

儿童保健在儿童生长发育中的应用效果观察

边海燕

(通化市妇幼保健计划生育服务中心 吉林通化 134000)

【摘要】目的:分析儿童保健对于儿童生长发育的影响。方法:将100例儿童选作为研究对象,将儿童分成对照组及观察组,对照组给予常规护理,观察组实施儿童保健,观察两组儿童生长发育指标变化情况。结果:观察组儿童身高、体重增长程度显著高于对照组,且营养性疾病发生率比对照组低,智力发育与心理运动发育指数均高于对照组($P<0.05$)。结论:儿童保健干预能够促进儿童生长发育,促使身高体重匀速达标,并促使智力得到发育。

【关键词】儿童保健; 生长发育; 营养性疾病

Observation on the Application Effect of Child Health Care in Children's Growth and Development

Bian Haiyan

(Tonghua Maternal and Child Health and Family Planning Service Center Jilin Tonghua 134000)

[Abstract] Objective: To analyze the impact of child health care on children's growth and development. Method: 100 children were selected as the research subjects and divided into a control group and an observation group. The control group received routine care, while the observation group received child health care. The changes in growth and development indicators of the two groups of children were observed. Result: The growth rate of height and weight in the observation group was significantly higher than that in the control group, and the incidence of nutritional diseases was lower than that in the control group. The intelligence development and psychomotor development index were both higher than those in the control group ($P<0.05$). Conclusion: Child health interventions can promote children's growth and development, promote uniform height and weight, and promote intellectual development.

[Key words] Children's health care; Growth and development; nutritive disease

在儿童成长过程中,身心发展尤为重要。在儿童这一重要时期,由于饮食不当带来与营养相关的健康问题例如营养不良、肥胖超重问题等等都会对儿童产生不好的影响。合理饮食对儿童身体有益^[1]。但是很多家长并没能注意到儿童每日饮食营养状况,未能确认是否具有良好的营养,会导致儿童的一些营养问题,为此正确营养的建议为儿童健康是必不可少的。随着人们生活质量逐步提高,对健康的认知日渐加深,对儿童保健也越来越有重视。针对儿童生长发育中根据不同儿童心理等具体情况给予相应的个体性护理,预防儿童营养性疾病发生促进儿童成长发展。伴随保健认识不断变化,当前保健工作也在不断改进与完善,尤其在养育儿童过程中,预防保健是主要环节。需要更加全面开展早期儿童保护计划,加强针对早产儿护理要点工作,从而改善睡眠情况并促进儿童健康成长发育。基于此,下文研究主要分析儿童保健在儿童生长发育中的应用效果。

1 资料与方法

1.1 基础资料

本次研究围绕儿童为研究对象,时间2023年1月至12月,共100例,随机分成对照组及观察组,对照组50例,男女比例28:22,年龄1~7岁,均值(2.36 ± 0.41)岁;观察组50例,男女比例26:24,年龄1~6岁,均值(2.31 ± 0.33)岁;资料对比 $P>0.05$ 。

1.2 方法

对照组进行常规干预,进行基础检查,包括身高、头围、胸围、体质量以及视力等;进行相关实验室检查,检测检验结果来评判自身的健康状况;并依照家属意愿对智能等各方面进行检查。6个月以内的小儿最好选择全母乳喂养,若无法实现,则建议采用母乳代用品-婴儿配方奶粉喂养。小儿6~12个月应继续纯母乳或母乳替代品喂养,或配方奶,同时逐渐增添辅助食品,但是甜味和咸味较少或无添加,不添加任何调味料,1岁后儿童应该有充足的饮水量。还要选择易于消化又有营养的食物,明白孩子每日活动,找到存在不足并提出建议。

观察组实施儿童保健:(1)发育监测:观察儿童体重的改变、身高等,主动询问是否正常,提示父母注意观察儿童行为,注意了解正常儿童相关行为动作等表现,及时予以正确指导。鼓励父母养成记录儿童行为习惯,及时在观察中发现发育方面的相关问题,并及时与医生沟通。(2)基础护理:根据儿童不同的发展时期,所表现出的一些特有的身心特点进行不同的照顾方法以适应其需求,并把护理方法通过告诉家属,使家属可以了解儿童生活行为,改善认知能力以及思维能力的发展。为了提高儿童智商,还可以通过读书以及使用益智游戏等方式,促进儿童学习以及探索的兴趣。同时还应重视社区对健康教育的开展,定期组织健康知识,对家长进行教育,使家长了解儿童成长规律,在各阶段进行适当的儿童保健护理,预防儿童疾病。通过亲子游戏,提升与

