

规律产检 + 孕期保健对于孕妇自我保健管理评分的影响分析

何正琼

米易县普威镇中心卫生院 四川攀枝花 617203

【摘要】目的 探析对孕期自我保健管理中应用规律产检以及孕期保健的效果。**方法** 选取我院妇产科 2021 年 7 月至 2022 年 12 月 70 例孕妇为探析对象, 随机分为研究组 (接受孕期保健产检次数大于或等于 5 次) 35 例与对照组 (未接受孕期保健指导或产检次数少于 5 次) 35 例两组, 对两组孕妇自我保健管理与分娩结局进行分析。**结果** 研究组的孕妇自我保健管理水平各项评分均优于对照组孕妇, 同时分娩不良情况低于对照组孕妇 ($P < 0.05$)。**结论** 规律产检和孕期保健对孕妇的自我保健管理评分有明显的正面影响, 可以有效增强孕妇的健康意识和自我保健能力, 减少孕期并发症的发生。

【关键词】 规律产检; 孕期保健; 自我保健管理

【中图分类号】 R715.3

【文献标识码】 A

【文章编号】 1002-3763 (2023) 05-157-02

孕期是孕妇生理变化最为明显的时期之一, 孕妇体内的荷尔蒙水平、代谢活动等都会发生较大变化^[1]。因此孕期容易出现一系列并发症, 如妊娠高血压、妊娠糖尿病、贫血等。规律产检可以及时发现这些疾病的存在, 通过药物治疗或其他治疗手段控制疾病的发展, 从而保证孕妇及胎儿的健康^[2]。鉴于此, 本文主要探析规律产检和孕期保健对孕妇自我保健管理评分的影响, 现报告如下。

1 资料与方法

1.1 一般资料

选取我院妇产科 2021 年 7 月至 2022 年 12 月 70 例孕妇为探析对象, 随机分为研究组 ($n=35$ 例) 与对照组 ($n=35$ 例) 两组, 其中研究组孕妇年龄在 22 ~ 39 岁之间, 平均年龄为 (29.23 ± 1.15) 岁, 经产妇 17 例, 初产妇 18 例; 对照组孕妇年龄在 23 ~ 38 岁之间, 平均年龄为 (29.45 ± 1.17) 岁, 经产妇 19 例, 初产妇 16 例。对比两组孕妇基础资料无显著差异 ($P > 0.05$), 可进行组间对比。

1.2 方法

1.2.1 对照组

孕妇为未接受规律产检, 只通过孕产妇保健手册进行了解, 并没有接受与孕期相关的保健指导。

1.2.2 研究组

孕妇接受过孕期保健指导, 内容如下: (1) 规律产检。孕妇在怀孕期间需要进行规律产检, 以便及时发现和处理任何潜在的健康问题, 保证孕妇和胎儿的健康。产检包括量体温、测血压、检查体重、听胎心、血常规、尿常规、肝功能、肾功能、HIV、TP、乙肝表面抗原、产前筛查、OGTT 等。(2) 知识宣教。向孕妇发放健康宣传手册, 并定期开展讲座进行健康知识的

宣传, 并向孕妇讲解与分娩相关的知识, 例如: 新生儿护理、母乳喂养。(3) 饮食与运动指导。孕妇在饮食上需要注意摄入足量的蛋白质、碳水化合物、脂肪、维生素和矿物质等人体所需要的营养素, 饮食中需要避免高油脂、高糖分和高盐分的食品。孕妇可以在医生的指导下选择适宜的锻炼方式, 比如散步、瑜伽、游泳等。(4) 心理指导。孕妇容易出现情绪波动, 如焦虑、恐惧等, 这些情绪也影响胎儿的健康。必要时需要对孕妇进行心理指导, 帮助其学会调整自己的情绪和心态, 以便更大程度地保护自身和胎儿的健康。

1.3 观察指标

(1) 自我保健管理水平: 采用五级评分法, 对日常生活行为、遵医行为、胎儿监护行为以及自我防护行为四个维度进行评分, 分值在 25 ~ 125 分之间, 分数与自我保健管理水平成正比。(2) 孕妇分娩不良结局情况: 观察两组孕妇有无出现产后出血、羊水异常、巨大儿以及新生儿窒息情况。

