

个性化饮食管理对妊娠期糖尿病患者妊娠结局的影响研究

黄 晓

广西柳州市妇幼保健院 广西柳州 545001

【摘要】目的 分析妊娠期糖尿病运用个性化饮食管理的效果。**方法** 随机研究 48 例妊娠期糖尿病患者，研究组、对照组分别实施个性化饮食管理 + 常规治疗、常规治疗。**结果** 研究组对比对照组，明显下降治疗后血糖，明显减少母婴并发症， $P < 0.05$ 。**结论** 妊娠期糖尿病运用个性化饮食管理，患者妊娠结局明显改善。

【关键词】 个性化饮食管理；妊娠期糖尿病；妊娠结局

【中图分类号】 R473

【文献标识码】 A

【文章编号】 2095-9753 (2021) 08-017-02

【基金项目】 本文系广西医药卫生自筹经费科研课题，课题编号：Z20190287

妊娠人群中约 1.75-16.70% 发生妊娠期糖尿病，严重影响妊娠结局，若无法完全控制患者病情，可能导致死胎、感染、巨大儿以及流产等并发症发生^[1]，正确认知疾病，实施前瞻性研究，将个性化饮食管理强化，可以促进患者妊娠结局良好。此次选择 48 例患者，分析妊娠期糖尿病运用个性化饮食管理的效果。

1 资料和方法

1.1 一般资料

在我院 2020 年 1-12 月纳入 48 例妊娠期糖尿病患者，孕 26-32 周，随机分组，研究组 24 例，年龄 22-35 岁，均值 (27.8 ± 1.5) 岁，经产妇、初产妇分别是 4 例、20 例，对照组 24 例，年龄 21-34 岁，均值 (27.1 ± 1.4) 岁，经产妇、初产妇分别是 5 例、19 例。将以上资料进行组间对比， $P > 0.05$ 。

1.2 方法

研究组、对照组分别实施个性化饮食管理 + 常规治疗、常规治疗。

常规治疗：选择胰岛素等常规药物，做好患者用药指导。

个性化饮食管理：（1）对旧食谱进行研究，询问患者、患者家属治疗前饮食，尤其是孕妇来院前一天饮食，分析计算患者当天摄入总热量、三大营养素配比，详细记录各项数据，将登记做好。（2）将个性化饮食计划制定。详细了解患者营养结构、日常饮食，联合分析患者体重、身高、孕周等情况，将不同孕期患者个性化饮食建议得出，依据自身对食物喜好，根据医生建议，科学选择食物，在电脑中输入食物，使用营养软件进行计算，将适合患者个性化饮食计划得出，涉及诸多营养成分配比、日常摄入总热量等。同时，将患者个性化饮食档案构建，连同营养软件，依据患者实际执行饮食计划、个人情况，将饮食计划调整。在个性化管理过程中，对日常摄入总热量进行科学控制，一般来说，每天摄入总热量 126kJ/kg，根据患者差异进行增减，若患者 BMI $> 30\text{kg/m}^2$ ，缩减每天摄入总热量至 105kJ/kg。日常控制摄入碳水化合物比例在 55-60%、蛋白质比例在 20-25%、脂肪比例在 15-20%，患者身材肥胖^[2]，或者较高血脂水平，应将饮食计划中脂肪占比减少。少食多餐，在 6 餐中分配日常摄取热量，饮食中，将水果、新鲜蔬菜等高纤维素、维生素等食物摄入，尤其需要补充微量元素以及无机盐，特别是钙质，均需要保证充足摄入。

（3）调整个性化饮食计划，待患者入院后控制饮食，每天选择 3 个时间段检测患者尿液中酮体以及末梢血糖，分析结果，对饮食计划进行调整，餐前 0.5h 血糖在 5.6mmol/L 以内，餐

后 2h 血糖在 6.7mmol/L 以内，尿酮体检测结果是阴性。

1.3 统计学分析

运用 SPSS25.0 统计软件包，针对计数资料实施 χ^2 检验，针对计量资料实施 t 检验，数据以百分率（%）、 $[\bar{x} \pm s]$ 表示， $P < 0.05$ ，有统计学意义。

