

УДК 159.99

Имамутдинова М.В.

ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ АСПЕКТЫ ЖЕНЩИНЫ ПРИ ГРУДНОМ ВСКАРМЛИВАНИИ

Научный руководитель – преподаватель высшей категории Ю.Е. Матюшина

Медицинский колледж, Башкирский государственный

медицинский университет, г. Уфа

Грудное вскармливание - естественный и важный процесс для матери и ребёнка. Оно обеспечивает питание малыша, а также способствует развитию эмоциональной связи между ними. Для женщин это не только физический акт, но и психологическое состояние, которое может оказать существенное влияние на их эмоциональное благополучие. В этот период женщина может столкнуться с различными психологическими аспектами, которые могут повлиять на её эмоциональное состояние и отношение к грудному вскармливанию. Однако не все женщины испытывают только положительные эмоции в этот период. Некоторые могут переживать чувство тревоги и незащищённости. В целом, психология женщины во время грудного вскармливания - очень сложная и многогранная тема. Она включает в себя различные эмоциональные реакции, психологические изменения и адаптацию к новой роли матери. Понимание и поддержка этого аспекта помогут женщине в полной мере насладиться уникальным периодом жизни и обеспечить лучшее здоровье и благополучие как себе, так и своему ребёнку.

Ключевые слова: грудное вскармливание, эмоциональная связь, поддержка.

Imamutdinova M.V.

PSYCHOLOGICAL ASPECTS OF A WOMAN DURING BREASTFEEDING

Scientific supervisor – teacher of the highest category J.E. Matyushina

Medical College, Bashkir State

Medical University, Ufa

Breastfeeding is a natural and important process for mother and child. It provides nutrition for the baby, as well as promotes the development of an emotional connection between them. For women, this is not only a physical act, but also a psychological condition that can have a significant impact on their emotional well-being. During this period, a woman may face various psychological aspects that may affect her emotional state and attitude to breastfeeding. However, not all women experience only positive emotions during this period. Some may experience feelings of anxiety and insecurity. In general, the psychology of a woman during breastfeeding is a very complex and multifaceted topic. It involves various emotional reactions, psychological changes, and adaptation to a new role as a mother. Understanding and supporting this aspect will help a woman to fully enjoy a unique period of life and ensure better health and well-being for both herself and her child.

Keywords: breastfeeding, emotional connection, support.

Вопросы, связанные с психологией женщины во время грудного вскармливания, представляют огромный интерес для различных исследователей и специалистов. Этот период в жизни женщины и её ребёнка сопровождается не только биологическими и физиологическими изменениями, но и сильными эмоциональными реакциями, которые оказывают влияние на обоих участников данного процесса.

К настоящему времени в российской и зарубежной литературе представлено большое количество работ по изучению различных аспектов взаимодействия в диаде «мать-дитя». Исследования проводились с целью изучения особенностей формирования материнского

поведения, включающего мотивационную основу, психологическую готовность и доминанту материнства. Анализ эмпирических данных проводился с учётом семейного положения женщин. Уверенность и поддержка со стороны близких помогают женщине справиться с возможными трудностями и эмоциональными колебаниями. Поддержка окружающих людей может играть ключевую роль в успехе грудного вскармливания и положительном психологическом опыте женщины.

Таким образом, научная актуальность настоящего исследования определяется недостаточным изучением особенностей отношения к грудному вскармливанию у матерей детей младенческого возраста. Согласно позиции Всемирной организации здравоохранения, матерям необходима активная поддержка в установлении и поддержании надлежащей практики грудного вскармливания. В России 92% мам прикладывают ребёнка к груди после рождения, но только 40% кормят хотя бы до года. Вследствие чего, в 1992 году Всемирная организация здравоохранения объявила об Инициативе по созданию благоприятных условий для грудного вскармливания в больницах по всему миру, с целью улучшения практики родильных домов по поддержке грудного вскармливания.

Цель работы

Целью работы является изучить психологические аспекты женщины во время грудного вскармливания.

При исследовании были использованы эмпирические методы: опрос, сравнение. В исследовании участвовало 20 человека, в том числе 7 человек в возрасте 18-25 лет и 13 человек в возрасте 25-40 лет.

В ходе анкетирования мы узнали возраст женщин, когда они впервые стали мамой. Результат опроса показал, что 40% женщин родили до 25 лет, а вот остальные 60% показали, что родили после 25 до 40 лет. Данный результат показывает, что старородящих больше, чем молодых, это связано с семейным благополучием и желанием родить ребёнка.