1.4 统计学方法

采用 SPSS21.0 软件进行数据的统计和整理, 计数资料采用百分比表示, 用 χ^2 检验, 均数 $\pm$ 标准差为计量资料, 用 t 检验, $P < 0.05$, 表示差异有统计学意义。

2 结果

2.1 对比两组孕妇自我保健管理水平

研究组孕妇自我保健管理水平各项评分均优于对照组孕妇, 组间数据存在差异性, 具有统计学意义 ($P < 0.05$)。详见下表 1。

2.2 比较两组孕妇分娩不良结局情况

研究组孕妇分娩不良情况总发生率低于对照组孕妇, 组间数据存在差异性, 具有统计学意义 ($P < 0.05$)。详见下表 2。

表 1: 比较两组孕妇自我保健管理水平 ($\bar{x} \pm s$)

组别	例数	日常生活行为	遵医行为	胎儿监护行为	自我防护行为
研究组	35	35.49 ± 1.78	19.53 ± 1.52	18.49 ± 1.24	37.92 ± 3.55
对照组	35	30.25 ± 1.44	15.44 ± 1.27	14.77 ± 1.38	31.22 ± 2.75
t 值		13.5141	12.5148	11.8524	8.8149
P 值		0.0000	0.0000	0.0000	0.0000

表 2: 对比两组孕妇分娩不良结局情况 [n (%)]

组别	例数	产后出血	羊水异常	巨大儿	新生儿窒息	总发生率
研究组	35	0 (0.00)	1 (2.86)	0 (0.00)	0 (0.00)	1 (2.86)
对照组	35	2 (5.71)	3 (8.57)	1 (2.86)	0 (0.00)	6 (17.14)
χ^2 值						3.968
P 值						0.046

3 讨论

随着现代医学的发展, 产检与孕期健康管理对孕妇的好处

日益凸显。从孕妇自我保健的视角出发对孕妇的身体健康和
(下转第 159 页)

在临床上抑郁症往往会发展为慢性疾病,需要长期治疗,在确诊患病后其身心健康及工作生活均会受到相对较大的影响,因患者对抑郁症的了解不全面及不系统,以致产生更焦虑及更抑郁心理。

5.2 抑郁症患者院外治疗的重要性

现实发现单纯依赖住院期间的治疗和护理并不能完全让患者康复,其实院外是患者治疗的重要形式,而患者出院后的家庭护理显得尤为重要。因此抑郁症患者不仅需要医院积极治疗,更应该出院后继续预防和巩固治疗。

5.3 抑郁症患者家庭关怀及健康教育的重要性

社区家庭是抑郁症患者主要的临床治疗单位,充分实施社区功能,把社区内抑郁症患者及家庭成员组织起来,成立抑郁症患者家庭之友,定期举办抑郁症讲座,发放宣传手册,观看视频,建立抑郁症患者咨询热线等等,实施了一系列家庭健康教育,使患者及家庭成员对抑郁症知识进一步普及。

7 结论

抑郁症 21 世纪常见的社会问题,与信息化时代对人健康的消极作用有密切关系。随着社会经济的日益发展,人们生

活压力的增加、价值观念的多元化、生活节奏的加快、人际关系的疏远等导致抑郁症发生率逐年上升^[3]。探讨有效的促进抑郁症患者康复,更好回归社会是我们精神卫生工作者重要的工作任务。本研究通过对出院后患者实施家庭关怀及健康教育半年后,观察组抑郁情绪和社会功能的恢复明显优于对照组。对出院后抑郁症病患者实施合理的家庭关怀及健康教育能够对其康复产生促进作用,持续的家庭关怀能指导家属监督与协助患者积极治疗。

参考文献

- [1] 抑郁症或成全球第二大疾病[J]. 中国, 报道, 2017, 11: 68.
- [2] 黄燕玲. 优质护理服务干预对抑郁症患者服药依从性和护理满意度的影响[J]. 当代护士(中旬刊), 2018, 25(32): 76-77.
- [3] 李强, 陈敏, 杨泰, 等. 抑郁症发病机制的研究进展[J]. 神经疾病与精神卫生, 2016, 16(5):524-527.
- [4] 范肖冬, 汪向东, 于欣, 等译. ICD-10 精神与行为障碍分类[M]. 北京: 人民卫生出版社, 1993 ISBN 7-117-01957-3.

