



# 西部地区女性产后排便情况及其影响因素研究

杨菁<sup>1</sup> 海玉龙<sup>1</sup> 耿春梅<sup>2</sup> 曹民治<sup>2</sup> 李广强<sup>1</sup> 刘洪元<sup>1</sup>

1. 包头医学院营养与食品健康研究所 2. 内蒙古巴彦淖尔市疾病预防控制中心

## 一、背景

排便机制是一个多因素参与的生物调节过程。产妇在恢复期间卧床时间多、活动少，又受饮食、胃肠收缩力等因素影响，排便情况极易受到改变，严重者会引起不同情况的便秘，进而可能会影响产后恢复。近年来流行病学资料显示，我国便秘发生率为3%~17%，而女性产褥期便秘发生率约为22%。国内外研究大多主要针对产褥期便秘患者，而对产后排便情况的变化关注甚少，同时也少见产后排便与饮食、体重滞留等因素的相关性研究。

## 二、目的

本研究旨在调查女性产后排便情况，探究女性产后排便与饮食、产后恢复的关系，为产后恢复指导提供科学依据。

表1 产后不同阶段排便情况比较 [n=172, 例(%)]

时间	排便≤3次/周	排便4~6次/周	排便≥7次/周
产后3个月	43 (25.0)	28 (16.3)	101 (58.7)
产后12个月	20 (11.6)	26 (15.1)	126 (73.3)

表2 女性产后3和12个月的每日膳食摄入比较 (n=65, g/d, x±s)

时间	谷薯杂豆类	蔬菜	水果
产后3个月	442.47±202.74	297.92±257.01	189.43±152.21
产后12个月	461.26±273.22	598.27±399.53	236.51±198.24
t值	-0.449	-4.221	-1.530
P值	0.654	0.000	0.128

表3 女性产后3和12个月每日能量及营养素摄入比较 (n=65, x±s)

时间	总能量 / (kJ/d)	蛋白质 / (g/d)	脂肪 / (g/d)	碳水化合物 / (g/d)	总膳食纤维 / (g/d)
产后3个月	3 559.30±1 862.19	204.29±114.75	189.43±152.21	399.63±158.38	37.55±15.73
产后12个月	3 340.99±1 483.84	128.30±64.01	236.51±198.24	433.46±197.05	50.38±18.62
t值	0.756	-4.513	1.943	-1.057	-4.122
P值	0.452	0.000	0.056	0.294	0.000

