懷孕婦女體重增加行為及其相關因素之探討

賀姝霞　黃璉華*

摘　要

孕期增加適當的體重對孕婦與胎兒、新生兒的健康是很重要的，懷孕期間婦女體重增加不足或過多均易導致合併症的發生。孕婦體重增加過多是全球日趨嚴重的現象，其所引發的產後體重存留及日後婦女體重過重或肥胖，進而增加罹患慢性疾病的危險是近年來健康促進重要的議題。隨著生殖時期婦女肥胖盛行率增加與高比例的婦女孕期體重增加超過建議標準，研究焦點應包含關注母親長期的健康。因此，探討懷孕婦女體重增加行為及其相關因素（如：個人生理因素、心理社會因素及環境與文化）有助於了解此行為的相關知識，可作為日後醫護人員在指導懷孕婦女之依據，並提供未來發展健康促進研究介入策略以及相關健康促進政策之參考。

關鍵詞：懷孕婦女、體重增加行為。