

ΕΥΣΤΡΑΤΙΑ ΠΑΠΑΪΩΑΝΝΟΥ

“Άγχος, κατάθλιψη και τρόποι διαχείρισης των συναισθημάτων των γονέων με νεογνά βάρους σώματος χαμηλότερου των 1.500gr στη Μονάδα Εντατικής Νοσηλείας Νεογνών (Μ.Ε.Ν.Ν.)”

ΠΕΡΙΛΗΨΗ

Η εργασία πραγματεύεται το θέμα «Άγχος, κατάθλιψη και τρόποι διαχείρισης των συναισθημάτων των γονέων με νεογνά βάρους σώματος χαμηλότερου των 1500gr. στη Μονάδα Εντατικής Νοσηλείας Νεογνών (Μ.Ε.Ν.Ν.)».

Ο Παγκόσμιος Οργανισμός Υγείας το 1977 και ως σήμερα ορίζει ως πρόωρο νεογνό, αυτό που γεννήθηκε πριν από τις 37 συμπληρωμένες εβδομάδες κύησης ή σε λιγότερες από 259 ημέρες από την πρώτη ημέρα της τελευταίας εμμήνου ρύσεως της μητέρας.

Η σημαντική ιατρική και τεχνολογική πρόοδος έχουν αυξήσει σημαντικά τα ποσοστά επιβίωσης των πρόωρων νεογνών. Έτσι, οι μελέτες άρχισαν να επικεντρώνονται στις εμπειρίες των γονιών που έχουν πρόωρο νεογνό σε Μονάδες Εντατικής Νοσηλείας Νεογνών (Μ.Ε.Ν.Ν.) και τον αντίκτυπο που μπορεί να έχει η πρόωρη γέννηση σε αυτούς.

Η μετάβαση στη μητρότητα - πατρότητα έχει συσχετιστεί με έντονο στρες και επηρεάζεται από πολλούς παράγοντες, όπως από την ηλικία των γονέων, την προηγούμενη εμπειρία με παιδιά, την ποιότητα της οικογενειακής σχέσης, τα χαρακτηριστικά της προσωπικότητας των γονέων και την κοινωνική υποστήριξη. Ωστόσο, η πίεση εντείνεται με την γέννηση ενός πρόωρου νεογνού. Σε γενικές γραμμές, διαπιστώνεται ότι οι γονείς, ιδίως οι μητέρες των πρόωρων νεογνών στην Μ.Ε.Ν.Ν., παρουσιάζουν ισχυρά αρνητικά συναισθήματα. Οι πιο συχνά αναφερόμενες αντιδράσεις είναι άγχος, αδυναμία, φόβος, αβεβαιότητα, ανησυχία για την έκβαση της κατάστασης του νεογνού τους, θλίψη, ενοχή, ντροπή, αίσθημα αποτυχίας και κατάθλιψη. Από μελέτες υπήρξε μια γενική συναίνεση ότι οι γονείς των πρόωρων νεογνών μπορεί να εμφανίσουν άγχος και κατάθλιψη. Δεν είναι μόνο η γέννηση τραυματική, αλλά και η εμφάνιση και η συμπεριφορά του πρόωρου νεογνού τους που μπορεί να προκαλέσει μικτά συναισθήματα. Ακόμα και η επακόλουθη νοσηλεία του νεογνού τους, συμβάλλει περαιτέρω στο γονικό στρες.

Για το άγχος υπάρχουν διάφορες θεωρίες εκ των οποίων οι δημοφιλέστερες είναι ότι το άγχος είναι ένα ερέθισμα, το άγχος αποτελεί απάντηση σε ένα ερέθισμα και το άγχος είναι ένα περίπλοκο σύνολο δυναμικών αλληλεπιδράσεων μεταξύ ενός ατόμου και του περιβάλλοντος. Η κοινωνική στήριξη διαδραματίζει σημαντικό ρόλο στη μείωση του άγχους. Για να είναι αποτελεσματική όμως η κοινωνική στήριξη θα πρέπει αυτοί που είναι διατιθέμενοι να την παράσχουν να αντιληφθούν ότι κάποιος πραγματικά τη χρειάζεται.

Η κατάθλιψη είναι μια ασθένεια που προκαλεί μια συνεχή αίσθηση της θλίψης και έλλειψη ενδιαφέροντος και επηρεάζει το πώς το άτομο αισθάνεται, συμπεριφέρεται και σκέφτεται. Η επιλόχεια κατάθλιψη είναι μια μορφή κατάθλιψης που βιώνει μια μητέρα μετά τον τοκετό. Η μορφή αυτή της κατάθλιψης μπορεί να ξεκινήσει οποιαδήποτε στιγμή μέσα σε ένα έτος από τον τοκετό. Περίπου το 10% έως 15% των γυναικών αντιμετωπίζουν αυτό το είδος της κατάθλιψης και δυστυχώς πολλές περιπτώσεις παραμένουν αδιάγνωστες και υποφέρουν για μεγάλο χρονικό διάστημα χωρίς θεραπεία και υποστήριξη.

