

以及如何根据病情程度给药还有待商榷,此研究中用中、小剂量(15~20 g/d)是患者能够配合治疗的重要因素,其结果与文献报道^(3,4)接近。

目前,治疗早发型重度子痫前期常处于两难境地,一方面为了提高新生儿的成活率,迫切需要延长妊娠时间;另一方面,病情的发展又不得不选择提前终止妊娠,以保证母亲的生命安全。因此,迫切需要探索一种能够彻底改善其预后的治疗方法。早发型重度子痫前期因内皮细胞受损,存在血液浓缩及血液高凝状态,近几年来抗凝治疗已成为热点,在国内多个研究中⁽⁷⁻¹⁰⁾均证明有较好的疗效,能明显改善围生儿结局,减少母体的并发症,其中低分子肝素不良反应少,作用时间长,用药方便,对胎儿安全,有望成为治疗早发型重度子痫前期的普及药物。

总之,对早发型重度子痫前期行适当的期待治疗是可行的,在保证母亲的生命安全前提下,延长孕周能改善围产儿结局。严格掌握期待治疗适应证,充分评估母儿发生并发症的危险性与胎儿娩出后的生存能力,选择理想的终止妊娠时机和方式,是非常重要的。目前,更有效的治疗方法还需进一步的研究。

4 参考文献

- 1 杨竹. 重度妊娠高血压综合征的治疗进展 (J). 实用妇产科杂志, 2002, 18 (2): 259
- 2 杨孜, 李蓉, 石凌懿 *et al.* 早发型重度先兆子痫的临床界定及保守治疗探讨 (J). 中华妇产科杂志, 2005, 40 (5): 302
- 3 林莉, 张丽娟, 丁依玲 *et al.* 87例早发型重度子痫前期待治疗的临床分析 (J). 实用妇产科杂志, 2008, 24 (6): 368
- 4 陈海鑫, 李明, 骆秀翠. 早发型重度子痫前期待治疗探讨 (J). 现代妇产科进展, 2007, 16 (9): 715
- 5 Longo SA, Dola CP, Pridjian G. Preeclampsia and eclampsia revisited (J). South Med J, 2003, 96: 891
- 6 Sibai BM. Diagnosis and management of gestational hypertension and preeclampsia (J). Obstet Gynecol, 2003, 102: 181
- 7 徐永萍, 刘立新, 潘因 *et al.* 低分子肝素治疗重度子痫前期患者效果的研究 (J). 现代妇产科进展, 2006, 15 (1): 53
- 8 崔宝奎, 钟梅. 肝素联合阿司匹林治疗重症妊娠高血压综合征 (J). 广东医学, 2002, 23 (11): 1207
- 9 卢莉萍, 李忠祥. 低分子肝素对重度子痫前期患者肾功能保护作用的临床探讨 (J). 中国妇产科临床杂志, 2007, 8 (6): 423
- 10 吕秀翠, 刘群英, 高峰玉. 低分子肝素结合常规疗法治疗重度子痫前期的疗效探讨 (J). 中国实用妇科与产科杂志, 2006, 22 (7): 515

(2010-04-26 修回)

(编校 狄宁)

标准化孕期保健操对促进分娩的效果研究^①

唐惠艳 邱忠君 邢凤梅^{②③} 河北省唐山市妇幼保健院 063000

中国图书分类号 R174 文献标识码 E 文章编号 1001-4411 (2012) 01-0047-02

【摘要】 目的: 通过观察标准化孕期保健操对产妇产前分娩的影响, 为孕期保健提供依据。方法: 将孕妇分成3组: 实验组1、实验组2各50名, 对照组100名。实验组1每天做操1次、每次30 min, 实验组2每天做操2次、每次30 min, 对照组不做操。比较3组孕妇剖宫产率、产程时间方面的差异。结果: 对照组剖宫产率(65%)高于实验组1(48%)与实验组2(44%) ($P < 0.05$), 实验组1与实验组2的第一产程与总产程时间与对照组比较明显缩短 ($P < 0.01$)。结论: 孕妇科学规范地做孕期保健操能降低剖宫产率, 缩短第一产程和总产程。孕期保健操是一项安全、切实可行的孕期保健项目。

【关键词】 标准化 孕期保健操 分娩

当今社会孕妇营养过剩及缺乏运动的现象越来越普遍, 剖宫产率居高不下、妊娠期并发症发病率不断升高。孕期保健操作为孕期运动的一种方式, 可有目的地锻炼孕妇在分娩时产生肌力的肌群并减轻妊娠反应所致的不适, 有助于自然分娩⁽¹⁾。因此, 为降低剖宫产率, 提高产科质量, 唐山市妇幼保健院在唐山地区率先开展了孕期保健操, 并观察了其

1 资料与方法

1.1 一般资料 采用便利抽样的方法, 选取2010年3~9月在唐山市妇幼保健院产科门诊行产前检查建册的孕妇200名分成3组, 实验组1、实验组2各50名, 对照组100名。实验组入选标准: ①自愿参加孕期保健操; ②参加孕妇学校培训; ③年龄在23~30岁之间, 孕12周时身体健康, 无妊娠期合并症及并发症; ④初产妇、意愿选择顺产分娩的孕妇。实验组排除标准: ①有孕中晚期引产、流产史; ②多胎及孕晚期胎位异常; ③有妊娠期运动禁忌证者。对照组入选标准: 除不参加孕期保健操外, 其余同实验组。对照组排除标准同实验组。

1.2 方法 实验组从孕12周开始做标准化的孕期保健操,

①唐山市科技局立项课题 (10130256C)