2 结果

对比对照组，研究组明显下降治疗后血糖，明显减少母婴并发症， $P < 0.05$ 。本组实验中，孕妇并发症包括羊水过多、妊娠期高血压、早产以及产后出血、产后感染，胎儿以及新生儿并发症包括新生儿窒息、死胎、胎儿畸形、胎儿窘迫、巨大儿、早产儿。

表 1：两组比较治疗后血糖指标（mmol/L）

组别	空腹	早餐后 2h	午餐后 2h	晚餐后 2h
研究组(n=24)	4.7±0.8	6.2±0.4	6.5±0.6	6.5±0.7
对照组(n=24)	6.5±0.7	8.8±0.5	8.4±0.5	8.5±0.6
t	8.2954	19.8924	11.9178	10.6274
P	< 0.05	< 0.05	< 0.05	< 0.05

表 2：两组对比母婴并发症（%）

组别	孕妇并发症	胎儿以及新生儿并发症
研究组 (n=24)	2 (8.33)	2 (8.33)
对照组 (n=24)	8 (33.33)	8 (33.33)
χ^2	4.5474	4.5474
P	< 0.05	< 0.05

3 讨论

孕妇高血糖状态长期维持，会增加机体脂肪以及蛋白生成量，增加巨大儿发病率，增加剖宫产率。相关文献得出，子宫收缩力不足、过度膨胀，导致早产几率增加，产后出血风险明显增加^[3]。在妊娠期糖尿病患者治疗中，应做好患者饮食疗法，医务人员应充分掌握营养学知识，了解工作安排，告知患者饮食疗法的实施意义，对医务人员培训进行强化^[4]，同时注意其考核以及合理安排工作。

分析得出，妊娠期糖尿病患者实施个性化饮食管理后，效果理想，研究得出，不良妊娠结局相关急剧上升餐后血糖水平，关系密切。本组实验得出：研究组明显下降治疗后血糖，明显减少母婴并发症。此次实验数据研究后得出，应用个性化饮食管理，意义重大，妊娠结局改善，并发症均减少^[5]，利用个性化饮食挂历，可以将患者营养学知识水平明显增加，利用针对性饮食管理，可以促进患者良好接受各项护理措施，

（下转第 20 页）

0.05)。详细数据见表2所示。

表1: 两组患者治疗效果比较 (n, %)

组别	病例数	术后首次排气时间(h)	疼痛持续时间 (d)	胸腔引流管拔除时间(h)	术后住院时间 (d)	镇痛药物使用次数 (次)
对照组	50	18.73±6.41	4.22±1.84	144.51±24.69	6.51±2.50	4.64±1.41
观察组	50	11.51±3.30	2.21±0.90	56.72±16.71	4.27±1.18	1.91±0.71
t	/	7.081	6.939	20.822	5.729	12.228
P	/	0.000	0.000	0.000	0.000	0.000

表2: 两组患者术后并发症发生情况组间差异比较

组别	病例数	肺部感染	肺不张	切口感染	术后并发症发生率
对照组	50	3 (6.00)	1 (2.00)	3 (6.00)	7 (14.00)
观察组	50	0 (0.00)	0 (0.00)	1 (2.00)	1 (2.00)
χ^2	/	/	/	/	4.891
P	/	/	/	/	0.027

3 讨论

随着医疗技术和微创理念的持续发展和进步,胸腔镜因其具备的显著优势而得到了广泛应用。目前,手术为最主要治疗方法,疗效突出显著,为提升临床治疗效果,积极实施有效的护理措施则具有十分重要的价值^[3]。

FTS是现代护理学不断发展的重要体现,最早起源于心脏外科手术,当前已广泛运用于临床护理工作中。FTS理念主要涉及术前身心双重准备、降低手术应激反应等相关护理措施,提倡术前1d不禁食、灌肠,术后加强保温护理,术后早期进食与活动,可最大限度降低手术对患者生理功能造成的不良影响,进一步促进患者术后各项功能康复^[4]。本研究结果提示,肺部感染、肺不张、切口感染等术后并发症发生率较对照组患者,观察组显著较低,分析原因:快速康复外科理念通过依靠多学科合作,对围手术期流程予以改善,通过循证医学证据证实有效的优化处理措施,包含了多个领域,比如外科、麻醉以及护理,能够有效缓解患者的心肌的和生理方面的创

伤性应激反应,最终发挥减少并发症发生率价值^[5]。与此同时,快速康复外科理念可促进患者术后快速康复,不仅局限于缩短患者住院时间,需要通过在围术期中实施多种处理措施,从而促使患者最大程度的受益^[6]。

