

УДК 616.89–088.454:618.2

ДОСВІД ВИЯВЛЕННЯ ДЕПРЕСИВНИХ СТАНІВ НА ЕТАПІ ПІДГОТОВКИ ВАГІТНИХ ДО ПОЛОГІВ

Н. М. Лукашевич

Харківський інститут Міжрегіональної академії управління персоналом,
Центр здоров'я жінки Дорожньої клінічної лікарні на станції Харків Південної залізниці

Ключові слова: депресія, вагітність, прихована депресія, тривожність.

У зв'язку зі значним поширенням нині депресивних станів у суспільстві все більшої актуальності набуває проблема раннього їхнього виявлення [1]. Особливо, на наш погляд, важливо виявити приховану депресію у вагітних, оскільки вона, за даними деяких авторів, може позначитися на якості перебігу пологів і післяпологовому періоді. Дитина на гормональному рівні переживає всі стани матері. Кожна хвиля материнських гормонів різко виводить дитину з її звичайного стану й загострює її сприйнятливості. Дитину починає турбувати відчуття чогось незвичного, що вона намагається «зрозуміти», — вважає професор Томас Верні [6]. Це зумовлює розвиток мозку. Треба відзначити, що нині висуюють версії про те, що саме у внутрішньоутробний період починає формуватися базова довіра чи недовіра до світу, й основну роль відіграє інформація, що надходить до дитини від матері.

У нашій країні багато книжок і статей присвячено жінкам, які чекають дитину. У них докладно розповідається про фізіологічні зміни, що відбуваються в організмі жінки в період вагітності, даються рекомендації з правильного харчування, режиму дня, гімнастики тощо. У книжці [5] висвітлено такі теми, як гігієна вагітності, діагностика вагітності, визначення терміну пологів, зміни під час вагітності, біль у попереку, судоми в ногах... Утім, як і в багатьох інших книжках, не згадується про психологію вагітної жінки. Приміром, Рената Равич у книжці [4] пише: «До пологів жінка має готуватися і фізично, і психічно, готувати тіло й душу. Розум і треноване тіло, діючи спільно, дадуть змогу контролювати і направляти процес народження дитини. У жінки має зміцнитися позитивне ставлення до цього процесу». Лікарі, що найчастіше пишуть для вагітних жінок, питають психологів не висвітлюють. У публікаціях закордонних авторів [2, 3, 4] розглянуто питання психологічної підготовки до пологів.

Британський лікар Грантлі Дик-Рід, який чимало писав для жінок, що чекають дитину, зазна-

чає: страх і тривога заважають нормальному перебігу пологів. Він розробив програму «природні пологи», описує її переваги для жінки та дитини. Основною засадою природних пологів є спокій і повне розслаблення жінки, яка народжує дитину. Істотну роль відіграє її готовність до співпраці. Значні труднощі під час природних пологів може спричинити емоційна нестійкість матері чи батька. У цьому разі пологи можуть стати як психічно, так і фізично патологічними [2].

Французький лікар Мішель Оден теж розглядає психологічний аспект пологів [3]. Він зазначає важливість психологічного комфорту для жінки. «Ми живемо в той переломний час, коли фізіологічний підхід може допомогти переглянути основні потреби жінок у процесі пологів. Ці жінки потребують насамперед захисту від будь-якого виду неокортикальної стимуляції. Ми маємо пам'ятати, що найважливішими стимуляторами неокортикальної активності є мова, яскраве світло, відчуття перебування під наглядом і ситуації, пов'язані зі звільненням катехоламінів».

У своїй праці ми поставили завдання «зробити зріз» психологічного стану групи жінок, що проходили підготовку до пологів у Центрі здоров'я жінки ДКЛ на ст. Харків. Ми припускали, що серед цієї групи можуть бути жінки з прихованими формами депресії. На цьому етапі дослідження метою було виявити цих жінок і віднести їхній стан до однієї з відомих клінічних форм.

Матеріали і методи дослідження

Ми виходили з того, що всі численні різновиди депресії, про які пишуть дослідники, можна розподілити на три групи: апатичні депресії (зниження тону-мотивації); афективні депресії (розлади настрою); соматизовані депресії (соматичні еквіваленти поганого настрою).

Як діагностичний інструмент ми застосовували такі методи:

І. Перелік питань, що ми його спеціально склали для виявлення суб'єктивних ознак депресії

(деякі з них наводимо нижче).

1. Чи часто після настання вагітності у Вас змінюється настрій?
2. Чи виникає часом почуття агресії?
3. Чи з'являється почуття страху або невпевненості в собі?
4. Чи зауважували Ви, що після настання вагітності стали більш уразливою?
5. У який спосіб для Вас краще знімати стрес?

II. Проективний тест — малюнок, що характеризує настрій вагітної.

III. Модифікований тест колірних уподобань Люшера.

Результати дослідження

У групу досліджуваних увійшли 19 вагітних віком від 20 до 35 років: 13 вагітних віком до 26 років і 6 — від 26 до 35 років.

За досвідом попередніх пологів: 15 вагітних готувалися до перших пологів, 4 — до повторних.

Результати проведеного дослідження наводимо у табл. 1 і 2.

Таблиця 1

Виявлення ознак депресії

Питання тестів	Відповідь	
	Так	Ні
Чи часто після настання вагітності у Вас змінюється настрій?	16	3
Чи виникає часом почуття агресії?	13	6
Чи з'являється почуття страху, непевності?	12	7
Чи зауважували Ви, що стали уразливою?	14	5
Чи заспокоює Вас музика, коли Ви схвильовані?	17	2
Чи варто, на Вашу думку, відвідувати перукаря під час вагітності?	8	11

У більшості вагітних (16 з 19) з моменту настання вагітності наявні зміни настрою, 13 вагітних відзначали посилення почуття агресії, 12 — посилення почуття страху, 14 зауважили посилення уразливості, 11 — посилення дратівливості.