## 三、方法

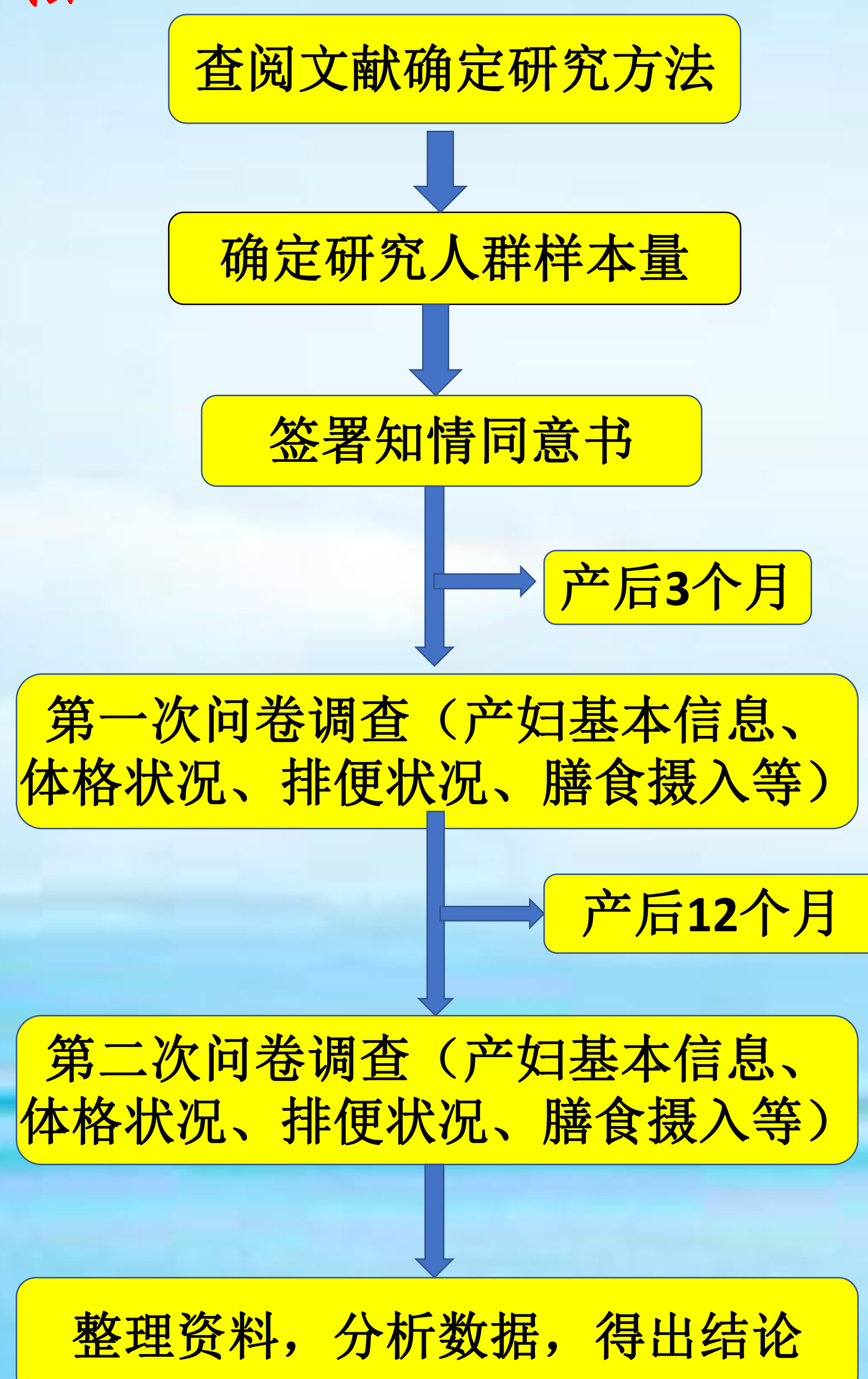


表4 不同排便情况女性产后3和12个月体重滞留量比较 (n=172, kg, x±s)

喂养方式	排便≤3次/周	排便4~6次/周	排便≥7次/周
全母乳	30 (25.6)	22 (18.8)	65 (55.6)
混合	9 (22.0)	5 (12.2)	27 (65.8)
非母乳	4 (28.6)	1 (7.1)	9 (64.3)

表5 产后3个月时不同喂养方式的产妇排便情况比较 (例%)

组别	产后3个月体重滞留量	产后12个月体重滞留量
排便≤3次/周	5.73±5.75	2.45±4.06
排便4~6次/周	5.61±6.47	2.70±6.20
排便≥7次/周	7.00±8.05	4.17±6.48
F值	0.681	1.097
P值	0.507	0.336

表6 产后3个月时不同分娩方式的产妇排便情况比较 (%)

分娩方式	≤3次/周	4~6次/周	≥7次/周
自然分娩	28 (24.4)	22 (19.1)	65 (56.5)
剖宫产	15 (26.3)	6 (10.5)	36 (63.2)

## 四、结果

本研究中，内蒙古中西部地区女性产后3个月时58.7%女性排便≥7次/周，25%产妇排便≤3次/周；随着产后月龄增加，至产后12个月时，排便≤3次/周的产妇例数下降，占11.6%，排便情况改善。产后12个月时排便≥7次/周的产妇，与其产后3个月时饮食比较，产后3个月时蔬菜、水果的摄入均低于推荐摄入量，产后12个月时达到推荐量，蔬菜每日摄入量有差异；产后3个月时鱼禽肉蛋类、奶类及油类摄入较高，油类摄入超出推荐范围。

产后3个月时体重滞留量在5~7kg，随着产后时间的增加，体重滞留量逐渐降低。本研究产后3和12个月每周排便次数少的产妇体重滞留量相对较少，且无差异。产妇喂养方式与排便情况无相关性，考虑存在其他因素的多重影响，需进一步探究。

## 五、结论

本研究证实产后排便的改变与饮食相关，但由于产后恢复受多因素的影响，未见排便与体重滞留、分娩方式、喂养方式相关。