В процессе опроса выяснилось, что 50% имели незапланированную беременность, и другие 50% имели желанную подготовку к пополнению в семье. Незапланированная беременность, означает, что женщины не были готовы физиологически и психологически к данному периоду. Спонтанная беременность и запланированная могут оказывать разное влияние на психологический аспект грудного вскармливания, что является не мало важным для женщины и ребёнка. В исследовании даётся результат сравнения, как протекали сами роды женщины, для того чтобы узнать послеродовую эмоциональную сферу женщины. В ходе анкетирования выяснилось, что только 60% имели «лёгкие» роды, а остальные 40% в средней и тяжелой форме. Вывод такого результата, характеризуется в силу возраста женщины и её психологической и физической подготовки к родам. Именно послеродовая эмоциональная

сфера играет важную роль в дальнейшем вскармливании ребёнка, так как меняется организм женщины и её психология, окружающий мир восприятия, и её ребёнка, а так же привыкание к новой роли в её жизни. Обосновывается мысль, что 60% женщин у которых были «лёгкие» роды, имеют положительную послеродовую сферу, 10% женщина, которая смогла справиться с трудностями во время родов, так как у неё была поддержка мужа и её близких, и 30% женщин, которые не смогли справиться из-за сложностей. Особое место уделяется вопросу о том, как женщина кормила своего малыша и до какого возраста. В результате анкетирования были получены следующие данные, 30% сохранили естественное вскармливание до 1 года, что способствовало сохранению положительной связи между матерью и ребёнком во время грудного вскармливания, другие 30% перешли на искусственное вскармливание, так как у них не получилось сохранить лактацию из-за ряд проблем как: неполноценное питание, не полный режим отдыха и работы, неправильное сцеживание молока, боль во время кормления, и по семейным обстоятельствам. Оставшиеся 40% имеют смешанное вскармливание (естественное и искусственное) из-за проблем снижения лактации и неправильного прикладывания к груди. Большое значение приобретают вопросы о том, что чувствует или чувствовала мама во время кормления малыша, результат показал, что 60% испытывают счастье, перенаполнение любовью к своему ребёнку, воссоединение в одно целое, когда «весь мир подождёт». Остальные 40% сожалеют о том, что грудное вскармливание у них не сложилось. Не мало важным вопросом остаётся, объяснял ли медицинский персонал о важности грудного вскармливания для женщины и ребёнка, результат показал следующее, что 80% женщин подтвердили, что им объяснили о важности грудного вскармливания и другие 20% женщин столкнулись с отсутствием объяснения об этом.

Все приведённые результаты исследований открывают новые стороны понимания актуальности психологического фактора в проявлении инстинкта продолжения рода, который реализуется через активизацию инстинкта материнства у женщины на всех его этапах: зачатие, вынашивание, роды, вскармливание. Несмотря на инстинктивную обусловленность этих этапов, важно формировать осознанное отношение женщины. Желанное вынашивание, подготовленные роды, качественное кормление является базой для нормального развития ребёнка и естественной эволюции женщины в материнство.

Необходимо учитывать, что полноценное вскармливание напрямую зависит от качества питания женщины и её положительного эмоционального статуса. Исходя из приведенного исследования были сделаны следующие выводы:

1. Грудное вскармливание – ценность любой женщины;
2. Адаптация происходит не только у новорождённого, но и у мамы;

3. Важно сохранять положительный эмоциональный настрой на протяжении всей беременности и грудного вскармливания;

4. «Школа молодых родителей»/ «Школа планирования беременности» один из этапов по подготовке к беременности и к грудному вскармливанию.

ЛИТЕРАТУРА

1. Вскармливание детей первых двух лет жизни: проблемы грудного вскармливания, прикорм, вскармливание на втором году жизни, консультирование родителей. Кешишян Е.С.
2. Грудное вскармливание учебно-методическое пособие для медицинских работников. Хацпея С.Б.
3. Грудное вскармливание и будущее здоровье. Рюмина И.Н., Одинцова В.В., Нароган М.В., Зубков В.В.
4. Особенности отношения к грудному вскармливанию у матерей детей младенческого возраста в связи с удовлетворенностью браком.
5. «Психологические аспекты грудного вскармливания»./Учебное пособие для мед. персонала учреждений родовспоможения и детства. М.: Агар, 2020. Фатеева Е.М., Коваленко Н.П.

Сведения об авторе статьи:

Имамутдинова Милана Венеровна – студентка 3 курса факультета сестринское дело Медицинского Колледжа, Башкирского Государственного Медицинского Университета, г.Уфа, ул. Ленина 3. E-mail: mila.imamutdinova123@mail.