

Выводы

У большинства женщин были выявлены изменения настроения (60,6%) и сна (75,7%), возникшие во время беременности, что может значительно сказываться на изменение пищевых предпочтений в пользу сладкой и жирной пищи.

Практически все женщины 97% не ограничивали себя в продуктах питания. При этом часто выбирали высококалорийные блюда, с большим содержанием жиров и углеводов, как во время беременности, так и при грудном вскармливании. В среднем 3–4 раза в неделю употребляли фрукты. Лишь 9% вели подсчитывали количество ккал, жиров, белков и углеводов. Почти половина опрошенных (48,5%) употребляли газированные напитки.

Уровень физической активности оказался невысоким 57,5% женщин соблюдали обычный режим работы, 27,3% старались уменьшить физические нагрузки и только 15,1% занимались йогой или фитнесом во время беременности. Больше половины участников (60,1%) исследования знают о упражнениях Кегеля, но выполняют лишь 9%.

СПИСОК ИСПОЛЬЗОВАННОЙ ЛИТЕРАТУРЫ

1. *Koletzko, B.* Diet and lifestyle before and during pregnancy / B. Koletzko, M. Cremer, M. Flothkötter // Practical recommendations of the germany-wide healthy start–Young family network. – 2019. – Vol. 78. – P. 1262–1282.
2. *Lucas, A.* Long-term programming effects of early nutrition–Implications for the preterm infant / A. Lucas // J. Perinatol. – 2015. – Vol. 25.
3. *Hoffman, D. J.* Developmental origins of health and disease: Current knowledge and potential mechanisms / D. J Hoffman, R. M. Reynolds, D. B. Hardy // Nutr. Rev. – 2017. – Vol. 75. – P. 951–970.
4. *Gluckman, P. D.* Effect of in utero and early-life conditions on adult health and disease / P. D. Gluckman, M. A. Hanson, C. Cooper, K. L Thornburg // New Engl. J. Med. – 2018. – Vol. 359. – P. 67–73.
5. *Ługowska, K., Kolanowski, W.* The Nutritional Behaviour of Pregnant Women in Poland / K. Ługowska, W. Kolanowski // International journal of environmental research and public health. – 2019. – Vol. 16, № 22. – P. 43–57.
6. *Be Healthy in Pregnancy: Exploring factors that impact pregnant women’s nutrition and exercise behaviours / Lindsay N. Grenier [et al.] // Maternal & child nutrition. – 2021. – Vol. 17, № 1.*
7. Калькулятор индекса массы тела, ИМТ [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <https://calc.by/weight-and-calories/body-mass-index-calculator.html>. – Дата доступа: 10.03.2024.

УДК 613.287.8:616.89-008.454-055.2

Н. В. Лыскина

Научный руководитель: к.м.н., доцент Л. П. Мамчиц

Учреждение образования

«Гомельский государственный медицинский университет»

г. Гомель, Республика Беларусь

ВЛИЯНИЕ ПОСЛЕРОДОВОЙ ДЕПРЕССИИ НА РАСПРОСТРАНЕННОСТЬ ГРУДНОГО ВСКАРМЛИВАНИЯ

Введение

Грудное молоко – это самый ценный продукт питания ребенка первого года жизни. С грудным молоком дети получают специфические антитела, биологически активные вещества, которые соответствуют потребностям ребенка, гормоны. Грудное вскармливание оказывает положительное влияние на физическое, нервно-психическое и интеллектуальное развитие. Выработка и выброс молока зависит от гормонального фона женщины. Регулируют грудное вскармливание гормоны пролактин и окситацин. Пролактин отвечает за выработку молока, на него не влияют гормоны стресса. У окситацина, который отвечает за выброс молока из грудных протоков, есть антагонисты, например, адреналин. Это приводит к тому, что выработка молока не нарушается, молоко есть, а извлечь его ребенок не может. Во время послеродовой депрессии нарушается выработка гормонов, поддерживающих грудное вскармливание [1, 2].

Цель

Изучить влияние послеродовой депрессии кормящих мам на распространенность грудного вскармливания.

Материал и методы исследования

Был проведен опрос 300 женщин фертильного возраста в г. Гомеле. С этой целью использован вопросник, составленный на основе инструкции 2.4.2.11–14–26–2003 «Сбор, обработка и порядок представления информации для гигиенической диагностики и прогнозирования здоровья детей в системе «Здоровье – среда обитания». В опросе приняли участие женщины в возрасте 16–20 лет 51 женщина (17%), 21–30 лет 171 женщина (57%), 31–40 лет 60 женщин (20%), 41–50 лет 18 женщин (6%). Статистический анализ с использованием пакета прикладного программного обеспечения Microsoft Excel 2010.

Результаты исследования и их обсуждение

На распространенность грудного вскармливания влияют такие факторы, как семейное положение, образование, возраст [3, 4]. Наличие брака и высшего образования положительно влияет на распространенность грудного вскармливания. Осведомленность о пользе грудного вскармливания у лиц с высшим образованием лучше. В опросе приняли участие женщины в возрасте 16–20 лет (19,2%), 21–30 лет (42,3%), 31–40 лет (38,6%) [4]. Женщины в возрастной группе 31–40 лет в 2 раза реже отказывались от грудного вскармливания, так как их беременность в 75% случаев была не первая, запланированная, они находились в браке, и их социальное положение было удовлетворительное. Замужние женщины кормят детей грудным молоком чаще, чем не состоящие в браке женщины. Во время беседы с не состоящими в браке женщинами, выяснилось, что они подвергались стрессу, связанному с их неустроенным семейным положением, что приводило их к депрессии в послеродовом периоде [3]. Послеродовая депрессия является частой психологической причиной отказа женщин от грудного вскармливания.

