

# 孕期宣教及产前保健的实施效果评价

张素青

(菏泽市牡丹区李村镇卫生院 山东 菏泽 274000)

**【摘要】目的:**分析孕期宣教及产前保健的实施效果,旨在为今后的护理工作提供参考。**方法:**2020年12月-2021年12月,将80例孕妇作为此次评估对象,所有入选孕妇均进行随机分组(随机数表法),将其分为各40例的两组,组别设置:研究组(给予孕期宣教及产前保健)、对照组(常规护理),对孕期宣教及产前保健的应用价值进行评估。**结果:**满意度对比显示,研究组高于对照组,分析有意义( $P < 0.05$ );研究组自我护理能力评分高于对照组, $P < 0.05$ ,统计学有意义;健康知识掌握程度对比后,研究组优于对照组,统计学有意义( $P < 0.05$ )。**结论:**孕期宣教及产前保健可行性较高,在产妇护理中优势显著,对提升孕妇自我护理能力、健康知识掌握程度具有积极意义,各院可积极推广。

**【关键词】**孕期宣教;产前保健;实施效果

**【Abstract】Objective:** To analyze the implementation effects of education and prenatal care during pregnancy, in order to provide references for future nursing work. **Method:** From December 2020 to December 2021, 80 pregnant women were selected as the objects of this assessment. All selected pregnant women were randomly divided into two groups (random number table method), and they were divided into two groups of 40 cases each, and the group was set: The study group (given education and prenatal care during pregnancy) and the control group (routine care) to evaluate the application value of education during pregnancy and prenatal care. **Results:** Satisfaction comparison showed that the study group was higher than the control group, and the analysis was meaningful ( $P < 0.05$ ); the self-care ability score of the study group was higher than the control group,  $P < 0.05$ , which was statistically meaningful; after the comparison of the degree of health knowledge mastery, The study group is better than the control group, which is statistically significant ( $P < 0.05$ ). **Conclusion:** Pregnancy education and prenatal health care are more feasible, and they have significant advantages in maternal care. They are of positive significance for improving pregnant women's self-care ability and health knowledge mastery, which can be actively promoted in various hospitals.

**【Keywords】**education during pregnancy; prenatal care; implementation effect

**【中图分类号】**R471

**【文献标识码】**B

**【文章编号】**1002-8714(2022)08-0034-02

孕妇对营养饮食有强烈的敏感反应。在孕期如果出现营养不良,就会直接影响到孕妇和胎儿的健康,对分娩方式产生直接影响<sup>[1]</sup>。因此,为了保证孕妇和胎儿的健康,避免妊娠疾病,实施孕期宣教及产前保健,保持营养平衡具有重要意义,受到临床医学界的高度重视<sup>[2]</sup>。实践研究结果显示,大多数孕妇对孕期及产前保健的知识了解不足,在一定程度上对分娩结局产生消极影响。因此,孕期应加强相关知识的宣传教育,以促进孕妇充分掌握相关健康知识,保证每天所需营养的合理摄入,提高自我保健管理能力,实现最佳分娩<sup>[3]</sup>。本文以80例孕妇为例,对孕期宣教及产前保健应用价值进行分析,现具体研究如下:

## 1 资料与方法

### 1.1 一般资料

本次研究内容经院伦理委员会批准:将80例(选取时间:2020年12月-2021年12月)孕妇按照随机分组法进行分组,收集临床资料进行研究:研究组、对照组。对照组40例:年龄最大取38岁,年龄最小取22岁,平均年龄为(30.49±1.59)岁。研究组40例:平均年龄为(30.18±1.67)岁(年龄区间为20-36岁)。通过SPSS26.0软件,对两组以上数据资料进行对比,结果显示 $P > 0.05$ ,分析无意义,可以对两组进行下一步分析。

纳入标准:(1)资料完整;(2)80例孕妇及家属均自愿配合,并保持知情态度。

排除标准:(1)严重精神、意识障碍;(2)中途退出研究;(3)恶性肿瘤疾病;(4)依从性差;(5)重大疾病史、过敏史;(6)血液疾病;(7)心、肝、肾等脏器病变者;(8)语言、智力障碍;(9)自身免疫性疾病。

### 1.2 方法

对照组:孕期常规护理。定期监测血糖水平和运动,遵循一日三餐的原则,制定合理的饮食结构,确保营养均衡,提供膳食指导。

研究组:孕期宣教及产前保健,具体实施措施为:(1)心理干预:加强与孕妇进行沟通,及时掌握孕妇的心理变化,评估其紧张、抑郁及焦虑状况,随后结合实际评估结果对其进行心理疏导,消除其疑虑。加强人文关怀,告知其家人多给予关爱,共同帮助孕妇缓

