

嘉南地區懷孕婦女服用膳食補充品的現況分析

The Analysis of Current Nutritional Supplement Utilization for Pregnant Women in Chia- Nan Area

洪玲嫻¹ 陳師登¹ 陳姿秀^{2*}

¹ 嘉南藥理科技大學營養與保健科技研究所

² 嘉南藥理科技大學保健營養系

背景與目的：孕期營養的供給對於母體與胎兒的健康是關鍵性的決定因素，為供應胎兒成長以及儲存生產所需的能量，孕婦除了六大類食物均衡攝取外，需特別注意的營養需求包括熱量、鐵質、鈣質以及葉酸的攝取。本研究目的在於瞭解嘉南地區婦女懷孕三期服用膳食補充品的現況。藉由飲食評估、血液生化檢驗、基本問卷與疾病狀況調查的方式，與『有無服用膳食補充品』進行交叉分析，探討孕婦服用膳食補充品的成效或效益，作為日後孕婦營養衛教及健康食品管理的參考。將膳食補充品進行歸納分組，探討各組間顯著差異性的生理意義。**研究方法：**採用橫斷式調查，以嘉南地區醫療院所進行收案，包括柳營奇美醫院、成功大學附設醫院、姚博琳婦產科、嘉義基督教醫院。研究工具包括基本資料問卷：利用孕婦於門診候診時間，依其意願訪談，簽妥同意書。訪談內容包括 1.基本資料 2.孕期飲食與行為 3.膳食營養補充品 4.自我效能評估及其它問題。24 小時飲食評估問卷：採用衛生署 1993-1996、1997-2002 之國民營養健康狀況變遷調查所用之 24 小時飲食回憶法，由受過訓練的訪員訪談與記錄。血液收集與處理：徵求孕婦同意，由醫檢人員抽取血液樣本，離心分裝後進行分析。**結果：**收案人數為 289 人，其中第一孕期 38 人，第二孕期 99 人，第三孕期 152 人，有服用膳食補充品人數為 215 人，無服用膳食補充品人數為 74 人。教育程度與服用膳食補充品的情形，高職有 69 人，其中服用膳食補充品 49 人(71%)，專科有 80 人，其中服用膳食補充品 69 人(86%)，大學有 102 人，其中服用膳食補充品 75 人(74%)，研究所有 22 人，其中服用膳食補充品 17 人(77%)。近一個月食用維他命及礦物質類的頻率：沒吃的 20.93%，每週 1-3 次有 13.95%，每週 4-6 次有 6.51%，每天吃的 56.28%。機能配方食品的頻率：沒吃的 46.05%，每週 1-3 次有 14.42%，每週 4-6 次有 4.19%，每天吃的 33.95%。食用保健食品類的頻率：沒吃的 93.02%，每週 1-3 次有 3.26%，每週 4-6 次有 1.40%，每天吃的 5.12%。在膳食補充品的商品數分佈中，以第三孕期且服用二種膳食補充品的人數最多。補充品使用的排序中，以服用鈣片最多(79 人)，其次是服用新寶納多(67 人)與媽媽奶粉(67 人)，服用綜合維他命(44 人)。**結論：**本研究的對象以第三孕期人數最多，近一個月有服用補充品的人數 215 人(74.39%)，無服用膳食補充品人數為 74 人(25.61%)。其中以第三孕期服用膳食補充品人數最多，且選擇兩種以上的補充品，各類補充品使用頻率中以鈣片最多。