HƯỚNG DẪN QUỐC GIA VỀ DINH DƯỠNG CHO PHỤ NỮ CÓ THAI VÀ BÀ MẸ CHO CON BÚ

(Ban hành theo Quyết định số 776/QĐ-BYT ngày 8/3/2017)

TS.BS. Trần Đăng Khoa
Phó Vụ trưởng Vụ SKBMTE

Nội dung

1. Mục đích xây dựng tài liệu
2. Đối tượng áp dụng
3. Quá trình xây dựng
4. Chủ đề của tài liệu
5. Kế hoạch triển khai

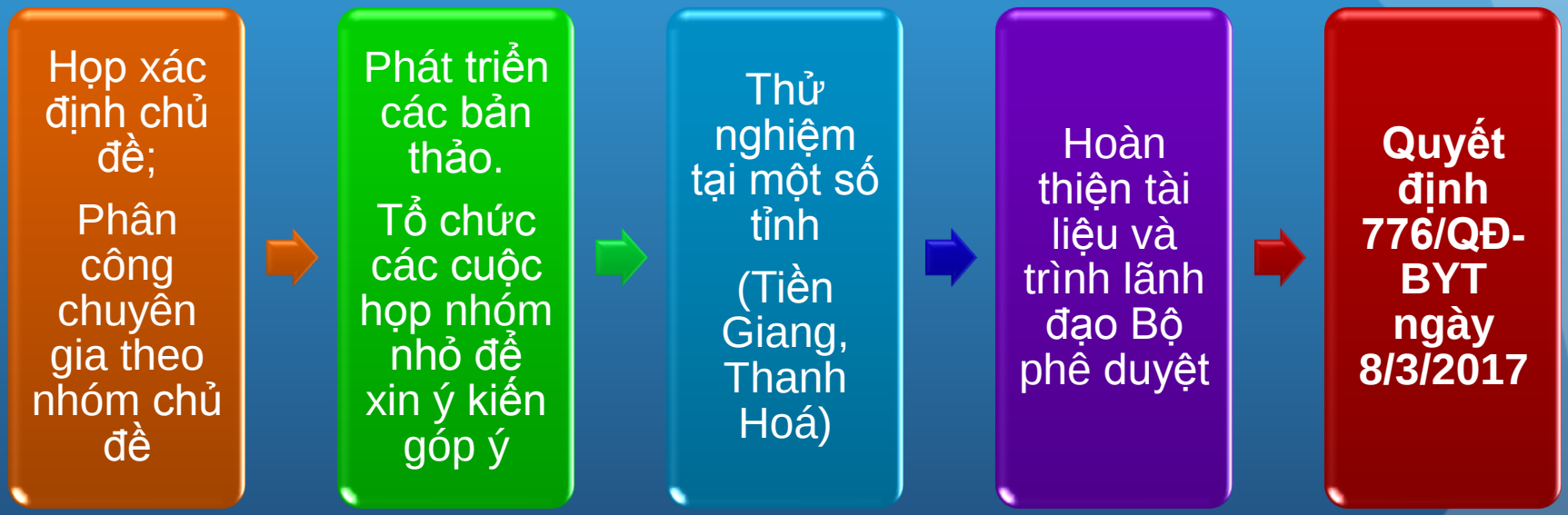
Mục đích xây dựng tài liệu

- Nhằm nâng cao kiến thức và kỹ năng thực hành của CBYT trong công tác chăm sóc dinh dưỡng cho PNCT và BMCCB tại các tuyến.
- Đóng vai trò như một cẩm nang được sử dụng rộng rãi tại các CSYT trên toàn quốc trong thực hiện công tác chăm sóc và tư vấn dinh dưỡng cho PNCT và BMCCB.

Đối tượng áp dụng

- CBYT các tuyến thực hiện công tác khám, tư vấn dinh dưỡng cho PNCT và BMCCB.
- Cộng tác viên dinh dưỡng tại cộng đồng.

Quá trình xây dựng



Tháng 10/2016 – tháng 3/2017

Chủ đề của tài liệu

1. Tầm quan trọng của chăm sóc dinh dưỡng cho PNCT và BMCCB.
2. Nhu cầu dinh dưỡng của PNCT và BMCCB.
3. Khuyến nghị sử dụng sữa và chế phẩm sữa cho PNCT và BMCCB.
4. Dinh dưỡng cho PNCT và BMCCB.
5. Dinh dưỡng trong trường hợp bệnh lý khi có thai.
6. Tư vấn dinh dưỡng cho PNCT và BMCCB.