(上接第 155 页)

显著,能缩短疾病控制时间和住院时间,减少并发症,护理效果好。

参考文献

- [1] 郑丽敏, 严方明, 周亮燕. 心理护理对改善妊娠合并子宫肌瘤患者心理状态的临床价值[J]. 中国肿瘤临床与康复, 2022, 29(04):495-497.
- [2] 李桃苹, 黄庆慧. 5A 护理模式结合连续细致化护理在妊娠合并子宫肌瘤围术期中的应用[J]. 中外医疗, 2022,

41(07):174-177+186.

- [3] 唐亚美, 唐琦媛, 刘湾. 多学科协作结合精益护理在妊娠合并子宫肌瘤围术期中的应用[J]. 中国肿瘤临床与康复, 2021, 28(07):879-882.
- [4] 蔡小红. 妊娠合并子宫肌瘤剖宫产术后感染危险因素分析及护理对策[J]. 当代护士(上旬刊), 2021, 28(07):22-24.
- [5] 梁春艳, 王红. 基于风险评估的预警性护理在子宫肌瘤患者手术室护理中的应用效果[J]. 河南医学研究, 2023, 32(1):149-152.

(上接第 156 页)

减轻患者的思想顾虑,进一步满足患者的心理需求。

综上所述,对妇科日间手术患者采取优质护理模式,能减轻患者的心理负担,提升患者对治疗、护理的依从性,因此,值得在今后的临床中大范围应用。

参考文献

- [1] 陶玉. 综合性护理干预用于妇科日间手术的效果及安

全性分析[J]. 中国社区医师, 2021, 37(13):150-151.

- [2] 刘箐, 崔贺熙. 智能机器人在妇科日间手术物资配送中的应用及效果评价[A]. 上海市护理学会. 第四届上海国际护理大会论文汇编[C]. 上海市护理学会:上海市护理学会, 2019:612-613.
- [3] 郭雅, 施香颖, 陈洁, 周亚蓉, 计静怡, 朱平芳, 翁玲珊. 品管圈活动在妇科日间手术中的应用研究进展[J]. 中国社区医师, 2019, 35(07):6-7.

(上接第 157 页)

胎儿健康有着极大的影响^[3]。首先,规律产检可以帮助孕妇及时发现并防治各种孕期并发症。其次,孕期保健可以增强孕妇体质,提高孕产期生育的成功率^[4]。孕期保健包括饮食、运动、休息等方面的管理,这些措施可以提高孕妇的免疫力和体质,同时避免孕妇过度劳累和疲惫。这不仅可以减少孕期并发症的发生,更可以提高自然分娩的成功率,从而让孕妇及其肚中胎儿更为健康地度过孕期和分娩期^[5-6]。此外,规律产检和孕期保健也有助于增强孕妇的心理状态。怀孕是一段充满期待和幸福的时期,但孕妇的身体变化和孕期的不安全因素也会带来一些压力和焦虑。通过规律产检和孕期保健,在对孕妇身体情况进行有效监测和控制的同时,也能够提供心理支持,让孕妇更好地享受孕期带来的快乐。

综上所述,规律产检和孕期保健对于孕妇的自我保健管理评分有着非常积极的影响。可以有效预防并发症、增强体质、改善心理状态,从而为孕妇和胎儿的健康保驾护航,提升孕

妇的生活质量和生育成功率。

参考文献

- [1] 李艳红. 集中群组孕期保健模式对孕妇分娩结局、母乳喂养率及母婴健康素养水平的影响[J]. 黑龙江中医药, 2022, 51(05):125-127.
- [2] 张立艳, 孙宇红, 王立霞. 孕产妇五色分类管理对提高孕产期保健质量的效果研究[J]. 中国现代医生, 2022, 60(18):53-56.
- [3] 房成成, 于海艳. 规律产前检查干预对孕产妇自我保健管理水平及妊娠结局的影响[J]. 智慧健康, 2020, 6(13):164-165.
- [4] 张文琴. 规律产前检查对孕产妇自我保健管理水平及妊娠结局的影响[J]. 中国药物与临床, 2021, 21(23):3890-3892.
- [5] 朱霞. 规律产检及孕期保健干预对孕产妇自我保健管理水平及分娩结局的影响[J]. 现代诊断与治疗, 2021, 32(18):3005-3006.
- [6] 郑琳. 高危孕产妇孕期应用规范化管理的价值及妊娠结局分析[J]. 中国妇幼保健, 2020, 35(16):2991-2993.