

ОБУЧАЮЩИЕ ПРОГРАММЫ ДЛЯ БУДУЩИХ РОДИТЕЛЕЙ

Н.В. Зотина, Н.А. Кощеева, Н.В. Дармограй

Санкт-Петербургская государственная медицинская академия им. И.И. Мечникова

E-mail: fvso@mail.ru

Показана актуальность обучающих программ для будущих родителей.

Ключевые слова: готовность женщин к родам, беременность.



Школа здоровья представляет собой медицинскую профилактическую технологию, в основе которой лежит индивидуальное и групповое воздействие на пациентов с целью повышения уровня их знаний о рациональном лечении, повышении их приверженности к нему, что способствует профилактике осложнений, улучшению прогноза, качества жизни (5, 14). Существующие школы для пациентов с гипертонической болезнью, сахарным диабетом, хронической сердечной недостаточностью, бронхиальной астмой и др. доказали свою эффективность (2, 7, 13).

Школы для будущих родителей – новая медико-профилактическая технология, цель которой – обеспечить благополучное вынашивание беременности, благоприятные роды, рождение здорового ребенка, сформировать позитивное отношение к беременности, что весьма актуально, если учесть состояние здоровья населения в стране и Санкт-Петербурге, в частности.

По информации Комитета по здравоохранению, в Санкт-Петербурге зарегистрировано 1 212 816 женщин фертильного (репродуктивного) возраста. По данным женских консультаций, в 2008 г. беременность завершилась родами у 39 980 женщин (в 2007 г. – у 36 962) (4), распространенность аборт

составила 23,0 на 1000 женщин фертильного возраста (в 2007 г. – 25,6). В 2008 г. на 100 родов пришлось 60,5 аборта. По социальным показаниям был произведен 1 аборт – у женщины, лишенной родительских прав.

В 2007 г. за счет бюджета города внедрена программа экстракорпорального оплодотворения (ЭКО), на которую городом выделено 50 млн. руб. После ЭКО принято 890 родов, родилось 1238 детей.

Во исполнение Закона Санкт-Петербурга № 15-7 от 05.02.07 «Об обеспечении специальным питанием беременных женщин и кормящих матерей в Санкт-Петербурге» и постановления Правительства Санкт-Петербурга № 315 от 28.03.07. «О мерах по реализации Закона Санкт-Петербурга об обеспечении специальным питанием беременных женщин и кормящих матерей в Санкт-Петербурге» в магазинах «Здоровый малыш», пунктах при женских консультациях и родильных домах все беременные и кормящие обеспечиваются специальным питанием (18).

В городе функционируют 18 молодежных консультаций, основная функция которых – профилактика инфекций, передающихся половым путем, и нежелательной беременности.

Специалисты отделов здравоохранения всех районов Санкт-Петербурга в последние годы отмечают неблагоприятную ситуацию со здоровьем женщин фертильного возраста, в том числе беременных. Частично это положение может улучшить обучающая программа для беременных, а также молодых семей, которые планируют завести ребенка (4, 18).

Проблема готовности женщины к родам и материнству – важная в свете усиления внимания государства к повышению рождаемости в России. В.С. Мухин (2003) определяет материнство, как «особое, природно обусловленное состояние, особый социальный статус, особую ментальность, психологическое состояние и потребность женщины, вынашивающей и вскармливающей свое дитя» (12). Большое значение имеет готовность беременных женщин к родам и материнству.

Предстоящие роды пугают большинство беременных; около 45% женщин резко отрицательно относятся к современной системе родильных домов, в связи с чем необходимо информировать будущих матерей обо всех этапах процесса родов (3).

О.А. Касьянова (2003) среди важных факторов, от которых зависит степень готовности беременной к материнству, выделяет адекватную поддержку семьи и социума (8). И одним из видов поддержки со стороны социума могут быть курсы для беременных по подготовке к родам и материнству. Программа таких курсов, с одной стороны, должна предусматривать повышение уровня знаний о беременности, родах, развитии ребенка, подготовке к родам, способствовать личностному росту, освоению навыков ухода за ребенком; с другой, – она должна быть направлена на нормализацию психоэмоционального состояния беременной, помочь ей понять, принять и освоить роль матери (17).

Каждая будущая мать хочет, чтобы роды прошли успешно, и этот успех определяется квалифицированной медицинской помощью, здоровьем роженицы и ребенка, а также непредвиденными обстоятельствами.