Το θέμα επελέγη για τη σπουδαιότητά του καθόσον άπτεται των ιδιαίτερων συναισθημάτων των γονέων με νεογνό στη Μ.Ε.Ν.Ν. και επειδή έχει μια έντονα ανθρωπιστική και κοινωνική διάσταση.

Σκοπός της παρούσας μελέτης είναι:

- Η διερεύνηση των επιπέδων άγχους και κατάθλιψης των μητέρων καθώς και των πατέρων κατά την παραμονή του νεογνού τους, με βάρος σώματος χαμηλότερο των 1500gr., στη Μ.Ε.Ν.Ν..
- Η διερεύνηση των τρόπων διαχείρισης των συναισθημάτων μητέρων και πατέρων αναφορικά με την εμπειρία που βιώνουν.
- Η σύγκριση των αποτελεσμάτων, μητέρων και πατέρων μεταξύ τους, αφενός μεν ως προς τα επίπεδα άγχους και κατάθλιψης και αφετέρου ως προς του τρόπους διαχείρισης των συναισθημάτων τους.

Η έρευνα πραγματοποιήθηκε με ερωτηματολόγια που απευθύνθηκαν σε 80 γονείς νεογνών βάρους σώματος χαμηλότερο των 1500gr στη Μ.Ε.Ν.Ν. του νοσοκομείου ΓΝΑ «Αλεξάνδρα» σε διάρκεια ενός έτους.

Από την έρευνα προέκυψαν τα παρακάτω αποτελέσματα - συμπεράσματα και προτάσεις:

- Αποτελέσματα - συμπεράσματα:

Πραγματοποιήθηκε καταγραφή του επιπέδου άγχους και κατάθλιψης των γονέων με νεογνά βάρους σώματος χαμηλότερου των 1500gr. στη Μ.Ε.Ν.Ν. καθώς και οι τρόποι διαχείρισης των συναισθημάτων τους.

Από την επεξεργασία των απαντήσεων προέκυψε ότι το συνολικό επίπεδο άγχους των μητέρων με πρόωρα νεογνά βάρους σώματος χαμηλότερου των 1500 gr στη Μ.Ε.Ν.Ν λαμβάνει τιμή 48,72 και των πατέρων 40,82 με μέγιστη τιμή κλίμακας 100. Ειδικότερα μπορούμε να πούμε ότι το άγχος των μητέρων είναι 48,72% και των πατέρων 40,82%. Αυτό σημαίνει ότι το συνολικό άγχος βρίσκεται σε μέτριο επίπεδο στις μητέρες και σε ήπιο επίπεδο στους πατέρες. Περισσότερο αγχωμένες εμφανίζονται οι μητέρες κατά 8% περισσότερο από τους πατέρες.

Επίσης προέκυψε ότι το συνολικό επίπεδο κατάθλιψης των μητέρων με πρόωρα νεογνά βάρους σώματος χαμηλότερου των 1500 gr στη Μ.Ε.Ν.Ν λαμβάνει τιμή 40,30 και των πατέρων 34,34, με μέγιστη τιμή κλίμακας 100. Ειδικότερα μπορούμε να πούμε ότι το επίπεδο κατάθλιψη των μητέρων είναι 40,30% και των πατέρων 34,34%. Αυτό σημαίνει ότι η συνολική κατάθλιψη βρίσκεται σε ήπιο επίπεδο, για τις μητέρες όπως και για τους πατέρες. Ακόμα παρατηρούμε ότι το επίπεδο κατάθλιψης των μητέρων είναι κατά 6% περισσότερο έναντι των πατέρων.

Στον παρακάτω πίνακα φαίνεται το επίπεδο του κάθε τρόπου (14 τρόποι) διαχείρισης των συναισθημάτων των γονέων, με νεογνά βάρους σώματος χαμηλότερου των 1500 gr στη Μ.Ε.Ν.Ν., κατά φθίνουσα κατάταξη.

Επίπεδα τρόπων διαχείρισης συναισθημάτων		
	Μητέρα	Πατέρας
Αποδοχή	Μέτριο	Μέτριο
Θετική αντιμετώπιση	Μέτριο	Μέτριο
Θρησκεία	Μέτριο	Μέτριο
Προγραμματισμός	Μέτριο	Μέτριο
Ενεργή αντιμετώπιση	Μέτριο	Μέτριο

Συναισθ. Στήριξη	Μέτριο	Μικρό
Εκτόνωση	Μικρό	Μικρό
Υποστήριξη	Μικρό	Μικρό
Αυτοαπόσπαση	Μικρό	Μικρό
Ενοχοποίηση	Μικρό	Μικρό
Άρνηση	Μικρό	Μικρό
Επίπεδα τρόπων διαχείρισης συναισθημάτων		
	Μητέρα	Πατέρας
Συμπεριφοριστική εγκατάλειψη	Μικρό	Μικρό
Πνευματώδη επικοινωνία	Καθόλου	Μικρό
Χρήση ουσιών	Καθόλου	Καθόλου