解负面情绪,尽可能满足其需求,促进孕妇保持良好的心理状态,以乐观积极的态度面对,建立克服相关困难的自信。对于其提出的疑虑问题,需耐心为其解答,加强分娩相关认知,提升自我健康管理意识及能力。(2)生活方式干预:鼓励孕妇掌握正确的生活饮食习惯,结合其实际状况对孕妇的生活方式进行指导,每天定时休息,保证充足睡眠,及时纠正不良行为,禁止酗酒、吸烟。同时,要多注意个人卫生,并告诉孕妇不要多做剧烈运动,坚持循序渐进的原则,防止劳累过度。(3)营养干预:对孕妇自身的机体状况进行分析,随后为其推荐专业的营养顾问,结合胎儿发育情况、孕妇的体重、身高等信息,制定有针对性的膳食计划,防止营养过剩的同时,满足其营养需求,降低巨大儿或低体重儿的发生风险。对于缺乏相关微量元素的孕妇,引导补充适量的叶酸/维生素D。(4)预防孕期并发症:鼓励孕妇要进行相关的产前检查,多注意是否有异常,及时入院接受检查,进而有效抑制并发症的发生。(5)开展集体活动:增加孕妇之间的交流,定期开展讨论和学习活动,有助于提高孕妇对孕期保健和新生儿喂养的了解,如喂养技能、分娩知识等。

### 1.3 观察指标

对两组自我护理能力进行分析,研究指标为自测血糖、合理饮食、适当运动、定期产检、卫生习惯,总分设置为100分,每项总分20分,分数越高,表示自我护理能力越好;健康知识掌握程度分析:产后保健、母乳喂养、孕期营养支持、产前保健,每项总分设置为10分,分数与各指标状况成正比;满意度(总分设置:100分):90分以上、60-90分、60分以下,上述分值区间分别表示为非常满意、一般满意、不满意。

### 1.4 统计学分析

在SPSS26.0中输入所有样本资料,计量资料检验方式、表示形式分别为 $T, \bar{x} \pm s$ ;计数资料检验方式为 $X^2$ ,表示形式为 $n\%$ 。分析统计学处理结果,若结果显示 $P < 0.05$ ,表示对比有意义。

## 2 结果

2.1 自我护理能力:对照组患者各指标评分均低于研究组,数据差异有意义( $P < 0.05$ )。见表1:(下转第36页)

试验组患者对护理服务的满意度明显高于对照组,  $P < 0.05$ 。见表2。

表2 两组患者对护理服务的满意度

组别	例数	非常满意	基本满意	不满意	满意度
试验组	70	55	14	1	98.57%
对照组	70	38	20	12	82.86%
$\chi^2$					5.683
P值					$P < 0.05$

### 3 讨论

手术是对结直肠癌进行治疗相对有效的方法,随着医疗设备、微创理念的完善,结直肠癌治疗的选择更加多样化,微创术式在减少创伤、提高恢复效率等方面发挥了优势。结直肠癌在内镜辅助下完成手术,为施术者提供了了更良好的视野,有利于对微小病灶的处理,提高了手术安全性,同时也减少了术后并发症<sup>[2]</sup>。

传统的护理方法虽然能够一定程度满足患者生理方面的基础需求,但对于患者应激反应的改善和康复效率的提高效果并不理想,同时随着微创理念的发展,传统的护理理念也需要进行针对性的优化,从而更加符合微创理念的需求,比如一些患者耐受相对良好,能够放宽术前胃肠准备环节,术后也可以融入早期康复理念,指导患者及早进食和下床活动<sup>[3]</sup>。快速康复外科理念是一种先进的理念,重点是通过医护人员提供给患者一系列经过优化且实践有效的措施,让患者在围手术期保持更加良好的心理状态,减轻应激反应和生理以及心理方面的创伤,进而帮助患者减少并发症,提高恢复效率。将之用于结直肠癌手术患者,重视术前评估工作,帮助患者积极改善身体机能,保障手术安全性;加强认知和心理的干预,让患者正确的认识到自身状况,了解自我观察要点和术后康复的重点。传统理念认为患者手术前要进行常规的肠道准备,但

(上接第34页)

表1 两组自我护理能力对比(分,  $\bar{x} \pm s$ )

组别	例数	适当运动	卫生习惯	自测血糖	合理饮食	定期产检
研究组	40	18.56 $\pm 1.25$	18.11 $\pm 1.59$	18.78 $\pm 1.14$	18.23 $\pm 1.22$	18.36 $\pm 1.55$
对照组	40	15.89 $\pm 1.36$	16.12 $\pm 1.04$	16.01 $\pm 1.12$	16.36 $\pm 1.14$	16.22 $\pm 1.15$
T	-	9.1417	6.6244	10.9622	7.0831	7.0126
P	-	0.0000	0.0000	0.0000	0.0000	0.0000

2.2 健康知识掌握程度分析:对照组产后保健、母乳喂养、孕期营养支持、产前保健各指标评分分别为(7.11  $\pm$  1.14)分、(7.56  $\pm$  1.02)分、(6.39  $\pm$  1.14)分、(6.45  $\pm$  1.03)分;研究组上述指标状况评分分别为(8.12  $\pm$  1.33)分、(8.65  $\pm$  1.14)分、(7.89  $\pm$  1.23)分、(7.96  $\pm$  1.44),前者评分均低于后者,统计学差异分析有意义( $T = 3.6466, 4.5065, 5.6568, 5.3941, P = 0.0005, 0.0000, 0.0000, 0.0000$ )。