З 19 вагітних 16 надавали перевагу легким, квітковим запахам і тільки три — важким пряним ароматам. У всіх жінок, які обрали пряні парфуми, були жохливі сни, за темпераментом усі три жінки — холерики. Основним дратівним кольором був коричневий (9 з 19 вагітних), на другому місці — фіолетовий (5). У стресовій ситуації більшість вагітних (17) обирають для заспокоєння музику.

Важливо відзначити, що 13 вагітних поставилися до майбутніх пологів як до нормального фізіологічного процесу, 13 — віддають перевагу у пологових будинках більш домашній обстановці, 10 бажають самостійно виховувати дитину, а 8 — допускають присутність няньки у виняткових ситуаціях, 12 з 19 вагітних надають перевагу пологам у присутності чоловіка.

На питання ситуаційної задачі: «Яку з фраз Вашого гінеколога Ви сприймаєте найкраще?» більшість вагітних (12 жінок) обрало варіант відповіді: «Це краще, що я можу Вам запропонувати».

З 19 жінок під час вагітності відвідування перукаря вважають неможливим 11 вагітних.

У малюнковому тесті 9 жінок зобразили квіти.

Підбиваючи підсумки тестування, ми можемо констатувати: переважна більшість жінок суб'єктивно відзначили ознаки депресивного стану: посилення страху, уразливості, дратівливості. Водночас у багатьох були і суб'єктивні ознаки агресії, що може свідчити як про ажитовану форму депре-

Таблиця 2

Виявлення ознак депресії (продовження)

Питання тестів	Відповідь			
	коричневий	фіолетовий	жовтогарячий	темно-зелений
Який колір Вас дратує?	9	5	2	3
Яким парфумам Ви надаєте перевагу?	легкі, квіткові 16	пряні 2	важкі, гіркі 1	
Ситуаційна задача. Автомобіль заляпав Ваш костюм. Якою буде Ваша перша реакція?	розгніватися 9	звинуватити себе 6	розплакатися, засмутитися 3	реагувати з гумором 0
Ситуаційна задача. Чи потрібна нянька після народження дитини?	Так 1	Ні 10	Іноді 8	
Якої обстановки в сучасній клініці Ви бажаєте?	Близької до домашньої 13	Більш офіційної, офісної 6		
Яку з фраз гінеколога Ви сприймаєте найкраще?	Я Вам рекомендую... 3	Я Вам настійливо раджу... 2	Давайте спробуємо... 2	Це краще, що я можу Вам запропонувати... 12

сії, так і про астенізацію (дратівливу слабкість). На те саме може вказувати і дратівна дія коричневого кольору.

Звертає на себе увагу те, що більшість вагітних надає перевагу твердій директивній вказівці лікаря, що засвідчує приховану тривожність і бажання покласти відповідальність цілком на фахівця. На чинник страху перед пологами впливає вік вагітних: серед молодших (до 26 років) тривожність була наявна у 70% (10 з 13 жінок), а в групі вагітних віком понад 26 років — тільки в однієї з шести (15%). На цей чинник не впливав досвід попередніх пологів: серед вагітних, які мали народжувати повторно, був такий самий відсоток жінок, які тривожно чекали пологів.

Прихований депресивний стан не був надто виразним у більшості обстежених жінок. Тільки троє з них під час дослідження виявляли стурбо-

ваність у зв'язку з жахливими сновидіннями. Примітно, що всі вони обрали пряні парфуми і мали вік до 26 років. Можна сказати, що причина депресії у всіх трьох вагітних — ситуативна, є наслідком побоювання пологів під впливом оточення.

Завданням наступного етапу дослідження буде розробити методи корекції депресивного стану під час підготовки вагітних до пологів.

Висновки

Проведене дослідження виявило, що наше припущення про переважання частки вагітних, що перебувають у депресивному стані, у звичайній, випадково обраній групі справдилося.

У більшості обстежених депресія була прихованою, її виявляли тільки тестуванням, у деяких жінок депресія була виразною.

Цитована література

1. *Воронов М. В.* Групповой портрет депрессии: толкование термина как способ поиска общего / М. В. Воронов, С. О. Гримблат.— Х.: Изд-во МАУП, 2003.— 340 с.
2. *Дик-Рид Г.* Роды без страха.— СПб.: Питер, 1991.— 384 с.
3. *Оден М.* Новые причины и пути изучения физиологии родов // Международный журнал гинекологии и акушерства.— 2001.— №75.— С. 39-45.
4. *Равич Р.* Мы ждем тебя, малыш.— Ростов-на-Дону: Феникс, 1999.— 289 с.
5. *Текавич Б.* Что женщина должна знать о себе.— М.: Наука, 1991.— 248 с.
6. *Verni Th.* The secret life of the unborn child / Th. Verni, J. Kelly.— Dell, 1981.— 35 p.

Опыт выявления депрессивных состояний на этапе подготовки беременных к родам

Н. Н. Лукашевич

В научном эксперименте изучались депрессивные состояния у беременных на этапе подготовки к родам. В результате проведенного анализа установлено, что в исследуемой группе у большинства беременных было состояние скрытой депрессии.

Experience of reveal of depressive conditions on the stage of preparation of pregnant women for childbirth

N. M. Lukashevych

The depressed conditions of pregnant women at the stage of preparing for childbirth were studied during the scientific experiment. The results of the carried out analysis suggested that the most part of pregnant women have latent depressive condition.