

# 中国优生科学西部行学术大会在新疆召开 金·十月馨科技创新引领孕产营养服务三优

十月馨®

步源堂®战略支持



新疆维吾尔自治区卫生健康委员会妇幼处处长  
玉米提·塔西甫拉提致辞



市场信息报 日前,2023 中国优生科学西部行(新疆站)围产保健与优生暨高危孕产妇评估与管理培训班在乌鲁木齐希尔顿酒店举行,会议由中国优生科学协会、中国优生科学协会胎儿临床分会主办,乌鲁木齐市妇幼保健院承办。

乌鲁木齐市妇幼保健院、乌鲁木齐友爱医院院长丁桂凤担任大会主持并致辞、第二军医大学附属长海医院妇产科古航教授担任大会主持;中国优生科学协会胎儿临床分会主任委员苟文丽教授、自治区卫生健康委员会妇幼处玉米提·塔西甫拉提处长为大会致辞。

中国优生科学西部行主要是为了响应党中央开发西部的号召,在缩短中西部地区医疗卫生差距,降低出生缺陷,降低胎儿死亡率,提高人口素质。全国二十余省一千多位妇产专家出席了本次大会。大会特邀西安交通大学第一附属医院苟文丽教授,新疆乌鲁木齐市妇幼保健院和乌鲁木齐友爱医院院长丁桂凤教授,北京大学国际医院蔺莉教授,海军军医大学附属长海医院古航教授,北京协和医院景泉教授,新疆医科大学第一附属医院朱启英教授、李莉教授,新疆维吾尔自治区人民医院黄莺教授,山东省妇幼保健院王丽凤教授,西安交通大学第一附属医院宋戈教授等国内知名专家进行授课。

中国优生科学协会副会长、中国优生科学协会胎儿专业委员会主任委员、西安交通大学第一附属医院苟文丽教授带来专题讲座《营养与优生》,重点介绍了金·十月馨升级换代理论依据、升级前后的对比和在五大医院的临床实验结论,苟文丽教授强调:“孕期分阶段,精细补充复合维生素矿物质制剂(金·十月馨)可有效降低妊娠期并发症的发生,改善围产儿结局。”金·十月馨以其规范性、严谨性、精细性、科学性,得到了与会专家的一致认可。

从胎儿期到婴幼儿期的生命早期 1000 天,是全生命历程中最重要的阶段,对个体健康具有长期和深远的影响;而生命早期发展在很大程度上要依赖母亲(孕妇和乳母)通过胎盘/母乳的营养供给。另一方面,孕期和哺乳期的合理营养对于女性自身也具有较重要的影响。中国营养学会发布《中国孕妇、乳母膳食指南(2022)》,基于科学证据和问题导向,分别对孕妇和乳母提出了合理膳食建议。

怀胎十月,妈妈肚子里的胎儿并不是匀速发育的,胎儿的生长速度以及各器官系统的发育关键期并不一致,胎儿器官分化是在孕早期,而体格生长包括大脑发育以及骨骼钙化主要在孕中晚期。因此在孕期不同阶段,胎儿对能量和营养素的需求是不同的,膳食原则也是不同的。

## 专家团队



苟文丽



丁桂凤



蔺莉



古航



朱启英



李莉



景泉



黄莺



宋戈



王丽凤



### 孕中晚期是贫血、胎儿脑发育和骨骼钙化关键期

- 每周至少吃 2~3 次鱼(其中 1~2 次海鱼),可提供足量的二十二碳六烯酸(DHA),以促进胎儿脑发育;
- 每周吃 1~2 次动物血或肝脏,适量的畜肉,可降低孕期贫血风险,必要时服用铁补充剂;
- 每天 300~500g 奶制品可满足胎儿骨骼钙化需要。

孕早期的胎儿并没有“忙着长个儿”,而是主要完成了器官分化——由形态功能一致的细胞团分化为各具特色的器官系统;此阶段一旦出现干扰因素,如物理因素(噪音、高热、电离辐射等)、化学因素(叶酸或碘缺乏、酒精、药物因素、农药残留、金属毒物、尼古丁等)、生物因素(如风疹病毒、疱疹病毒等),则可能导致胎儿器官分化异常,即发生出生缺陷(先天性心脏病、神经管缺陷、唇腭裂等)。

孕早期是致畸敏感期,而且有些重要的器官系统如中枢神经系统和心血管系统分化开始非常早(受精后第 3 周),此时尚不能准确诊断怀孕。也就是说,得知怀孕后再开始关注致畸因素是来不及的,需至少在孕前三个月、最好孕前六个月进行必要的怀孕准备(备孕),包括改善生活方式、禁烟酒、补充营养素等。

孕早期胎儿完成了器官分化,从肉眼不可见的受精卵发育成身长 9 厘米的“小人儿”;从孕中期开始,就要加足马力开始发育了,否则不可能利用剩下的 28 周快速达到出生身长 50 厘米。孕期体重监测是个很简单的指标,但其意义重大,体重增长过多或过少均对母亲及胎儿不利。增重过少与宫内发育迟缓、早产、围产期死亡有关,而增重过多则与巨大儿、妊娠高血压、妊娠糖尿

病发生有关。为此,一方面限制高能量密度食物(适量畜肉,少吃肥肉、油炸食品、甜食、含糖饮料等),另一方面延续孕前身体活动量,保证每天 30 分钟以上中强度身体活动,特殊情况遵医嘱。此外,为保证维生素 D 水平,孕期保证每日 1 小时白天户外活动。

如果没有遵循上述建议,孕妇可能发生营养性贫血、骨质软化症、营养不良性水肿、维生素缺乏、妊娠高血压、妊娠糖尿病等,并导致胎儿低出生体重、早产、围产期死亡、脑发育受损、出生缺陷等,甚至增加成年期慢性疾病风险。

宝宝更聪明,妈妈更漂亮,备孕、怀孕,金·十月馨!金·十月馨与时俱进,科技创新,在原十月馨的基础上根据 2022 版新指南进行了重新计算调整校正,严格备案法规,根据孕产妇自身和胎儿各阶段对营养的需求不同,足量不过量,分孕早期、孕中期、孕晚期、哺乳期四阶段精细化组方,针对性更强、更科学合理;分阶段补充组方,复合营养、必需营养、分段营养,规范、严谨、精细、科学。金·十月馨科技创新,引领孕产营养,更好服务于妇幼健康事业,服务于广大孕妈妈,服务于三优事业。

(中国优生科学协会“围产保健与优生基层行”项目组)