

第八章第一节



案例分析

(1)加强孕期保健，建议产妇定期在二级以上医院规范进行孕期保健。妊娠 32 周后，需 1 周检查 1 次，并根据病情需要调节检查间期。有早期心力衰竭征象者，应立即住院。

(2)保持充分休息，每日至少 10 小时睡眠，休息时以左侧卧位或半卧位为主，避免过劳、精神压力及情绪激动。

(3)控制体重，限制过度加强营养而导致体重过度增长，以整个妊娠期不超过 12.5 kg 为宜，保证合理的高蛋白、高维生素饮食的摄入及铁剂的补充，一般每日食盐量为 4~5 g 或以下。宜少量多餐，多食蔬菜和水果，防止便秘而加重心脏负担。

第八章第二节



案例分析

(1) 饮食方案：应综合考虑个人饮食习惯、体力活动水平、血糖水平及妊娠期生理学特点，在限制碳水化合物摄入的同时保证充足的营养供给和孕妇体重适当增加。从碳水化合物、蛋白质、脂肪、微量元素等均衡摄入出发进行指导。

(2) 运动干预：应充分体现个体化及安全性的特点，结合孕妇自身身体条件，科学把握运动的时间和强度。指导其选择合适的运动方式及注意运动过程中的不良反应。

第八章第三节



案例分析

结合相关理论知识，针对孕妇当前的症状、实验室检查结果、体格检查结果、心理状况等，提出相应的护理诊断，采取适当措施，包括饮食注意事项、如何正确补充铁剂、输血、保障母婴安全、预防感染等。