.5 统计学方法 本文数据采取统计学软件SPSS17.0进行处理, 数据均采用双人录入EXCEL表格, 计数资料采取%表示, 组间比较采取 χ^2 检验, $P<0.05$ 表示差异有统计学意义。

2 结果

2.1 妊娠并发症 营养组在妊娠期妊娠期高血压发病率3.64%、无妊娠期糖尿病例数、妊娠期合并贫血发病率7.27%, 均明显低于常规组妊娠期高血压18.18%、妊娠期糖尿病10.91%、妊娠期合并贫血23.64%, 差异有统计学意义($P<0.05$), 见表1。

2.2 母婴结局 营养组阴道分娩率81.82%, 明显高于常规组61.82%; 营养组难产率9.09%, 明显低于常规组25.45%, 差异均具有统计学意义($P<0.05$), 两组产后出血差异无统计学意义($P>0.05$)。营养组早产、低体重儿、巨大儿的出生率均低于常规组, 差异有统计学意义($P<0.05$), 见表2。

3 讨论

近年来人们的生活水平逐渐提高, 在日常饮食能满足人们基本的营养需求, 但不合理的饮食结构仍会影响人们身体健康。妊娠是一项复杂的生理过程, 期间需要大量的能量供应来保证母体子宫及胎儿的健康成长, 因此人们会在孕期加强营养摄入, 但不当的营养摄入会导致孕妇自身营养失调, 同时还会对母体及胎儿生长发育造成一定的影响^[4]。近年研究显示, 孕期盲目的营养补充会导致孕妇营养过剩, 易导致其发生妊娠并发症, 且在母婴结局方面有较大风险, 因此在妊娠期实施必要的营

表1 两组采用不同膳食干预方式妊娠期并发症情况[例(%)]

组别	例数	妊娠期高血压	妊娠期糖尿病	妊娠期合并贫血
营养组	55	2(3.64)	0*	4(7.27)
常规组	55	10(18.18)	6(10.91)	13(23.64)
χ^2		4.583	4.407	4.453
P		0.032	0.036	0.035

表2 两组采用不同膳食干预方式母婴结局情况[例(%)]

组别	例数	阴道分娩	难产	产后出血	早产	低体重儿	巨大儿
营养组	55	45(81.82)	5(9.09)	2(3.64)	3(3.64)	1(1.82)	1(1.82)
常规组	55	34(61.82)	14(25.45)	5(9.09)	11(20.00)	8(14.55)	9(16.36)
χ^2		5.435	4.072	0.610	4.01	4.356	5.390
P		0.020	0.044	0.435	0.045	0.037	0.020

养干预显得尤为重要^[5]。

孕期营养膳食对优生有着十分重要的意义,通过科学地调配妊娠各个阶段的营养饮食,合理全面的补充营养,以满足妊娠期母体对营养的需求,同时还应充分保障胎儿生长发育期对营养因素的需求,进而有效提高自然分娩率^[6]。营养膳食应根据胎儿发育情况进行适当调整,孕早期胎儿生长发育相对较缓慢,但孕早期妇女易出现明显消化道不适,表现为恶心、呕吐、便秘等,该阶段孕妇食欲处于较低状态,应根据情况适当补充所需营养,最大限度提高体内营养摄入同时进行合理的膳食指导,保证胎儿生长所需营养供应;孕中及孕末期,胎儿发育相对较迅速,此时应适当增加食物量,在满足孕妇需要的同时储备产后母体泌乳等所需的等量。孕期营养膳食指导保证营养均衡是成功妊娠必备条件之一,合理是饮食配比能有效满足母体子宫及胎儿生长发育,保证妊娠成功率,降低胎儿出生缺陷^[7]。

本文对两组患者治疗后妊娠并发症及母婴结局进行对比研究,发现经营养膳食指导后孕妇妊娠并发症发生率明显降低,且母婴结局也较常规组改善,这与侯爱军等^[8]研究结果基本一致,根据孕妇情况给予个性化营养膳食指导能增强产妇胃肠蠕动,进行有效的体重管理,同时严格的膳食控制还减少营养过剩发生

率,进而改善孕妇妊娠期并发症及母婴结局。

综上,在孕妇中采用营养膳食指导能降低妊娠并发症的发病率,增加自然分娩率,降低难产率及早产、低体重儿、巨大儿的出生率,提高新生儿出生质量。

参考文献

- [1] 胡蕊,朱文丽,冯翠玲,等.孕妇膳食模式建立及其相关因素[J].中国公共卫生,2015,31(11):1457-1459.
- [2] 王培成,张慧萍,刘秀英,等.孕中期妇女膳食多样化评价及影响因素分析[J].现代预防医学,2016,43(8):1409-1412.
- [3] 杨月欣,苏宜香,汪之顷,等.备孕妇女膳食指南[J].临床儿科杂志,2016,34(10):798-800.
- [4] 孙铭.孕期膳食营养指导对孕期营养状况及妊娠结局影响[J].中国公共卫生,2015,31(3):367-368.
- [5] 杨姣梅,党少农,程悦,等.陕西单胎孕妇膳食模式及其影响因素研究[J].中华预防医学杂志,2017,51(8):766-768.
- [6] 王培成,张慧萍,刘秀英,等.孕中期妇女膳食多样化评价及影响因素分析[J].现代预防医学,2016,43(8):1409-1412.
- [7] 张蓉,薛莹,张灵,等.919例孕妇膳食营养状况调查分析[J].重庆医学,2016,45(33):4745-4746.
- [8] 侯爱军,王丽萍,赵艳敏,等.孕期膳食营养指导对母婴健康及妊娠结局的影响分析[J].中国妇产科临床杂志,2016,17(3):254-256.

【收稿日期】2018-04-03

(上接第 58 页)

以提高日常生活能力及生活质量,降低并发症的发生,并减少致残率及护理成本,徐艳等^[3]研究认为,采取三期十步法护理干预措施能够显著提高缺血性脑卒中患者的神经功能及日常生活能力。

本研究结果显示,观察组的NIHSS、ADL评分改善幅度显著大于对照组,提示三期十步法能够显著改善ACI患者的神经功能及生活自理能力,认为该护理模式通过良肢位摆放基础上的主动及被动运动,有效锻炼患者的肢体功能,从而恢复生活能力,夏琰等^[4]运用“三期十步法”护理ACI患者,发现干预组于出院时的NIHSS及日常生活活动能力(BI)评分显著优于对照组,与本研究结果相一致;另外,本研究还表明,观察组的生活质量明显优于对照组,猜测是神经功能、肢体功能的改善,使得患者的生活能力明显提

高,进而改善生活质量。

综上所述,运用“三期十步”法对急性脑卒中患者进行分期康复护理,可显著改善患者的神经功能,并提高生活能力及生活质量。

参考文献

- [1] 张洁,徐艳.肢体功能锻炼“三期十步法”在脑卒中偏瘫病人康复训练中的临床观察[J].蚌埠医学院学报,2017,42(4):549-551.
- [2] 饶明俐.中国脑血管病防治指南[M].北京:人民卫生出版社,2007:51-52.
- [3] 徐艳,于江,夏琰,等.三期十步法在缺血性脑卒中早期康复护理中的应用[J].护士进修杂志,2015,30(18):1695-1697.
- [4] 夏琰,徐艳,籍牛.“三期十步法”对急性脑梗死临床预后的护理评价[J].实用临床医药杂志,2016,20(8):8-10.

【收稿日期】2017-07-24