

妊娠期超体重管理的临床效果

何芳

成都市青白江区妇幼保健院 四川成都

【摘要】目的 探究对妊娠期超体重孕妇实施体重管理的临床效果。**方法** 择取2019年4月至2021年3月期间在本院接受产前检查及分娩的92例妊娠期超体重(BMI \geq 24)孕妇作为此次研究的观察对象,采用数字随机的方式分成参照组(n=46)和管理组(n=46)两个组别。参照组孕妇只进行常规产前检查,研究组则在参照组的基础上给予孕妇体重管理措施进行干预。将两组孕妇实施干预后的妊娠期合并症发生情况、新生儿情况以及体重增长速率进行组间对比。**结果** 经过组间对比,管理组孕妇的妊娠期合并症发生率以及体重增长速率均要低于参照组,且管理组的新生儿不良情况的发生率也要低于参照组,两组之间的差异为($P<0.05$)。**结论** 对妊娠期超体重孕妇实施体重管理干预的效果较佳,能够有效的帮助孕妇控制体重增长速率,降低妊娠期合并症的发生几率,促进降低新生儿不良情况的发生风险,值得在临床中进行应用及推广。

【关键词】 妊娠期; 超体重; 体重管理; 临床效果; 新生儿体重增长速率

Clinical effect of overweight management during pregnancy

Fang He

Maternal and Child Health Hospital, Qingbaijiang District, Chengdu

【Abstract】 Objective To explore the clinical effect of weight management in overweight pregnant women during pregnancy. **Methods** A total of 92 pregnant women who were overweight during pregnancy (BMI \geq 24) who received prenatal care and delivery in our hospital from April 2019 to March 2021 were selected as the observation objects of this study, they were randomly divided into two groups: the reference group (n=46) and the management group (n=46). Pregnant women in the reference group only underwent routine prenatal examinations, and the research group gave pregnant women weight management measures to intervene on the basis of the reference group. The incidence of comorbidities during pregnancy, neonatal conditions and weight gain rate of the two groups of pregnant women after the intervention were compared between the two groups. **Results** After comparison between groups, the incidence of pregnancy complications and the rate of weight gain of pregnant women in the management group were lower than those in the reference group, and the incidence of neonatal adverse events in the management group was also lower than that in the reference group, the difference between the two groups was ($P<0.05$). **Conclusion** The effect of weight management intervention on overweight pregnant women during pregnancy is better, can effectively help pregnant women control the rate of weight gain, reduce the risk of complications during pregnancy, contribute to reducing the risk of neonatal adverse events, worthy of clinical application and promotion.

【Keywords】 Pregnancy; overweight; Weight management; Clinical effect

孕妇在妊娠期间的活动量较少,加上部分孕妇对饮食的摄入量控制缺乏一定的认知,导致孕妇在妊娠期间由于摄入量过多的营养,其运动量又较少,

致使出现体重增长较快,造成妊娠期超体重的情况出现^[1-3]。妊娠期超体重不仅会增加孕妇出现合并症的风险,同时也会对分娩结局以及新生儿情况造成

影响^[4-6]。对此,需要对超体重孕妇实施相应的干预措施,对孕妇的体重进行控制,从而有效的改善分娩结局,促进降低妊娠期合并症以及新生儿不良情况的发生风险。本文将探究对妊娠期超体重孕妇实施体重管理的临床效果,详见下文。

1 资料与方法

1.1 一般资料

择取 2019 年 4 月至 2021 年 3 月期间在本院接受产前检查及分娩的 92 例妊娠期超体重(BMI \geq 24)孕妇作为此次研究的观察对象,采用数字随机的方式分成参照组(n=46)和管理组(n=46)两个组别。参照组:孕妇的年龄区间最大值为 31 岁,最小年龄为 23 岁,平均年龄为(26.54 \pm 2.56)岁;管理组:孕妇的年龄区间最大值为 33 岁,最小年龄为 23 岁,平均年龄为(26.64 \pm 2.57)岁。将两组孕妇的基本资料进行组间对比,其差异不大(P>0.05),可进行组间比较。

1.2 方法

参照组孕妇单纯进行临床中常规的产前检查;管理组则在参照组的基础上对孕妇实施体重管理干预措施,具体内容如下:

(1) 孕妇营养摄入指导:通过对孕妇的日常营养摄入情况以及体重的增长情况进行详细的了解,根据孕妇需求营养素推荐表为孕妇制定出个性化的营养摄入食谱,指导孕妇根据针对性的营养摄入食谱对日常的营养摄入量进行有效的控制,从而避免孕妇摄入过量的营养,造成孕妇的体重迅速增长。

(2) 健康知识教育:通过为孕妇及其家属讲解合理摄于营养及妊娠期对体重进行控制的重要性,让孕妇及其家属引起重视,能够明确的知晓妊娠期超体重对妊娠结局造成的影响。对于孕妇及其家属的健康宣教措施,可以通过口头宣教、发放健康知识宣传册或者是通过微信推送相关知识小视频等多种方式实施宣教。或者是医护人员可以通过定期随访的方式指导孕妇对体重进行过控制,并且及时的

知晓孕妇的体重增长情况,便于及时的指导孕妇采取相应的措施对体重增长速率进行控制。

(3) 运动降重指导:通过指导孕妇选择适当的运动方式进行日常运动,帮助孕妇对体重进行控制。需要根据孕妇的实际情况以及个人的日常生活习惯等,对孕妇的日常运动进行针对性的指导,可以指导孕妇选择孕期瑜伽、散步以及简单的家务劳动等方式进行运动,以不会引起宫缩为度。通过运动降重指导,让孕妇能够有效的保证日常的运动量,避免脂肪堆积,从而有下的控制体重的增长。

(4) 心理干预:通过对孕妇的心理进行干预,帮助孕妇改善紧张、焦虑情绪,保持良好的心态;并且叮嘱孕妇家属多给予孕妇安抚及关心,促进调节孕妇的心理环境。通过有效的干预孕妇的心理环境,让孕妇能够更好的配合医护人员的指导,对自身的体重进行控制。

1.3 观察指标

详细记录两组孕妇的妊娠期合并症(高血压、糖尿病、剖宫产)发生情况以及新生儿不良情况(早产、巨大儿、窒息)的发生例数,并且进行组间对比,同时对比两组孕妇的体重增长速率。

1.4 统计学方法

所有研究统计数据采用 SPSS23.0 软件进行归纳整理,研究中的计数资料用 χ^2 ,表示为(%),研究中的计量资料采用 t,表示为($\bar{x} \pm s$),软件数据检验结果若显示 P<0.05,表示数据间有统计学意义和价值。

2 结果

2.1 对比两组孕妇实施干预后的妊娠期合并症发生情况、新生儿情况以及体重增长速率

经过组间对比,管理组孕妇的妊娠期合并症发生率以及体重增长速率均要低于参照组,且管理组的新生儿不良情况的发生率也要低于参照组,两组之间的差异为(P<0.05),详细如表 1。

表 1 对比两组孕妇实施干预后的妊娠期合并症发生情况、新生儿情况以及体重增长速率($\bar{x} \pm s$)

组别	妊娠期合并症发生情况[n(%)]			新生儿不良情况[n(%)]			体重增长速率(kg/w)
	高血压	糖尿病	剖宫产	早产	巨大儿	窒息	
参照组	6 (13.04)	6 (13.04)	9 (19.57)	7 (15.22)	8 (17.39)	6 (13.04)	0.67 \pm 0.15
管理组	0 (0.00)	1 (2.17)	2 (4.35)	1 (2.17)	1 (2.17)	0 (0.00)	0.26 \pm 0.09
t/ χ^2	5.488	4.162	8.465	5.914	7.961	5.488	16.357
p	0.019	0.041	0.004	0.015	0.005	0.019	0.000

3 讨论

孕妇在妊娠期间的食量会增大,因为胎儿在发育的过程中需要更多的营养保障发育,这也导致很多孕妇在妊娠期间都存在着食物摄入量加大的情况。随着社会的不断发展,人们的日常生活水平上升,导致孕妇在日常生活中摄入过量的营养,从而造成孕妇出现体重超重的情况,如果出现了超重的情况,容易导致孕妇出现肥胖的情况。肥胖不仅会对正常人的身体健康造成影响,妊娠期间的肥胖情况同样会对孕妇本身及其胎儿造成严重的影响,甚至会对其分娩结局造成影响^[7-10]。孕妇在妊娠期间的体重超重,容易提高孕妇并发高血压、糖尿病等症状,并且会增加新生儿不良情况的风险。对此,需要通过有效的干预措施帮助孕妇控制体重,促进改善孕妇的分娩结局,改善新生儿情况。

