ОСОБЕННОСТИ ПИТАНИЯ БЕРЕМЕННЫХ ЖЕНЩИН В СОВРЕМЕННЫХ УСЛОВИЯХ

Марченко Е. А., Сорокина Л. Д.

Научный руководитель: к.м.н. Завьялова А.Н.
Кафедра пропедевтики детских болезней с курсом общего ухода за детьми
Санкт-Петербургский государственный педиатрический медицинский университет

Контактная информация: Марченко Екатерина Андреевна — студентка 3 курса, педиатрический факультет,
Сорокина Лина Дмитриевна — студентка 3 курса, педиатрический факультет.
E-mail: Marchenkaekaterina@mail.ru, li_nadmtrvn@mail.ru

Ключевые слова: беременные женщины, питание.

Актуальность исследования: качество питания матери в период беременности закладывает основу в формировании здоровья и развития будущего малыша [1, 2, 3].

Цель исследования: оценить зависимость пищевого статуса и качества питания беременных от срока, особенностей течения беременности, особенностей конституции и социального благополучия семьи

Материалы и методы исследования: анкетирование 35 женщин слушателей школы молодых родителей. В оригинальную анкету входили вопросы фактического питания, социального характера, течения беременности, сопутствующих патологий, прибавок массы тела.

Результаты: социальный статус: 46% опрошенных женщин входили в возрастную категорию от 25 до 29 лет, 8% — от 20 до 24 лет, 29% — от 30 до 34 лет, 17% — от 35 до 40 лет. Высшее образование у 88% женщин, 6% — незаконченное высшее, 6% — среднее специальное образование. 71% женщин по профессии относятся к группе рабочих, 6% — учащиеся, 9% — служащие, 14% — безработные. В большинстве семей материальный достаток средний, основная профвредность во время беременности — компьютер. Для 74% опрошенных женщин настоящая беременность первая по счету, для 20% — 2, 3% — 3, 3% — 5. Планировали зачатие 83%, все встали на учет в первом триместре беременности. Только у 11% женщин течение беременности без осложнений, у 43% — анемия, у 3% — инфекции, передаваемые половым путем. Токсикоз 1 половины у 57%, 2 половины у 9%. ОРВИ болели 29%. Частая сопутствующая патология: ЖКТ у 20%; эндокринной системы: у 23% латентный гипотиреоз, у 11% — сахарный диабет беременных; пиелонефрит у 9%. Угроза прерывания на ранних сроках у 23%, угроза преждевременных родов у 6%. Стационарное лечение во время беременности получали 26% женщин. На ранних сроках гестации (3-6 недель) 11% курили и 14% употребляли алкоголь. За время беременности прибавки в массе составили: до 5 кг у 23%, 26% — от 5 до 8 кг, 20% — от 8 до 12 кг, 17% — от 12 до 16 кг, 6% — от 16 до 20 кг, 3% — более 20 кг. Потеря веса у 37%. Радикальное изменение характера питания у 37%. Пищевые пристрастия к citrusовым — 31%, к маринадам, копченостям, соленьям — 26%, к шоколаду, меду, орехам, кондитерским изделиям — 34%, к молочным и молочнокислым продуктам — 49%, к хлебобулочным изделиям — 46% женщин. Увеличили употребление овощей и фруктов в период беременности — 86% женщин, 29% — употребление мяса, птицы, 40% — рыбы. Расходы на питание являются приоритетными денежными затратами для семьи в 57%. Витаминотерапия у 100% женщин, специальное питание для беременных получали 20%.

Выводы: средний возраст беременных приходится на возраст 25-35 лет, самый благоприятный для деторождения, в основном это первородящие. У большинства высшее образование. Частая сопутствующая патология со стороны ЖКТ и эндокринной системы. Физиологические прибавки массы за все время беременности — только у половины опрошенных. Выявлено недопустимое поведение беременной: курение 11% и прием алкоголя на раннем сроке 14%.

Литература

1. Березкина Е.Н., Новикова В.П., Завьялова А.Н., Гостимский А.В., Сусанина А.М., Лисовский О.В., Турганова Е.А. Питание беременных женщин и кормящих матерей в перинатальном центре: субъективные и объективные оценки. Лечащий врач. 2020. № 6. С. 38–43.

2. Березкина Е.Н., Иванов Д.О., Новикова В.П., Завьялова А.Н., Гостимский А.В., Сусанина А.М., Лисовский О.В. Характер вскармливания новорожденных в перинатальном центре. Трудности первых дней. Педиатр. 2020;11(4):5-13.
3. Сусллова Г.А., Бурэ Н.П., Завьялова А.Н., Смирнова Т.В., Солодкова И.В., Фоменко К.Б. Расти здоровым. Санкт-Петербург, 2014: 32с.