Из результатов анкетирования следует, что 18% опрошенных женщин отмечали у себя признаки послеродовой депрессии, такие как снижение настроения, раздражительность, повышенная утомляемость, не ощущали удовольствие от общения с ребенком. 66% опрошенных женщин отмечали послеродовую депрессию. Среди них преобладали женщины, которые во время беременности и в послеродовый период не получали социальную поддержку от родственников (30%), испытывали материальные трудности (26%), не имели достаточного образования или работы (13%). 8 % женщин связывали наличие у них депрессии в связи с изменением их тела в результате беременности и хирургических вмешательств в родах, в 28% случаев не удалось выявить природу послеродовой депрессии (рисунок 1).

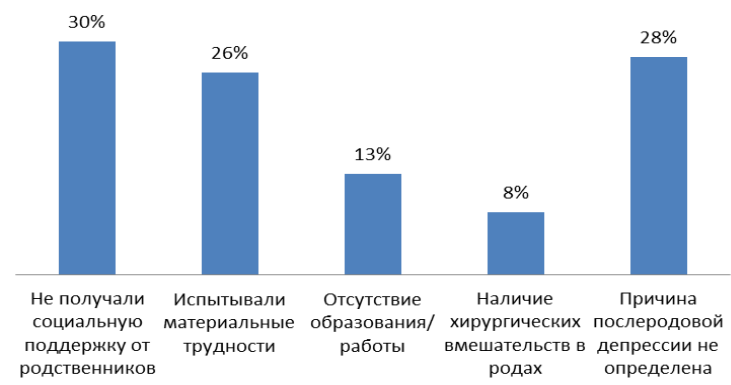


Рисунок 1 – Причины возникновения послеродовой депрессии

Послеродовая депрессия имеет негативное влияние на распространение грудного вскармливания. 74% женщин, имевших послеродовую депрессию, отказывались от грудного вскармливания по причине нежелания проводить время с ребенком.

11% женщин, наоборот, очень серьезно подходили к грудному вскармливанию и имели постоянную и необоснованную повышенную тревожность за ребенка, что повлияло в 70% на сохранение грудного вскармливания в будущем.

15% женщин не отметили у себя влияния послеродовой депрессии на грудное вскармливание.

Женщины, перенесшие послеродовую депрессию, в 4 раза чаще отказывались от грудного вскармливания, чем женщины, которые не имели послеродовой депрессии. Разница в продолжительности грудного вскармливания отмечалась у женщин, которые имели послеродовую депрессию и испытывали повышенную тревожность за ребенка, грудное вскармливание было у них продолжительнее в 2 раза, чем у женщин, которые не имели данную патологию. Наличие послеродовой депрессии не влияло на изменение продолжительности грудного вскармливания.

Выводы

Развитие депрессии в послеродовой период зависит от таких социальных факторов, как возраст, семейное положение, отсутствие работы или профессии, материальные трудности. Неблагоприятные социальные факторы являются триггером возникновения послеродовой депрессии, что негативно влияет на распространение грудного вскармливания. Начинать профилактику послеродовой депрессии необходимо во время беременности, а не только в послеродовой период.

СПИСОК ИСПОЛЬЗОВАННОЙ ЛИТЕРАТУРЫ

1. Яворская, О. А. Актуальные организационные проблемы поддержания грудного вскармливания у женщин в РФ / О. А. Яворская // *Вопрос детской диетологии*, 2007. – Т. 5, № 2. – С. 37–43.
2. Нелюбова, А. А. Пути оптимизации грудного вскармливания / А. А. Нелюбова, В. А. Гурьева // *Сибирский медицинский журнал*. – 2010. – № 1. – С. 102–105.
3. Лыскина, Н.В. Гигиенические аспекты грудного вскармливания /Н.В. Лыскина//Актуальные проблемы гигиены и экологической медицины : сборник материалов V межвузовской студенческой заочной научно-практической конференции с международным участием, 20 декабря 2019 года [Электронный ресурс] / отв. ред. И. А. Наумов. – Электрон. текст. дан. и прогр. (объем 6,1 Мб). – Гродно : ГрГМУ, 2020. – С. 167–171.
4. Лыскина, Н. В. Влияние социально – демографических факторов и образа жизни кормящих мам на распространенность грудного вскармливания / Н. В. Лыскина // *Проблемы фундаментальной медицины и биологии: материалы Междунар. науч.-практ. конф. молодых ученых и студентов (Кемерово, 19–20 дек. 2019 г.)* / отв. ред. А.С. Сухих, Д. Ю. Кувшинов. – Кемерово: КемГМУ, 2019. – С. 193–195.

УДК 125:252./536

Д. Н. Мохарева

Научный руководитель: к.м.н., доцент Л. П. Мамчиц

Учреждение образования

«Гомельский государственный медицинский университет»

г. Гомель, Республика Беларусь

АНАЛИЗ РЕЗУЛЬТАТОВ ДИСПАНСЕРНОГО НАБЛЮДЕНИЯ НАСЕЛЕНИЯ Г. ВЕТКИ

Введение

На современном этапе политического и социально-экономического развития Республики Беларусь перед здравоохранением стоит важнейшая из задач – сохранение и укрепление здоровья населения страны и выявления заболеваний на более ранних ста-