Исход родов во многом зависит от здоровья роженицы. Большинство проблем, возникающих при родах, формируются до и во время беременности. Роды лишь выявляют их. Поэтому огромное значение имеют оздоровление женщины еще до зачатия ребенка, во время беременности, и ведение беременной квалифицированными специалистами (1).

На исход родов влияет и подготовка к ним будущей мамы. С каждым годом все больше беременных женщин нашего города посещают специальные курсы дородовой подготовки.

Вопросом готовности беременных к материнству в последние годы занимались социологи, психологи, акушеры-гинекологи и др. Наряду с личностным портретом матери изучаются факторы, формирующие материнское поведение и влияющие на него через отношения «родитель–ребенок».

В структуре психологической подготовки к материнству с помощью обучающих программ имеют значение:

- характер переживаний женщиной беременности;
- характер ее взаимоотношений с матерью;
- психогенетический сценарий поведения, унаследованный от родительской семьи;
- характер и качество резервных состояний детства;
- Я-концепция, включающая в себя женский прототип поведения.

Обучающие программы формируют психологический опыт будущих матерей с помощью телесно-ориентированной практики, которая дает возможность перейти от негативных оценок себя и окружающих к продуктивным. Помимо этого, используются арт-терапия как способ повышения креативности личности и группы в целом и трансактный анализ, направленный на оценку эго-состояния женщины и коррекцию ее интерперсональных отношений с родителями и родственниками (19).

В последнее время появились исследования, освещающие важную роль медицинского персонала (в частности, акушерки), ведущего курсы подготовки к родам и материнству. Среди профессионально важных качеств акушерки, работающей

с беременными, выделяют эмоциональные свойства личности, коммуникативные качества, наблюдательность, волевые и аттенционные свойства личности (16). Указывается на важность и таких личностных характеристик, как общительность, эмоциональная устойчивость, умеренный радикализм, самостоятельность, высокий самоконтроль (16). Столь пристальное внимание к профессиональным качествам и личностным характеристикам медицинского персонала, ведущего курсы подготовки к родам, продиктовано особым психоэмоциональным состоянием беременных (10). Наряду с физиологическими изменениями у беременной происходит перестройка психики, она становится более раздражительной; для периода беременности характерны частая смена настроения, тревожность, неуверенность. К.В. Кулешева (11) отмечает, что беременным свойственны страхи. Акконцу беременности усиливается страх перед родами (13). Психологи отмечают у беременных психоэмоциональную напряженность, что часто приводит к развитию нервно-психических расстройств. С этим связано создание специальных программ психопрофилактики и психокоррекции, имеющих 3 направления: образовательное, воспитательное и оздоровительное (1): ведь нестабильное психоэмоциональное состояние матери может отрицательно воздействовать на состояние плода и новорожденного (6, 19).

Немалое значение имеет работа медицинского персонала не только с беременной женщиной, но и с ее семьей, в частности с будущим отцом (9). Исследователи отмечают, что подготовкой беременных к родам должны заниматься опытные, авторитетные врачи акушеры-гинекологи и акушерки; велика роль и педиатров, психологов, психотерапевтов, инструкторов по лечебной физкультуре и др. (15, 20).

Чтобы правильно обучать будущих родителей, акушеркам, медсестрам и другим специалистам необходимо знать основные принципы педагогики. А для получения оптимального результата обучения важно:

- определить цели обучения;
- провести отбор и обработку учебного материала;
- умело использовать весь спектр методов обучения, особенно активных.

Обучение строится на доступном изложении материала, активном участии беременной и ее мужа в тренировке и повторении усвоенного, создании открытой, доверительной атмосферы, в которой будущие родители, особенно беременная, ни в коем случае не ощущают себя недостаточно умными или слишком медлительными (2).

При обучении будущих родителей необходимо учитывать целый ряд психологических факторов, существенно влияющих на результаты обучения. Каждый из этих факторов может оказаться невидимым барьером, тормозящим или вовсе блокирующим наши «послания» к пациенту. Знание таких факторов способствует успеху обучения.