儿童亲近度,寓教于乐的同时提高儿童记忆力与观察力,对促进儿童智能发展具有重要的作用。(3)健康宣教:定期开展健康教育讲座,邀请儿童家长共同参与,进行日常护理、食疗运动方式、疾病防治等知识的相关授课,并采用通俗易懂的方式授课,保证宣讲时间小于1小时,提高宣讲效果。活动结束后,采用问卷调查的方法检测家长知识接受程度。教会家长使用小儿保健手册,让家长科学教育儿童。(4)饮食护理:设计不同阶段的儿童分阶梯的菜单,同时根据儿童年龄及体重给予不同的选项,编写儿童饮食指南给父母做参照,制订标准为每公斤体重供给热量40千卡,蛋白质占2g/kg,维生素及微量元素基本平均并强调食品种类多样化才能做到均衡营养。偏食、过瘦或过胖等体质的儿童,本着针对不同症结上医院进行营养方面的检查,在此基础上从饮食方面提供相关建议。(5)运动指导:应该向家长说明体育运动对儿童身体作用,并且利用团体活动的方式来提高儿童和家长们参与体育运动的兴趣。例如开展有益于头脑开窍的一些活动,如智力比赛、家庭运动会或者读书会等,鼓励儿童和相同年龄儿童玩耍,增加儿童之间的交流。可依照儿童的出生年龄,拟定不同的儿童体格发育锻炼方案,对家长进行指导,例如前6个月进行被动操、水中锻炼,7~12个月的主动操,增加家长的亲子运动时间,利用智能玩具增加儿童对颜色、图样等的认识,促进儿童大脑发育。(6)疾病预防管理:因儿童在不同年龄段需要接种种类不同的疫苗,提醒家长做好疫苗接种。对于不愿配合疫苗接种的家长,给予其个别交流,反复耐心向儿童说明接种疫苗的安全性以及有效性并且为其普及相关医学知识从而引起重视。通过讲座的

形式向家长宣传常见病症及防制措施,如流行性感冒、腹泻、营养不良、哮喘等,使家长予以关注,并主动去学习相关知识。(7)生活指导:建议家属注意儿童日常生活保暖,督促儿童坚持体育锻炼,保证儿童每天合理膳食,充分睡眠和休息。帮助父母树立正确生活理念,能使家长自觉给儿童营造洁净舒适、安全的生活环境,正确教育儿童,对儿童不可溺爱。充分利用网络平台向家长讲解儿童保健知识如臀部、牙齿等处的护理,提高家长的护理水平。针对家长,除常规的护理方法指导外,建议家长积极尝试进行心理疏导,且要按时开展早教活动,促进儿童感觉能力和语言能力的发育。

1.3 观察指标

记录儿童身高、体重发育指标;观察营养性疾病发生情况。

采用《0-6岁儿童神经、心理发育诊断量表》检测患儿运动能力(大运动+精细运动)、言语能力和交往能力,总评分越高,表示能力发育越好。

1.4 统计学分析

SPSS23.0处理分析,X²、t检验,并用(n/%)($\bar{x} \pm s$)表示,P<0.05,则数据有差异。

2 结果

2.1 身高体重

观察组身高体重高于对照组(P<0.05)。

表1 对比两组儿童身高体重指标($\bar{x} \pm s$)

组别	n(例)	身高(cm)		体重(kg)	
		干预前	干预后	干预前	干预后
对照组	50	104.64 ± 4.58	109.69 ± 5.87	15.31 ± 1.96	18.25 ± 1.55
观察组	50	104.58 ± 4.67	114.85 ± 6.13	15.28 ± 1.87	20.13 ± 1.36
t		0.1496	3.5829	0.1493	3.4376
P		0.8815	0.0006	0.8817	0.0009

2.2 营养性疾病发生情况

观察组营养性疾病发生率低于对照组(P<0.05)。

表2 对比两组儿童营养性疾病发生率(n/%)

组别	n(例)	营养不良	缺铁性贫血	肥胖	总发生率
对照组	50	4(8.00)	1(2.00)	3(6.00)	8(16.00)
观察组	50	1(2.00)	1(2.00)	0	2(4.00)
t					4.0000
P					0.455

2.3 儿童发育情况

观察组MDI、PDI评分高于对照组(P<0.05)。

表3 对比两组儿童MDI、PDI评分($\bar{x} \pm s$)

组别	n(例)	MDI评分		PDI评分	
		干预前	干预后	干预前	干预后
对照组	50	110.34 ± 5.69	115.36 ± 5.81	105.69 ± 4.87	109.67 ± 8.54
观察组	50	110.48 ± 5.74	119.64 ± 6.37	105.78 ± 4.56	114.69 ± 9.69
t		0.1225	3.5102	0.0954	2.7482
P		0.9028	0.0007	0.9242	0.0071