Chủ đề 1
Tầm quan trọng của chăm sóc dinh dưỡng cho PNCT và BMCCB

Dinh dưỡng thai kỳ

Ảnh hưởng đến sự phát triển của thai nhi

- Sinh non, nhẹ cân
- Dị tật bẩm sinh
- Sự phát triển trí tuệ của trẻ
- Các bệnh mạn tính không lây của trẻ khi trưởng thành

Ảnh hưởng tới sức khỏe của người mẹ

- Đạt được mức tăng cân phù hợp
- Hạn chế các tai biến sản khoa
- Làm tăng khả năng tạo sữa sau sinh của mẹ
- Hạn chế các vấn đề thường gặp khi mang thai và nguy cơ mắc 1 số bệnh cho mẹ

Chủ đề 2
Nhu cầu dinh dưỡng của PNCT và BMCCB

Nguyên tắc: Nhu cầu khuyến nghị được xây dựng theo nhóm đối tượng:

- **PNCT (theo thai kỳ: 3 tháng đầu, 3 tháng giữa, 3 tháng cuối)**
- **BMCCB: 0-6 tháng; 6- 12 tháng**

I. Nhu cầu khuyến nghị năng lượng và chất dinh dưỡng

- Protein (chất đạm)
- Lipid (chất béo)
- Glucid (chất bột)
- Chất xơ

II. Nhu cầu khuyến nghị VTM và chất khoáng

- Chất khoáng đa lượng: Canxi, phospho, magie,
- Chất khoáng vi lượng: sắt, kẽm, Iod, selen, đồng, crom, mangan, fluo,
- Vitamin:
  - VTM tan trong dầu/mỡ: A, D, E, K,
  - VTM tan trong nước: B1, B2, B6, B9, B12, C,
- Nước và các chất điện giải (Na, Ka, Cl)

PNCT cần được bổ sung **đầy đủ và toàn diện** về năng lượng, đạm, vitamin, khoáng chất nhằm giúp thai nhi phát triển tốt

NĂNG LƯỢNG | **PROTEIN** | **VITAMIN & KHOÁNG CHẤT** | **MỤC ĐÍCH**

3 tháng cuối

3 tháng giữa

+450 kcal

+250 kcal

+31g

+10g

Nhu cầu năng lượng khi không mang thai, không cho con bú

- Canxi
- Iot
- Sắt
- Kẽm
- Mg
- Vit A
- Vit C
- Vit B1, B2, B3, B6, B9 & B12

→ **Phát triển thai nhi**

Đáp ứng tăng nhu cầu chuyển hóa

Xây dựng nguồn dự trữ năng lượng (mô mỡ) và chất dinh dưỡng để hỗ trợ NCBSM

BMCCB cần được bổ sung **đầy đủ và toàn diện** năng lượng, đạm, vitamin và khoáng chất nhằm giúp tạo sữa mẹ

NĂNG LƯỢNG | **PROTEIN** | **VITAMIN & KHOÁNG CHẤT** | **MỤC ĐÍCH**

Tình trạng dinh dưỡng kém

Tình trạng dinh dưỡng tốt

- Canxi
- Iot
- Kẽm
- Mg
- Vit A
- Vit E
- Vit C
- Vit B1, B2, B3, B6, B9 & B12

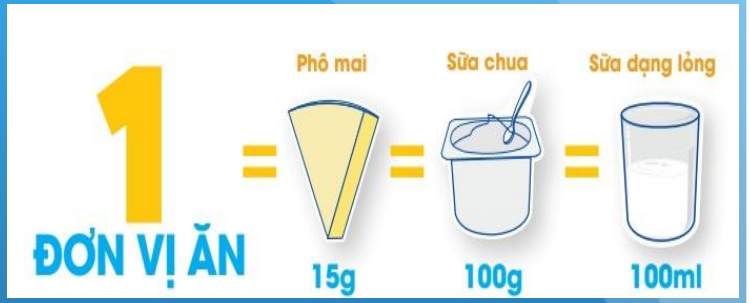
→ **Hỗ trợ tạo sữa mẹ**

Đáp ứng tăng nhu cầu chuyển hóa

Đảm bảo chất lượng sữa mẹ (lượng chất DD trong sữa) để trẻ bú mẹ phát triển một cách tối ưu

Chủ đề 3
Khuyến nghị sử dụng sữa và chế phẩm sữa cho PNCT và BMCCB

Giá trị dinh dưỡng của sữa và chế phẩm sữa



Khuyến nghị sử dụng sữa và chế phẩm sữa (đơn vị/ngày)

- Phụ nữ có thai
- Bà mẹ cho con bú

Lưu ý trong lựa chọn sữa và chế phẩm sữa

Nghiên cứu can thiệp công thức sữa dinh dưỡng cho PNCT và BMCCB tại VN

- Nghiên cứu can thiệp sử dụng sữa bổ sung vi chất dinh dưỡng 02 ly/ngày cho 228 bà mẹ có thai từ 26-29 tuần thai cho đến 3 tháng sau sinh của Viện Dinh Dưỡng.

