|  |
| --- |
|  |
|

|  |  |
| --- | --- |
| **MEDIA RELEASE**

|  |
| --- |
|  |

**了解孕期身体的演变**怀孕期间的锻炼给母亲和婴儿带来较安全和健康的结果。然而，由于怀孕造成体型改变，个别孕妇可能会有更多跌倒的风险，导致她们孕前孕后对运动不确定的态度。孕期身体演变 （TK-PEP）是AUT领导的题为“生命发展周期”总体研究项目中的首个研究课题，旨在为了妇女和家人的福祉改善妊娠结果。为进一步了解孕妇怀孕期和产后在身体形状、大小和体征方面的变化。TK-PEP课题将与多达400名孕妇合作， TK-PEP研究课题负责人Patria Hume教授说："孕妇的身体在整个怀孕期间和产后6个月内形体经历着独特的渐进变化。虽然人们普遍认为在这段时间内经历的身体变化会影响妇女的行走、平衡、运动和完成日常任务的方式，但我们对这些变化如何在不同时期演变以及孕妇之间有何差异知之甚少"。"我们希望，随着孕妇更多地了解她们孕期身体的变化，她们会对如何行走和保持平衡更有信心，从而能够增进身体和精神两个方面的健康"。研究人员希望，对孕期体态变化加深了解能有助减少分娩时的医疗干预需求。大约有三分之一的新西兰妇女在生孩子时要进行剖腹产或器械助产（用产钳或通气管）。 2018年，卫生部的一份孕产妇报告显示，36%的孕妇进行了剖腹产，是世界卫生组织建议的15%的两倍多。TK-PEP助产士科研团队负责人Judith McAra-Couper库珀教授说："我们希望找到改变这一趋势的方法，以便让更多的妇女能够进行阴道分娩。" 该研究每月在奥克兰理工大学的千禧年体育竞技研究所进行，为研究对象检查的项目有：心率、血压、体温、呼吸率、氧饱和度以及身体形态和运动的变化。三维全身成像扫描仪将捕捉到身体质量的变化，运动捕捉技术将被用于评估行走和平衡。其中包括基于运动疗法的免费分娩准备的研讨会，研讨会旨在帮助准妈妈在身体和情感方面为分娩做充分的准备。研究对象还将接受营养分析，并使用Te Kukunetanga whānau课题组的房间。Hume教授说：“通过设定时间的约会以及参加由各种专家就营养、运动和体育活动等主题演讲的仅限研究对象的健康研讨会，为各类健康专业人士提供了合作的机会”。生命发展周期 （Te Kukunetanga）科研合作团队由AUT的新西兰运动表现研究所、奥克兰理工大学的助产和妇女健康研究中心、体育活动和运动研究中心、国家毛利语言研究所和新西兰国防军几家机构组成。生命发展周期科研项目将持续多年，课题包括：孕期的身体变化孕期运动和情感的联系孕期的姿势控制使用预测模型来改善健康结果孕期对空间的视觉感知孕期的饮食孕期的跑步锻炼军队妇女在产后重返职位的指南孕期和产后的孕产妇心理健康状况 |

 |
|  |