3 讨论

儿童的身高与智力发育不仅受到基因的显著影响,后天环境的作用同样不容小觑。尤其在0-6岁的成长发育期间,这一时期不仅是儿童生理成熟的关键时期,同时也是儿童免疫能力较为脆弱,易受病原体侵扰的敏感阶段。相关研究表明,2岁以下是婴儿大脑发育的关键时期,若能得到适当的环境输入,则有助于相关的脑细胞发育、神经突触的良好发展和神经传导通路的形成^[1]。因此,儿童的智力健康成长是实施婴幼儿的健康教育的工作重点之一。因此,除了密切关注儿童生长状况,还必须采取有效的预防措施,以减少儿童患病的机会。当前国家及社会重视儿童健康服务体系建设,社会大众对此的需求也越来越高,而传统的健康教育方式不能产生明显的效果。

由于儿童免疫力较成人低,更容易患病,影响到儿童的正常发育过程。因此加强儿童的健康管理工作对保证儿童健康成长具有重要意义。依据儿童各年龄阶段具有独特的生理、心理特征进行合理的儿童健康管理,可以有效预防儿童发病,特别是从营养学方面。本文提出儿童的营养保健护理方案,在各个时期的提供儿童所需营养的同时加强基本的健康保健,预防疾病发生,促进儿童的发育成长。在儿童保健过程中,儿童保健医生作用非常关键,通过对小儿的行为能力发展、生理状态做出专业评价,监控儿童动作发展情况、情绪特点、是否适应其年龄以及身体的生长发展速度^[2]。针对预测性医疗建议指导家长做出针对儿童特点的有效教育以培养儿童不足,让能够及时发现儿童存在问题,并及时处理儿童在生长过程中可能遇到的问题,以预防和减少潜在健康问题的发生。

在此次儿童生长发育指标对比中,观察组身高体重及智力认知发育指数均高于对照组($P<0.05$)。这可能与高度生

长发育评估和按时间的干预有关,专家能根据婴幼儿和学龄前儿童的特异生长发育需求而制定适宜的饮食能量和运动等计划,使儿童的生长发育和认知发展更为适宜。儿童饮食保健为幼儿编制了个性化营养计划的同时也给出具体的身体锻炼方案。将个性化营养计划和体格锻炼方案相结合,可保障幼儿在重要发展阶段摄入充足、合理营养,进行适度的身体活动^[3]。此外,还需在平时加强指导,重视对儿童父母育儿技能培养工作,要注重对儿童生活教育工作,积极为儿童创造良好的成长环境。可以利用儿童的健康服务避免对儿童成长不利的各种因素,儿童健康服务可以通过电话、网络平台讲座等方式,有助于促进儿童身心的发展。

在营养性疾病发生率对比中,观察组低于对照组($P<0.05$)。定期的儿童健康检查评价,帮助儿童早期发现并及时应对成长中的儿童在关键发展的进程中问题,并确保儿童都能在各个关键的发展时期都能够得到科学帮助^[4]。提前预测成长过程中可能会出现的发展困难,及时干预,能够最大程度上助力儿童在各个关键时期中的运动发展。健康教育促进婴儿生长发展,而且还可以促进家长掌握育儿技巧。通过深入教育指导父母更好地回应儿童生长需要,在适当的生长阶段进行有目的的体育运动和社交,有助于提升儿童身体、交流能力等各方面能力,全面促进生长发育过程,提高儿童应变环境变化的能力^[5]。除此之外,家长已经对科学标准的育儿知识有所掌握,对于儿童可能面临的问题有快速的处理能力。运用小儿健康教育的方式锻炼儿童推拿按摩的技巧,可以促进副交感神经力量的提升,改善儿童睡眠质量,促进肠胃消化活动,使身体得到正常发育,促进儿童智力的发展。

综上,儿童保健应用在儿童成长发育中可以发挥出显著效果,能够预防不良营养性疾病,促进生长发育。

参考文献:

- [1]古丽琼.2021—2023年广州市番禺区石楼镇社区卫生服务中心儿童保健科0~6岁健康体检儿童体格发育情况分析[J].妇儿健康导刊,2024,3(23):73-76.
- [2]戚旋.按时进行儿童保健与不按时进行儿童保健对1岁以内小儿生长发育的影响[J].中国医药指南,2024,22(34):116-119.
- [3]梁斯敏.早期儿童保健指导策略对学龄前儿童生长发育和健康状况的影响[J].智慧健康,2024,10(34):89-92.
- [4]黄伟.维生素D联合饮食营养干预在儿童保健身高促进治疗中的临床效果分析[J].中国现代药物应用,2024,18(21):125-127.
- [5]肖春容,李小琴.0~1岁婴幼儿早期生长发育中采用标准化儿童保健干预的效果及对发育商的影响[J].邵阳学院学报(自然科学版),2024,21(05):84-89.
- [6]张楠,高雪婷,王雯,等.学龄前儿童家长儿童保健知识知晓现状调查及影响因素分析[J].中国妇幼卫生杂志,2024,15(04):43-48.