- Προτάσεις:

Να βελτιωθεί η επικοινωνία των γονέων με τα νεογνά τους στη Μ.Ε.Ν.Ν. Παράλληλα να εξεταστεί η δυνατότητα για ψυχολογική υποστήριξη από Ψυχολόγο, των γονέων αυτών των νεογνών, ώστε να μειωθεί το άγχος, η κατάθλιψη και να βελτιωθεί η διαχείριση των συναισθημάτων τους.

ABSTRACT

The subject of the project is "Anxiety, depression and ways to manage the feelings of infants' parents with body weight lower than 1500gr in the Neonatal Intensive Care Unit (N.I.C.U.)."

The World Health Organization, from 1977 until today, defines a premature neonate as an infant born before 37 weeks of gestation are completed or sooner than 259 days from the first day of the last menstrual period of the mother.

The major medical and technological advances have significantly increase the survival rates of premature babies. Thus, studies focus on the experiences of parents who have premature infant in the Neonatal Intensive Care Units (N.I.C.U.) and the impact of the premature birth to them.

The transition to parenthood has been associated with severe stress and is affected by many factors such as the age of the parents, previous experience with children, the quality of the family's relationship, the personality traits of parents and social support. However, the pressure intensified after the birth of a premature infant. In general, it appears that parents, especially mothers of preterm infants in N.I.C.U., exhibit strong negative emotions. The most frequently reported reactions are anxiety, weakness, fear, uncertainty, concern about the outcome of the status of the newborn, sadness, guilt, shame, feelings of failure and depression. Not only is the birth by itself a traumatic experience, but also the appearance and behaviour of preterm newborns that can cause mixed feelings. Even the subsequent hospitalization of the newborn, contributes further to parental stress.

Regarding anxiety there are several theories. The most popular are that stress is a stimulus, it is a response to a stimulus and a complex set of dynamic interactions between an individual and the environment. Social support plays an important role in reducing stress. To be effective, however, those deployed to provide support should be able to realize when someone really needs it.

Depression is an illness that causes constant feeling of sadness, lack of interest and affects the person's feelings, thoughts and behaviour. Postpartum depression is a form of depression that mother experiences after birth. This form of depression can begin anytime within a year after birth. Approximately 10% to 15% of women experience this type of depression and unfortunately many cases remain undiagnosed and mothers suffer for a long time without treatment and support.

The theme was chosen for its importance as it concerns the special feelings of parents with a newborn in N.I.C.U. and because it has an intensely human and social dimension. The purpose of this study is:

- Exploring the levels of anxiety and depression of mothers and fathers during the stay of the infant, which weights less than 1500gr., in N.I.C.U..
- Exploring the ways of managing mother's and father's emotions regarding to their experience.
- Comparison of the results between mothers and fathers, concerning both the levels of anxiety and depression and also the ways of managing their emotions.

The survey was conducted in a year, with questionnaires sent to 80 parents of infants weighing less than 1500gr in N.I.C.U. of General Hospital "Alexandra". The investigation revealed the following results - conclusions and recommendations:

• Results - Conclusions:

The levels of anxiety and depression of parents with infants of body weight lower than 1500gr. in N.I.C.U. and the ways to manage their emotions were recorded. The analysis of the results showed that the overall stress level of mothers with premature infants of lower body weight than 1500gr to N.I.C.U. is 48.72 and of fathers 40.82 with maximum scale value 100. This means that the total stress is at a moderate level in mothers and at a mild level in fathers. Mothers appear 8% more anxious than fathers.

It also revealed that the overall level of depression of mothers with premature infants of lower body weight than 1500gr to N.I.C.U. is 40.30 and of fathers 34.34, with a maximum scale value 100. This means that the total depression level is mild, for both mothers and fathers. Yet we observe that the level of maternal depression is 6% more compared to paternal.

The following table shows the level of each emotion management way (14 ways) that parents with infants in N.I.C.U. choose, in descending order.

Levels of emotion management way		
	Mother	Father
Acceptance	Average	Average
Positive reframing	Average	Average
Religion	Average	Average
Planning	Average	Average
Active coping	Average	Average
Use of emotional support	Average	Low
Venting	Low	Low
Use of instrumental support	Low	Low

Self-distraction	Low	Low
Self-blame	Low	Low
Denial	Low	Low
Behavioural disengagement	Low	Low
Humor	None	Low
Substance use	None	None

- Suggestions:

The communication between parents and their infants should be improved in N.I.C.U.. In parallel, the potential for psychological counselling by psychologists towards parents of these infants so as to reduce anxiety, depression and improve the management of their emotions should be examined.