综上所述,基于快速康复外科理念在自发性气胸患者围手术期中实施护理干预的临床效果显著,安全性较高,促进了患者的病情康复,建议广泛应用于临床中。

参考文献:

- [1] 王淑萍.快速康复外科理念在自发性气胸患者围手术期护理中的应用效果[J].医疗装备,2019,32(05):161-163.
- [2] 钟新彤.快速康复外科理念在胃癌患者围手术期护理中的应用效果观察[J].医学美学美容,2020,029(007):176.
- [3] 李国洪,梁顺兴,钟淑仪.快速康复外科理念在急性阑尾炎患者围手术期护理中的应用效果[J].实用临床护理学电子杂志,2020,5(16):69-70.
- [4] 祝玲,沈琴,刘传泉,等.优质护理对COPD合并自发性气胸手术患者心理及生活质量的影响[J].现代中西医结合杂志,2017,26(27):3064-3066.
- [5] 周丽,尹心红.快速康复外科理念在结直肠癌患者围手术期护理中的应用[J].当代护士(中旬刊),2019,26(12):63-64.
- [6] 高玉兰,耿黎霞,张倩.快速康复外科理念在颅内肿瘤患者围手术期护理中的应用效果[J].中国肿瘤临床与康复,2019,026(005):617-620.

(上接第17页)

依从性高,可以积极影响患者妊娠结局。经过血糖控制之后,患者自我管理能力提高。

总结得出,妊娠期糖尿病运用个性化饮食管理的意义重大,患者妊娠结局明显改善,值得临床推荐。

参考文献:

- [1] 牛琼华,肖华蓉.个性化营养干预在妊娠期糖尿病中的应用效果[J].中国食物与营养,2019,25(5):74-76.

(上接第18页)

以有效减轻患者水肿以及渗出的情况,从而对患者的发炎症状进行有效改善,而且地塞米松在临床治疗过程中,还能够有效通过自身的诱导作用,使患者形成抗炎分子,从而使患者的治疗效果得以明显提升^[4]。

本次实验结果显示,地塞米松鼓室注射结合鼓膜穿刺治疗中耳炎患者的临床治疗有效率为96.97%,通过对比可以发现对照组为69.70%,差异有统计学意义($P < 0.05$)。可见通过地塞米松鼓室注射结合对鼓膜穿刺治疗中耳炎患者的临床治疗效果显著。

综上所述,在对中耳炎患者的治疗过程中,通过采用地塞米松鼓室注射结合对鼓膜穿刺进行治疗,具有很好的治疗效果,同时对于患者的听力恢复也有重要作用。采用这种方

- [2] 王灿.妊娠期糖尿病饮食控制对妊娠结局的影响[J].饮食保健,2019,006(043):259-260.

- [3] 袁佳慧.个体化饮食管理对妊娠期糖尿病妊娠结局的影响[J].中外女性健康研究,2019,000(005):149-150.

- [4] 李克菊.个性化饮食指导配合体重管理应用于妊娠期糖尿病患者价值观察[J].人人健康,2020,NO.513(04):35-36.

- [5] 冯耀芳.个性化饮食指导对妊娠期糖尿病保胎孕妇的护理价值[J].国际医药卫生导报,2020,26(21):3239-3242.

法进行患者的临床治疗过程中,治疗方式操作相对简单,所以在医院门诊就可以完成治疗过程,同时治疗过程患者经济消耗小,并且治疗效果明显,所以值得在临床过程中进行大力推广。

参考文献:

- [1] 徐永城.鼓膜穿刺结合鼓室注射药物治疗对分泌性中耳炎的作用[J].深圳中西医结合杂志,2021,31(1):96-97.
- [2] 汪刚,何凌云.地塞米松联合鼓膜穿刺治疗分泌性中耳炎的效果[J].深圳中西医结合杂志,2019,29(4):127-128.
- [3] 马科.鼓膜穿刺结合鼓室注射药物治疗慢性分泌性中耳炎[J].实用医药杂志,2019,36(3):251-253.
- [4] 王涵.鼓膜穿刺结合鼓室注射药物治疗分泌性中耳炎患者的临床效果[J].中国医药指南,2021,19(14):44-46.