

预防出生缺陷 守护生命健康

每一个新生命的到来,都承载着家庭的期盼与希望。但唐氏综合征、严重先天性心脏病、重型地中海贫血等出生缺陷不仅危害婴幼儿健康,还给社会和家庭带来沉重经济负担与精神压力。

2025 年 9 月 12 日是第 21 个中国预防出生缺陷日,今年的活动主题为“关注孕期营养,孕育健康未来”。

近年来,我县扎实推进预防出生缺陷工作,构建起覆盖婚前、孕前、孕期、新生儿及儿童各阶段的全周期防治体系,成效显著。数据显示,全县出生缺陷发生率连续 5 年下降,降幅达 12%;婚前医学检查、孕前优生健康检查等多项服务指标位居全市前列,为万千家庭筑起了生命健康的“第一道防线”。

图文/记者 袁明琼

1. 政策先行筑牢防治根基

“现在从婚检到孕期筛查,不仅都有政策支持,还可享受免费项目。对于预防出生缺陷,我们特别安心。”9 月 10 日,在县民政局婚姻登记处完成“一站式”服务的新婚夫妇张雷和陈雨感慨道。

张雷和陈雨的安心,得益于我县将预防出生缺陷纳入顶层设计,通过政策保障、规划引领和项目带动,为工作开展奠定了坚实基础。

我县制定专项实施方案,明确卫生健康、民政、财政等多部门职责,建立信息共享与协作机制,将预防出生缺陷纳入规范化管理轨道。《忠县妇女儿童发展规划(2021-2030 年)》《忠县儿童发展规划(2021-2030 年)》的出台,进一步压实各部门目标责任,形成齐抓共管的工作格局。

我县将孕前优生健康检查、产前筛查列为重点民生实事,落实预防出生缺陷公共卫生服务。近 3 年来,我县累计有 1 万余名孕产妇和新生儿获得相应免费服务。

2. 健全预防出生缺陷链条

出生缺陷是指婴儿出生前发生的身体结构、功能或代谢异常,是导致早期流产、死胎、婴幼儿死亡和先天残疾的重要原因。

“生育健康的孩子是每个家庭共同的期盼。预防出生缺陷必须关口前移,从源头阻断风险。”县卫生健康委相关负责人介绍,近年来,我县积极推进出生缺陷综合防治,严格落实国家“三级预防”策略,为新生命健康保驾护航。

一级预防即孕前干预,通过婚前及孕前医学检查、遗传咨询、补充叶酸、健康生活指导等,从源头上降低

出生缺陷风险。

二级预防主要是孕期筛查,即利用超声影像、唐氏筛查、无创 DNA 检测等技术,早发现、早干预胎儿异常。对高龄孕妇、筛查高风险等人群,提供遗传咨询和产前诊断服务,为家庭提供科学决策依据。

三级预防即新生儿筛查,在婴儿出生后及时开展听力、先天性心脏病及遗传代谢病筛查,实现早发现、早诊断、早治疗。2024 年,全县通过新生儿筛查确诊的所有患儿均得到及时干预,有效避免或减轻了致残后果。

3. 建强体系打通服务末梢

“县里的专家定期来指导,现在镇上也能做产前筛查,不用到县城了。”近日,拔山镇孕妇产妇李娟在拔山中心卫生院做完产检后说。

这背后是我县针对预防出生缺陷,不断完善服务体系、提升专业能力的努力。

我县依托县人民医院、县中医医院、县妇幼保健院等 3 家产前筛查机构,构建起“县级筛查全覆盖”网络,扎实推进产前筛查、新生儿疾病筛查、听力筛查等工作。同时,我县每年开展临床检验、超声影像等专业岗位线上线下培训,接受培训的县、乡、村级检验人员超 100 人次,有效打通了服务群众的“最后一公里”。

为保障服务质量,县卫生健康委每年开展两次室间质评和不定期“飞行检查”,县级专家组还为对口乡镇进行现场技术指导,促进城乡防治服务均衡发展。

4. 服务升级提升防治效能

在服务模式上,我县创新推行婚姻登记、婚前医学检查和生育指导“一站式”便民服务,探索孕前、孕期服务无缝衔接模式,构建起覆盖城乡的全周期防治体系。

这种“进一扇门、办多件事”模式,让婚前医学检查率大幅提升,群众满意度持续走高。

宣教创新同样亮点纷呈。我县以“预防出生缺陷 孕育健康宝宝”为主题,开展覆盖所有乡镇(街道)的宣传活动,通过大型义诊、资料发放、微信专栏等形式,普及优生优育知识。仅 2024 年,全县就开展大型主题宣传活动 2 场次,发放资料 3000 余份,义诊服务 2000 余人次,营造出“群防群治”的良好氛围。

信息化建设为防治工作插上“翅膀”。我县依托信息化平台构建“以出生人口为基础”的出生缺陷监测制度,实现地域、人口和医院全覆盖,为“逢怀孕必筛查、逢分娩必诊断、逢缺陷必报送、逢风险必干预”机制提供数据支撑,让防治工作更精准、高效。