- **Một số kết quả nghiên cứu**:
  1. Cải thiện các chỉ số nhân trắc trẻ sơ sinh
  2. Giảm: tỉ lệ trẻ sơ sinh nhẹ cân, chiều dài ngắn…
  3. Gia tăng tỉ lệ nuôi con bằng sữa mẹ hoàn toàn (trong 3 tháng đầu)
  4. Gia tăng sản xuất tạo sữa mẹ

Chủ đề 4
Dinh dưỡng cho PNCT và BMCCB

1. Chăm sóc dinh dưỡng cho PN thời kỳ có thai

- 3 tháng đầu
- 3 tháng giữa
- 3 tháng cuối

Lưu ý:

- Mức tăng cân thai kỳ
- Bổ sung viên sắt/folic
- Dinh dưỡng hợp lý
- Chế độ nghỉ ngơi, lao động, vệ sinh cá nhân

2. Dinh dưỡng cho BMCCB

- Chế độ dinh dưỡng hợp lý
- Cho trẻ bú đúng cách

Chủ đề 5
Dinh dưỡng trong trường hợp bệnh lý khi có thai

- **Nhóm bệnh lý:**
  1. Thai phụ bị thiếu máu và vi chất dinh dưỡng
  2. Thai phụ bị bệnh tim
  3. Thai phụ bị bệnh gan
  4. Thai phụ bị tiền sản giật
  5. Thai phụ bị đái tháo đường
- **Cấu trúc:**
  - Nguyên tắc dinh dưỡng
  - Khuyến nghị các nhóm thực phẩm phù hợp
  - Chế độ lao động, nghỉ ngơi phối hợp
  - Thực đơn mẫu và bảng đơn vị chuyển đổi thực phẩm (*được giới thiệu trong trường hợp thai phụ bị tiền sản giật và đái tháo đường).*

Chủ đề 6
Tư vấn dinh dưỡng cho PNCT và BMCCB

- Nguyên tắc tư vấn dinh dưỡng cho PNCT và BMCCB
  - Tư vấn cá nhân
  - Tư vấn nhóm
- Yêu cầu của 1 cuộc tư vấn dinh dưỡng
- Các kỹ năng tư vấn dinh dưỡng cho PNCT và BMCCB
- Quy trình tư vấn dinh dưỡng

Kế hoạch triển khai

Hội thảo phổ biến

(đã thực hiện)

- Phổ biến tài liệu Hướng dẫn dinh dưỡng cho PNCT và BMCCB đến Lãnh đạo Bộ Y tế và các đơn vị trực thuộc BYT; lãnh đạo các Sở Y tế, các bệnh viện, trung tâm CSSKSS và các đơn vị y tế trực thuộc các tỉnh/Tp trên toàn quốc.
- Thảo luận kế hoạch đào tạo giảng viên tuyến tỉnh và triển khai Hướng dẫn tại địa phương trong thời gian tiếp theo.

Miền Bắc: Hà Nội	Miền Nam: HCM	Miền Trung: ĐN
22/3/2017	23/3/2017	24/3/2017

Kế hoạch triển khai (tiếp)

Xây dựng tài liệu đào tạo, tập huấn

Tập huấn

Tập huấn cho CBYT đang công tác tại các bệnh viện về triển khai Hướng dẫn

- Số lượng: 01 lớp
- Thời gian dự kiến: tháng … 2017

Miền Bắc
- BV Bạch Mai
- BV PS TW
- BV E
- BVĐK TW Thái Nguyên

Miền Trung
- BV PS Nhi Đà Nẵng
- BVĐK TW Huế
- BVĐK TW Quảng Nam

Miền Nam
- BV Từ Dũ
- BV Hùng Vương
- BV tư nhân về sản phụ khoa?

Kế hoạch triển khai (tiếp)

Tập huấn (GV tuyến tỉnh)

Đối tượng: CBYT phụ trách về CS và tư vấn dinh dưỡng cho PNCT/BMCCB đang công tác tại các BV, Trung tâm CSSKSS tỉnh/TP.

Thời gian dự kiến: 2017

Xin trân trọng cảm ơn!