Литература

1. Васильева В.В. Психопрофилактическая работа с беременными в системе акушерского мониторинга // Медико-психологические аспекты современной перинатологии. Мат. 4-го Всеросс. конгр. по пренатальной и перинатальной психологии, психотерапии и перинатологии. – М.: Институт психотерапии, 2003. – С. 52–53.
2. Вербицкая В.В. Изменение организационных форм деятельности сестринского персонала с целью повышения качества медицинских услуг // Мат. 3-го Всеросс. съезда средних медицинских работников. – СПб.: «Ассоциация медицинских сестер России», 2008. – С. 308–309.
3. Герасимова Н.Ю., Шнейдер Л.Б. Социально-психологическая готовность к материнству как личностное образование // Медико-психологические аспекты современной перинатологии. Мат. 4-го Всеросс. конгр. по пренатальной и перинатальной психологии, психотерапии и перинатологии – М.: Институт психотерапии, 2003. – С. 17–21.
4. Здоровье города // <http://www.zdrav.spb.ru/>
5. Информационная деятельность в области укрепления здоровья: Руководство для медицинских работников. – М., 1996. – 68 с.
6. Ишпахтин Ю.И., Коваль И.П., Ицкович А.И. и др. Влияние психовегетативного статуса беременных женщин на состояние плода и новорожденного // Актуальные вопросы акушерства и гинекологии. – Т. 1, вып. 1. – М., 2001–2002.
7. Калинина А.М. Школа здоровья для пациентов с артериальной гипертензией // Качество жизни. – М.: Медицина, 2003; 2.
8. Касьянова О.А. Исследование готовности к материнству у беременных // Медико-психологические аспекты современной перинатологии. Мат. 4-го Всеросс. конгресса по пренатальной и перинатальной психологии, психотерапии и перинатологии. – М.: Институт психотерапии, 2003. – С. 15–17.
9. Колбашев О.Р., Лапочкина Н.П., Брехман Г.И. Методы и подходы подготовки семейной пары к родам и формирования гармоничной личности будущего ребенка // Там же. – М.: Институт психотерапии, 2003. – С. 55–57.
10. Конюхова О.Ф. Этика и деонтология в работе медицинской сестры амбулаторно-поликлинических учреждений // Мат. 3-го Всеросс. съезда средних медицинских работников. – СПб.: «Ассоциация медицинских сестер России», 2008. – С. 416.
11. Кулешева К.В. Переживание страха беременными женщинами // Медико-психологические аспекты современной перинатологии. Мат. 4-го Всеросс. конгр. по пренатальной и перинатальной психологии, психотерапии и перинатологии – М.: Институт психотерапии, 2003. – С. 73–75.
12. Мухин В.С. Психологические проблемы материнства // Там же. – М.: Институт психотерапии, 2003. – С. 7–10.
13. Оганов Р.Г., Калинина А.М., Поздняков Ю.М. и др. Организация школ здоровья в первичном звене здравоохранения. Организационно-методическое письмо Минздрава РФ. – М., 2002. – 30 с.
14. Оганов Р.Г., Калинина А.М., Сырцова Л.Е. и др. Организация и координация работы по профилактике заболеваний и укреплению здоровья в системе первичной медико-санитарной помощи (организационно-функциональная модель) // Профилактика заболеваний и укрепление здоровья. – 2002; 3: 3–8.
15. Руководство по подготовке родителей к рождению и воспитанию здорового ребенка / Под ред. В.С. Коваленко. – СПб.: Вертикаль, 2006. – С. 8–9.
16. Студенцева М.В., Кошечева Н.А. Проблемы организации физио-профилактической подготовки к родам ВСО // Научные исследования в сестринском деле. – 2008; 3: 9–11.
17. Филиппова Г.Г. Хрестоматия по перинатальной психологии: Психология беременности, родов и послеродового периода / Сост. А.Н. Васина. – М.: УРАО, 2005. – 328 с. – С. 62–65.
18. ФСГС по Санкт-Петербургу и Ленинградской области // <http://petrostat.gks.ru/public/default.aspx>
19. Хломов К.Д., Ениколопов С.Н. Исследование психоэмоциональных и индивидуально-характерологических особенностей беременных с угрозой прерывания беременности // Перинатальная психология и психология родительства. – 2007; 3: 38–49.
20. Чернуха Е.А. Кто должен проводить подготовку беременных к родам? // Медико-психологические аспекты современной перинатологии. Мат. 4-го Всеросс. конгресса по пренатальной и перинатальной психологии, психотерапии и перинатологии – М.: Институт психотерапии, 2003. – С. 58–60.

TRAINING PROGRAMS FOR THE FUTURE PARENTS

N.V.Zofina, N.A.Koshcheeva, N.V.Darmograj

The St.-Petersburg state medical academy of
I.I.Mechnikova

The urgency of training programs is shown for the future parents.

Key words: readiness of women for sorts, pregnancy.