医生向孕妈妈宣传出生缺陷防治知识。



备孕妇女在县政务中心婚(孕)前医学检查服务区免费领取叶酸。



孕妈妈到医疗机构咨询孕期注意事项。

5. 叶酸增补筑牢预防关口

“医生反复叮嘱,从孕前 3 个月就要开始吃叶酸,能预防胎儿神经管缺陷。”9 月 10 日,在县政务中心婚(孕)前医学检查服务区,正在备孕的王晓红拿着免费领取的叶酸对记者说。

作为出生缺陷一级预防的重要举措,我县扎实推进增补叶酸预防神经管缺陷项目,明确目标人群增补叶酸知识知晓率达 95%、服用率超 90%、依从率达 80%,全力将神经管缺陷发生率控制在低水平。

项目覆盖全县各乡镇(街道)卫生

院、社区卫生服务中心及县级医院,为所有准备怀孕的适龄妇女(含流动待孕妇女)免费提供叶酸,在孕前 3 个月至孕早期 3 个月规范服用。

在组织实施中,县卫生健康委负责统筹协调,县妇幼保健院负责叶酸接收、发放、信息管理等工作,乡镇(街道)卫生院和村卫生室分级落实发放、随访责任,重点关注高危及流动待孕妇女,形成“县-乡-村”三级联动的叶酸发放管理体系,确保每一份叶酸都能精准送达、规范服用。

6. 凝聚合力共筑健康未来

在我县预防出生缺陷历程中,有许多温暖瞬间。准妈妈周晓琳在唐氏筛查显示高风险后,经医生耐心指导完成羊水穿刺,最终确认胎儿健康;孕妇小芳腹中胎儿被诊断为先天性心脏病,医疗团队全力救治,让宝宝平安出生……

虽然在工作中仍面临基层筛查能力不足、部分群众存在认知误区等挑战,但我县正加大基层医疗设备投入、

加强人才培养,创新科普形式消除认知壁垒,规划建设康复机构并鼓励社会力量参与,持续破解难题。

展望未来,我县将进一步完善政策体系、强化服务网络、创新宣教方式、培养专业人才,围绕“关注孕期营养,孕育健康未来”主题,持续深耕预防出生缺陷工作,用科学与关爱守护每一个新生命的健康,让更多家庭收获幸福与希望。

■ 相关链接:

孕期科学管理营养 助力预防出生缺陷

2025 年,中国预防出生缺陷日的活动主题聚焦孕期营养对母婴健康及出生缺陷的作用,因为孕期营养对母婴健康至关重要,充足且均衡的营养能够保障胎儿正常生长发育、降低出生缺陷风险、促进长期健康,维持母体健康、减少妊娠并发症、促进产后恢复。

如何在孕期做好科学营养管理?县妇幼保健院营养科主治医师谢艳蓉提出以下专业建议:

在备孕及怀孕前 3 个月,女性

要及时补充叶酸。孕期,女性需继续每日补充叶酸 400μg 满足机体需要。缺乏叶酸会导致胚胎神经管畸形和贫血等。

孕妇应保持健康饮食,要吃多种多样的健康食物,做到营养均衡;适当多吃奶、禽、蔬菜、水果等富含优质蛋白和维生素的食物。因为在不同孕期,胎儿需要的营养物质不同,比如孕 4 至 6 月需要锌、钙、铁等元素,以防止胎儿发育不良、强化骨骼并预防孕妇贫血;孕 7 至 9 月需要膳食纤维等核心营养素,保护胎儿脑眼发育。牛奶、酸奶、豆制品

等是钙元素的良好来源,孕期每日至少饮用 300 毫升牛奶,优选低脂奶;豆类每日摄入 20 克左右,豆浆、豆腐、豆奶均可选择。可以预防缺铁性贫血的铁元素,可从动物肝脏及红肉中食补摄取,因为这些食物里铁含量丰富、吸收率较高。还可选择维生素 C 含量丰富的蔬菜水果,促进铁吸收。

比较重要的还有维生素 D 的摄入,它可以帮助促进钙吸收,但是天然食物中维生素 D 含量较低,动物肝脏、蛋黄、奶油中相对较高。人体皮肤经紫外线照射也可

获得维生素 D,每日大阳光直接照射 10 至 20 分钟即可满足需求;在阳光不充足时可选择维生素 D 营养补充剂。

孕晚期也仍需丰富的营养素,以满足宝宝的骨骼、神经、肌肉的发育需要,也是在为宝宝的出生储备能量。此时孕妈妈还要做好体重控制工作,使体重增长在合适范围,以防胎儿体重增长过快影响孕妇和胎儿的健康状态,孕妈妈可根据自身身体状况和孕前运动习惯,结合自身主观感受选择活动类型,如孕妇瑜伽。