2.3 满意度统计学分析结果对比:研究组非常满意、一般满意、不满意、总满意例数分别为26(65.00%)例、13(32.50%)例、1(2.50%)例、39(97.50%)例;对照组非常满意、一般满意、不满意、总满意例数分别为12(30.00%)例、20(50.00%)例、8(20.00%)例、32(80.00%)例,  $\chi^2 = 6.1346, P = 0.0132$ ,表示数据差异分析结果有意义。

### 3 讨论

怀孕和分娩是一个特殊的生理阶段。在这个阶段,孕妇的生理状态会发生很大的变化,受外界的影响也很大,容易产生各种问题,导致孕妇体征异常<sup>[4]</sup>。相关学者研究表明,对孕妇进行健康教育及产前保健,有利于提高对怀孕和分娩相关知识的认识,帮助孕妇调整心理状态,提高分娩适应能力。同时,通过宣传母乳喂养知识,指导注意产褥期卫生,正确母乳喂养,有助于降低产褥期感

现代康复理念认为这种方法会对患者的肠道菌群造成影响,也容易造成脱水状况,对于患者来说也是一种应激源,因此快速康复外科理念将之放宽,不主张严格的进行胃肠准备<sup>[4]</sup>。同时,术前常规的禁食容易引起低血糖,降低患者的耐受能力,也会使术中输液量增加,而快速康复外科理念将术前禁食、禁水时间缩短,同时在术前予以碳水化合物饮料,不仅能够促进胃酸Ph降低,还能提高患者的耐受能力,保障手术安全性。同时,融入早期康复理念,鼓励患者及早进食,对胃肠蠕动有促进作用,提高患者抵抗感染的能力;同时加速康复外科理念不主张常规留置引流管,同时提倡充分镇痛,为患者及早下床活动打下基础,护理人员指导和鼓励患者及早下床活动,提高机体新陈代谢,改善机体功能,为更早康复提供有利条件<sup>[5]</sup>。

综上所述,结肠直肠癌患者护理中实施快速康复外科理念能够提高手术安全性和手术后的恢复效率,减少并发症,减少患者的痛苦,也是能够获得患者更高满意度的护理方法。

### 参考文献

- [1] 林彬群,黄东娜.快速康复外科理念在结肠直肠癌护理中的应用探讨[J].中国实用医药,2017,12(33):185-187.
- [2] 谢剑如,袁琳,杨玉苹,庄欢.探讨快速康复外科理念在结肠直肠癌护理中的应用[J].医学食疗与健康,2019(1):36-36.
- [3] 张淑贤.快速康复外科理念在结肠直肠癌护理中的应用探讨[J].饮食科学,2019(24):191-191.
- [4] 马屹芳.快速康复外科理念在结肠直肠癌护理中的应用分析[J].中国医药指南,2020,18(1):227-227.
- [5] 孔祥琴.快速康复外科理念在结肠直肠癌护理中的应用研究[J].中国医药指南,2021,19(28):4-6.

染等并发症的发生率<sup>[5]</sup>。

本文研究结果显示,研究组对健康知识的掌握程度较高,自我护理能力及满意度显著提升,与对照组相比优势显著,表明孕期宣教及产前保健对分娩结局具有积极意义,可以提升产妇自我护理能力。其原因分析结果显示:通过孕期营养指导,有效地制定合理的饮食计划,保持营养均衡,有利于改善孕妇的营养状况,减少并发症。除此之外,通过孕期并发症的预防、心理、生活习惯、集体活动、营养等方面为孕妇提供优质的健康教育干预服务,有利于预防营养不良,缓解孕妇的负面情绪,保证孕妇和胎儿的健康,减少并发症的发生,利于预后。

总之,健康教育具有针对性、可预见性、合理性的优点,通过制定有针对性的应对方案,消除不利因素,提高孕妇健康认知水平,保持良好的分娩状态。

### 参考文献

- [1] 姚李敏,韩佩佩,贺琰.基于行为转变模式的喂养教育对初产妇产后母乳喂养信心和喂养行为的影响[J].中国妇幼保健,2021,36(24):5806-5809.
- [2] 陈露,张媛,黄小燕,等.孕期营养个体化指导对孕妇分娩结局和新生儿状况影响的研究[J].中国医药科学,2021,11(21):134-137.
- [3] 陈惠英,林茜,柳芳登,等.应用云随访对孕产妇实施健康教育的效果分析[J].江苏卫生事业管理,2021,32(07):980-983.
- [4] 武晓华,广会娟.基于微信平台的孕期个体化体重管理对肥胖孕妇孕期体重增长及妊娠结局的影响[J].临床医学研究与实践,2020,5(35):33-34+65.
- [5] 钟燕文,何倩佺,严彩玲,等.以自我管理为中心的护理方案对孕妇产后营养健康及自我效能的影响[J].护理实践与研究,2020,17(21):102-104.