

Porodní trauma není jedinou příčinou duševní nepohody rodiček. Nový výzkum poukázal na opomíjené vlivy

7. 3. 2023, KLECANY – Těhotenství a poporodní období může být jedním z nejstresovějších a nejzranitelnějších období v životě ženy, které s sebou nese také riziko vzniku nebo relapsu duševní poruchy – nejčastěji deprese nebo úzkosti. Existují přitom faktory, které duševní pohodu žen po porodu výrazně ovlivňují. Problémem je, že většina dosavadních studií se na tyto faktory neptá samotných žen. Nový výzkum odborníků z Národního ústavu duševního zdraví tento přístup zásadně změnil a problematiku analyzuje z pohledu samotných žen v perinatálním období.

Vědci z Centra perinatálního duševního zdraví NUDZ oslovili ženy mezi 18 a 45 lety v perinatálním období, které se potýkaly s duševní nepohodou a z nichž 53 % vyhledalo odbornou pomoc. Odborníci následně analyzovali odpovědi 188 zúčastněných žen. „V mediálním prostoru se často skloňuje tematika porodního traumatu. Negativní zážitky při porodu mohou mít samozřejmě velký vliv na psychický stav žen, nejedná se ale o jedinou příčinu duševní nepohody po porodu – často se totiž opomíjejí faktory, které působí dlouhodobě a mají velmi výrazný vliv,“ popisuje Antonín Šebela, vedoucí Centra perinatálního duševního zdraví NUDZ.

Problémy s těhotenstvím a porodem i chování okolí

Mezi nejčastěji zmiňované faktory duševní nepohody patří problémy spojené s těhotenstvím, porodem či kojením, o nichž referovalo 35 % respondentek. Na stejnou část respondentek působí problematicky chování nejbližšího okolí, kdy si ženy nejčastěji stěžují na nedostatek podpory a komunikace a přílišný tlak spolu s pocitem, že žena musí zvládat všechno sama. 14 % respondentek vnímalo problematicky přístup personálu v porodnici a část si stěžovala také na bagatelizaci jejich duševních problémů v perinatálním období.

„Velmi často bylo zmiňováno kojení, a to navzdory faktu, že je uváděno jako protektivní faktor duševního zdraví a je známa celá řada jeho pozitivních aspektů jak pro matku, tak pro dítě. Nicméně některé ženy nemohou kojit přirozeně nebo jim kojení působí značné obtíže a bolesti. Kojení tedy není vždy ochranným faktorem, a pokud žena zažívá tyto problémy, může mít kojení potenciálně negativní dopad na její duševní zdraví, a v důsledku tak působit i na dítě. Negativní dopad problémů spojených s kojením na duševní zdraví ženy zhoršuje kritika, odsuzování a tlak okolí,“ vysvětluje Kristýna Hrdličková z NUDZ. Právě chování blízkého okolí je druhou nejčastěji uváděnou příčinou duševní nepohody v perinatálním období. Podle vědců je tak třeba motivovat partnery, rodinné příslušníky a další blízké osoby k psychické i sociální podpoře a aktivnímu zapojení do péče o novorozence a chod domácnosti.

Podpora blízkých a zlepšení péče

„Výzkum ukázal, že je třeba se zaměřit více na to, aby ženy, které pociťují svůj porod jako náročný, měly možnost o této zkušenosti s někým mluvit, ideálně ihned v porodnici. Důležitým zjištěním také je, že nemalá část žen identifikovala jako spouštěče své psychické nepohody chování svých blízkých. Znalosti ze získaných dat tak potvrdily, že v ČR je nutná postupná cesta k integraci tělesné a psychosociální péče o ženy po porodu, tak jak to ostatně doporučuje i Světová zdravotnická organizace. Odpovědí na tento požadavek je například integrující program péče o psychosociální zdraví rodiček, který naše výzkumné centrum postupně zavádí ve spolupráci s českými a moravskými porodnicemi. Důležité je také odstranění stigma, které s duševními

obtížemi v perinatálním období souvisí," uzavírá Antonín Šebela. Výsledky výzkumu byly publikovány v odborném časopisu Journal of the American Psychiatric Nurses Association.

Pro další informace prosím kontaktujte:

Mgr. Jan Červenka

tiskový mluvčí

E-mail: jan.cervenka@nudz.cz

Telefon: +420 774 851 335