此次研究中,通过对超体重孕妇实施体重管理措施进行干预,促进控制孕妇的体重增长。体重管理措施主要包括孕妇营养摄入指导、健康知识教育、运动降重指导以及心理干预等多方面的干预措施;对孕妇实施营养摄入指导主要是通过干预孕妇日常生活中的营养摄入量,根据孕妇需求营养素推荐表为孕妇制定个性化的饮食方案,通过控制孕妇的日常营养摄入量,对孕妇的体重增长速率进行有效的控制,从而控制孕妇的体重。通过对孕妇及其家属实施健康知识宣教,让孕妇及其家属能够对超体重造成的影响引起重视,促进提高孕妇对体重控制干预措施的依从性,同时让家属起到监督的作用。通过对孕妇的日常运动进行指导,让孕妇进行保障每天的运动量,从而有效的控制孕妇的体重增长;指导孕妇进行运动锻炼时,需要更具孕妇的实际情况为其推荐相应的运动方式,避免孕妇过量运动对自身及其胎儿造成影响,孕妇在运动的过程中,需要以不会引起宫缩为度。对孕妇实施心理干预的目的是为了能够有效的帮助孕妇维持良好的心理状态,促进提升孕妇对相关干预措施的应从性,有效的控制孕妇的体重增长^[11]。

综上所述,对妊娠期超体重孕妇实施体重管理干预的效果较好,不仅能够有效的帮助孕妇控制体重增长,同时能够降低孕妇的妊娠期合并症发生几率,改善妊娠结局,促进降低新生儿不良情况的发生风险,值得在临床中进行应用及推广。

参考文献

- [1] 朱明燕,苏明珍,巫月红. 孕期体重管理对妊娠期糖尿病的影响和对分娩结局的影响[J]. 黑龙江医药, 2022, 35(1):229-231.
- [2] 张蓉辉. 开展孕期体重管理对孕产妇及新生儿的效果[J]. 中国城乡企业卫生, 2021, 36(4):67-68.
- [3] 田丹,吴美梅. 孕妇营养指导及体重管理对妊娠结局的影响[J]. 中外医学研究, 2020, 18(4):156-158.
- [4] 张晓琴. 妊娠期超体重管理的临床应用效果[J]. 山西卫生健康职业学院学报, 2020, 30(4):2.
- [5] 毛雷婧,葛星,徐叶清, et al. 孕前体重指数和孕中期体重增加对妊娠期糖尿病发病影响的队列研究[J]. 中华流行病学杂志, 2015, 36(5):5.
- [6] 王珂,袁凤欣,李静,等. 妊娠期糖尿病孕前体质量指数与分娩方式和新生儿体重的关系[J]. 中国保健营养, 2017, 27(008):305.
- [7] 张瑞青. 体重因素对妊娠期高血压疾病发病的影响[J]. 中国伤残医学, 2015, 23(14):2.
- [8] 张莉,谢芳,岳晓红. 妊娠期糖尿病的营养指导及体重管理与妊娠结局的影响[J]. 糖尿病新世界, 2017, 20(16):2.
- [9] 孙玉梅. 妊娠期如何管理体重[J]. 特别健康 2020年30期, 5-6页, 2020.
- [10] 张晓琴. 妊娠期超体重管理的临床应用效果[J]. 2020.
- [11] 范岩峰,许榕仙,蔡丽丽,等. 2015—2016年厦门市再生育孕妇妊娠期糖尿病发病危险因素[C]// 达能营养中心青年科学工作者论坛优秀论文集 2017年第6期. 2017.

收稿日期: 2022年3月26日

出刊日期: 2022年6月21日

引用本文: 何芳, 妊娠期超体重管理的临床效果[J]. 国际妇产科研究, 2022, 2(1): 55-57
DOI: 10.12208/j. ijog.20220016

检索信息: RCCSE 权威核心学术期刊数据库、中国知网 (CNKI Scholar)、万方数据 (WANFANG DATA)、Google Scholar 等数据库收录期刊

版权声明: ©2022 作者与开放获取期刊研究中心 (OAJRC) 所有。本文章按照知识共享署名许可条款发表。 <https://creativecommons.org/licenses/by/4.0/>



OPEN ACCESS