

第五章 孕产妇健康管理服务

学习目标

掌握：各期孕产妇保健的目的，孕前、孕期、产褥期保健的内容，孕产妇健康管理服务内容。

熟悉：孕前、孕期、产褥期保健主要卫生问题、孕产妇健康管理服务的服务流程。

了解：孕产妇健康管理服务的工作指标。

孕产妇健康管理服务包括孕前保健、孕期保健、产褥期保健及产后保健。孕前保健是以提高出生人口素质，减少出生缺陷和先天残疾发生为宗旨，为准备怀孕的夫妇提供健康教育与咨询、健康状况评估、健康指导为主要内容的保健服务。孕期保健是指从怀孕开始至分娩前这段时间的保健。孕妇要做到“三早”即早期发现、早期检查、早期确诊。分娩期保健是指从临产开始到胎儿胎盘娩出期间的各种保健和处理。在整个产程的观察和处理中，重点将“六防、一加强”落实。产褥期保健主要观察产妇的恢复状况，督促产妇适当活动及做产后健身操；帮助产妇正确地建立母子依附关系，对产妇忧郁症施以正确疏导；做好计划生育指导。产妇出院后，按规定做3次产后访视，发现异常及时给予指导。

案例 5-1

二胎开放后

王女士，38岁，长女13岁。因不知2017年4月已意外妊娠而使用了孕妇禁用药，于6月5日药物流产。现在是8月15日，和丈夫商量准备要二孩，再次备孕。

问题：

1. 根据王女士的情况，最早在几月份受孕成功合适？
2. 王女士还应做好哪些孕前保健工作？

第一节 孕前期健康管理技术

孕前保健是以提高出生人口素质，减少出生缺陷和先天残疾发生为宗旨，为准备怀孕的夫妇提供健康教育与咨询、健康状况评估、健康指导为主要内容的保健服务。孕前保健是婚前保健的延续，是孕产期保健的前移。

孕前保健至少应在计划受孕前4-6个月进行。孕前保健的知识应通过各种形式的健康教育在群众中逐步普及，同时还可以通过孕前保健咨询服务进行。

一、孕前保健的目的

因为许多对母婴不利的危险因素可在孕前得到识别，通过孕前保健，可预防遗传性疾病的传衍，避免环境中有害因素对生殖细胞及其功能的损害，消除或减少其不良作用，有利于提高出生人口素质。

考点提示：熟悉孕前主要卫生问题

二、孕前主要卫生问题

(一)造成出生缺陷的因素

1. 遗传性因素：染色体病（如先天愚型、XYY综合征、脆性X染色体综合征）；单基因病（如红绿色盲、血友病、白化病）；多基因病（如先天性心脏病、小儿精神分裂症、家族性智力低下、脊柱裂、无脑儿、重度肌无力、先天性巨结肠、气道食道瘘、先天性腭裂、先天性髋脱位、先天性食道闭锁、马蹄内翻足、先天性幽门狭窄等）。

2. 胚胎胎儿期有害因素

生物致畸因素：主要为TORCH感染。即弓形虫、风疹病毒、巨细胞病毒、单纯疱疹病毒感染。

非生物因素：指一些理化因素，包括药物、电离辐射、射线、重金属、吸烟、酒精等。

(二)造成自然流产的因素

1. 母体因素 内分泌功能异常（如黄体功能不足、甲状腺功能亢进、甲状腺功能低下、糖尿病等）；生殖器官疾病（如双角子宫、纵隔子宫、子宫发育不良，子宫颈内口松弛、宫颈重度撕裂、子宫肌瘤、卵巢肿瘤等）；全身性疾病（如孕妇患严重心脏病、严重贫血、高血压、肾炎以及孕期患急性传染病等）。

2. 遗传因素 染色体异常是自然流产最常见的原因，包括胚胎染色体异常和流产夫妇的染色体异常。

3. 免疫因素 在自然流产中约有40%~80%临床上找不到明确病因，称为不明原因自然流产。主要有：自身免疫因素（抗磷脂抗体、抗精子抗体、抗胚胎抗体等）、封闭抗体、辅助性T细胞细胞因子失衡。

4. 环境因素 孕妇接触有毒有害物质如镉、汞、铅、放射性物质等。

三、孕前保健内容

考点提示：掌握孕前保健的内容

(一)计划受孕

受孕应该在夫妻双方都处于精力旺盛、体格强壮、身心放松的条件下进行，才能为新生命的诞生创造最好的起点，因此计划受孕十分重要。

(二)排除遗传和环境方面的不利因素

遗传和环境是影响优生的两大因素。凡是夫妇双方之一有遗传病家族史，夫妇双方之一为遗传病或染色体病患者或携带者，女方年龄过大，有生过畸形儿、智力低下儿史，或有习惯性流产、死胎、死产等不良生育史等情况，都需在计划受孕前进行遗传咨询。通过分析发病的原因、遗传方式、子女患病的风险率等，对能否妊娠以及妊娠后是否需进行产前诊断等进行指导。

环境中有毒有害物质，会损伤生殖功能。计划怀孕的妇女应安排脱离有害的职业环境，且在孕前进行相应的检查后，方可怀孕。怀孕后应继续避免接触有毒物质，直至哺乳期后。

(三)维护健康，建立健康生活方式

1. 维护母体健康 母体是孕育新生命的小环境，其健康状况和生活方式将会对新生命发生直接的影响。在疾病活动期应该避免受孕，待疾病治愈恢复健康后，在专科医生指导下怀孕。

2. 建立健康的生活方式

(1)重视合理营养，培养良好的饮食习惯：纠正偏食习惯，控制体重。孕前及孕初服用叶酸，可降低胎儿神经管畸形的发病率。

(2)戒烟戒酒：主动吸烟和被动吸烟都会影响胎儿的生长发育。酒精可通过胎盘进入胎儿体内，使胎儿发生酒精综合征，引起染色体畸变，导致畸形和智力低下等。

(3)远离宠物，预防弓形虫病：猫、狗可能传染弓形虫病，在计划受孕时，家中有宠物者，应将宠物寄养出去，避免接触。

(4)合理的作息制度：健康自然的生活规律，辅以适宜的体育锻炼，可以促进女性内分泌激素合理调配，增加受孕机率。

(四)调整避孕方法

计划受孕决定后，要调整避孕方法。如果采用口服避孕药避孕者，应停药；如用宫内节育器避孕者，应取出节育器。一般都要在停药和取器后6个月再受孕，以彻底消除药物的影响和调整子宫内环境。在此6个月内需采用其他避孕方法，避免使用紧急避孕药。

(五)选择适宜的受孕年龄和季节

根据医学实践和大量资料分析研究，认为24-29岁为妇女的最佳生育年龄。24岁以后女性身体的发育完全成熟，卵细胞的质量最高。骨盆韧带和肌肉弹性较好，为顺利分娩创造良好条件。要避免18岁以前及35岁以后的过早和过晚生育。过早生育，母体发育不成熟，容易发生早产、难产。妇女在35岁以后骨盆和韧带的松弛性差，盆底和会阴的弹性变小，

分娩时容易发生难产。受孕季节以 7-9 月份为最佳，经过 10 月怀胎到第 2 年的 4、5、6 月份分娩最为合适。我国幅员辽阔，气候差别较大，生育季节因地制宜。