②河北联合大学

③通讯作者

内容包括徒手孕期保健操和孕期保健球操。运动主要包括热身运动、下蹲、伸展、肩部、抬臂、重心转移以及放松运动等。实验组 1 每天做操 1 次、每次 30 min, 实验组 2 每天做操 2 次、每次 30 min, 直至住院分娩; 在整个孕期保健操的运动过程中, 对孕妇进行追踪随访。对照组除不参加孕期保健操外, 其余同实验组。比较 3 组孕妇在剖宫产率及产程时间方面的差异, 并对孕期保健操的安全性进行观察。

1.3 统计学方法 采用 SPSS 13.0 软件系统对各项进行统计分析。计数资料用 χ^2 检验, 计量资料用方差分析。

2 结果

2.1 孕期保健操对分娩方式的影响 实验组 1 与实验组 2 剖宫产率分别为 48% 和 44%, 对照组为 65%, 3 组比较差异有统计学意义 ($P < 0.05$); 实验组 1 与实验组 2 之间差异无统计学意义 ($P > 0.05$)。见表 1。

表 1 3 组孕妇分娩方式 (n (%))

组别	n	顺产		剖宫产	
		n	%	n	%
实验组 1	50	26	52	24	48
实验组 2	50	28	56	22	44
对照组	100	35	35	65	65

2.2 孕期保健操对产程的影响 实验组 1 与实验组 2 的第一产程与总产程时间与对照组比较明显缩短, 差异有统计学意义 ($P < 0.01$), 而实验组 1 与实验组 2 比较差异无统计学意义 ($P > 0.05$)。见表 2。

表 2 3 组孕妇产程 ($\bar{x} \pm s$, min)

组别	第一产程	第二产程	第三产程	总产程
实验组 1	319 ± 76	56 ± 15	7 ± 3	381 ± 82
实验组 2	306 ± 77	49 ± 21	6 ± 2	361 ± 84
对照组	373 ± 90	53 ± 24	7 ± 3	436 ± 91
F	5.921	0.784	0.415	6.427
P 值	<0.01	>0.05	>0.05	<0.01

2.3 孕期保健操的安全性 实验组 1 和实验组 2 孕妇没有 1

人出现阴道出血、流产、早产、胎儿宫内窘迫等现象, 妊娠过程顺利。

3 讨论

3.1 孕期保健操可降低剖宫产率 分娩是一种自然的生理过程, 正常分娩由产力、产道、胎儿和孕妇精神心理 4 种因素构成⁽²⁾。孕期保健操运动通过呼吸调节、肌肉放松及伸展练习, 有目的地锻炼了分娩时产生肌力的肌群。孕妇通过运动, 增强了体质, 其心理压力得到了缓解, 自信心增强, 从而提高了顺产分娩率, 降低了剖宫产率⁽³⁾。该研究中的实验组孕妇在分娩时大多表现为体力好, 自信心充足, 在生理及心理方面对分娩准备充分, 剖宫产率较对照组明显降低。

3.2 孕期保健操可缩短第一产程和总产程 孕期运动能促进产程进展的原因是, 孕期训练能使血液循环加快, 增加心肺功能, 增加全身肌肉的力量, 包括子宫肌、腹肌、膈肌、盆底肌肉等, 它们的收缩力构成了影响分娩的重要因素—产力。随着产力的增强, 产程时间随之缩短。该研究表明, 实验组孕妇第一产程及总产程的时间均明显短于对照组, 孕妇在孕期进行了良好的产力储备, 说明孕期保健操能促进产程进展。

3.3 孕期保健操是一种安全、切实可行的孕期保健运动, 可作为孕期常规保健项目推广 合理的孕期运动对母亲有益, 对胎儿无害, 大多数妇女都可在妊娠期开始或继续运动⁽⁴⁾。孕期运动是一种很好的胎教方式, 能刺激胎儿的大脑、感觉器官、平衡器官以及呼吸系统等的协调发育, 对胎儿的神经系统发育有良好的影响。该研究中做孕期保健操的 100 名孕妇, 无 1 人出现意外, 说明了孕期保健操是一种安全的孕期保健运动, 可作为孕期常规保健项目推广。

4 参考文献

- 1 丁文香. 孕期运动对孕妇及胎儿影响的研究进展 (J). 护理研究, 2005, 19 (11): 2445
- 2 郑修霞. 妇产科护理学 (M). 北京: 人民卫生出版社, 2002: 48~50
- 3 周方兰, 江红霞. 孕妇保健操对分娩的影响 (J). 护理学杂志, 2007, 22 (4): 55
- 4 李芳, 陈乔珠, 姚凌毅. 影响早孕期孕妇运动的因素 (J). 中国优生与遗传杂志, 2009, 17 (6): 66

(2010-08-28 收稿) (编校 徐强)

启 事

《中国妇幼保健》杂志社与中国学术期刊 (光盘版) 电子杂志社已签署《期刊优先数字出版合作协议》。从 2011 年起, 杂志就正式成为优先数字出版期刊。优先数字出版期刊是以印刷版期刊录用稿件为出版内容, 先于印刷期刊出版日期出版的数字期刊, 包括出版单篇定稿和整期定稿。部分国家级和省部级基金课题论文来稿将在印刷版期刊出版之前编入《中国学术期刊网络出版总库》、《中国学术期刊 (光盘版)》等 CNKI 系列数据库, 并在全球范围内发行传播。

数字出版单位: 中国学术期刊 (光盘版) 电子杂志社

数字出版网站: www.cnki.net