



Τεχνολογικό  
Πανεπιστήμιο  
Κύπρου

**ΣΧΟΛΗ ΕΠΙΣΤΗΜΩΝ ΥΓΕΙΑΣ**

**ΤΜΗΜΑ ΝΟΣΗΛΕΥΤΙΚΗΣ**

**Πτυχιακή εργασία**

ΤΑ ΟΦΕΛΗ ΤΟΥ ΑΠΟΚΛΕΙΣΤΙΚΟΥ ΜΗΤΡΙΚΟΥ  
ΘΗΛΑΣΜΟΥ ΓΙΑ ΤΟ ΒΡΕΦΟΣ ΣΤΟΥΣ ΠΡΩΤΟΥΣ ΕΞΙ  
ΜΗΝΕΣ

Άντρη Κακουλλή

Λεμεσός, 2020

ΤΕΧΝΟΛΟΓΙΚΟ ΠΑΝΕΠΙΣΤΗΜΙΟ ΚΥΠΡΟΥ  
ΣΧΟΛΗ ΕΠΙΣΤΗΜΩΝ ΥΓΕΙΑΣ  
ΤΜΗΜΑ ΝΟΣΗΛΕΥΤΙΚΗΣ

## Πτυχιακή εργασία

ΤΑ ΟΦΕΛΗ ΤΟΥ ΑΠΟΚΛΕΙΣΤΙΚΟΥ ΜΗΤΡΙΚΟΥ  
ΘΗΛΑΣΜΟΥ ΓΙΑ ΤΟ ΒΡΕΦΟΣ ΣΤΟΥΣ ΠΡΩΤΟΥΣ ΕΞΙ  
ΜΗΝΕΣ

Άντρη Κακουλλή  
Επιβλέπουσα Καθηγήτρια  
Κα. Ιωάννα Έλληνα

Λεμεσός, 2020

## **Πνευματικά δικαιώματα**

Copyright © Άντρη Κακουλλή, 2020

Με επιφύλαξη παντός δικαιώματος. All rights reserved.

Η έγκριση της πτυχιακής εργασίας από το Τμήμα Νοσηλευτικής του Τεχνολογικού Πανεπιστημίου Κύπρου δεν υποδηλώνει απαραίτητως και αποδοχή των απόψεων του συγγραφέα εκ μέρους του Τμήματος.

Θα ήθελα να ευχαριστήσω θερμά και να εκφράσω την ευγνωμοσύνη μου σε όσους βοήθησαν και μου συμπαράσταν στην εκπόνηση αυτής της πτυχιακής εργασίας.

Αρχικά το μεγαλύτερο ευχαριστώ το οφείλω στην επιβλέπουσα καθηγήτρια, κα. Ιωάννα Έλληνα, για την πολύτιμη βοήθεια και καθοδήγηση της. Με τη βοήθεια της, την αμέριστη συμπαράστασή της, με σωστό προγραμματισμό και σκληρή δουλειά καταφέραμε να φέρουμε εις πέρας αυτή την εργασία. Επιπρόσθετα, θα ήθελα να ευχαριστήσω και το υπόλοιπο ακαδημαϊκό προσωπικό για τις γνώσεις που μου παρείχε αυτά τα τέσσερα χρόνια στον κλάδο της Νοσηλευτικής, και που με προετοίμασε κατάλληλα ώστε να μπορώ να αντεπεξέλθω στις προκλήσεις της μετέπειτα καριέρας μου.

Ταυτόχρονα, θα ήθελα να πω ένα μεγάλο ευχαριστώ και στην οικογένεια μου για τη συνεχή ενθάρρυνση, την υποστήριξη, την κατανόηση και την οικονομική στήριξη που μου δείχνουν όλα αυτά τα 22 χρόνια της ζωής μου. Χαίρονταν με τις επιτυχίες μου, αλλά πιο πολύ με γέμιζαν πίστη να φτάσω στους στόχους μου όταν συναντούσα εμπόδια.

## ΠΕΡΙΛΗΨΗ

**Εισαγωγή:** Ο αποκλειστικός μητρικός θηλασμός κατά τους πρώτους έξι μήνες της ζωής αποτελεί την ιδανική μέθοδο διατροφής για τα βρέφη, καθώς έχει πολλά οφέλη τόσο για την μητέρα όσο και για το βρέφος.

**Σκοπός:** Ο σκοπός της παρούσας βιβλιογραφικής ανασκόπησης είναι η διερεύνηση των οφελών που προσφέρει ο αποκλειστικός μητρικός θηλασμός στο βρέφος τους πρώτους έξι μήνες ζωής του έναντι του μικτού θηλασμού.

**Υλικό και Μέθοδος:** Η αναζήτηση προηγούμενων ερευνητικών μελετών σχετικά με το θέμα πραγματοποιήθηκε στις ηλεκτρονικές βάσεις δεδομένων PubMed, CINAHL, MEDLINE, PsychINFO, Παντογνώστη, Scopus αλλά και Google Scholar με συνδυασμό των λέξεων-κλειδιών: exclusive breastfeeding or breast-feeding or breastfeeding AND infants or baby or newborn or neonate AND benefits or ad-vantages or positive effects or importance or impact AND «first six months», σε κάθε πιθανό συνδυασμό. Τα κριτήρια ένταξης που χρησιμοποιήθηκαν είναι η παροχή δωρεάν πλήρες κειμένου, να έχουν δημοσιευτεί τα τελευταία πέντε χρόνια στην ελληνική ή αγγλική γλώσσα.

**Αποτελέσματα:** Η αναζήτηση κατέληξε σε εννέα μελέτες, που είχαν δημοσιευτεί την περίοδο 2014-2019, και πληρούσαν τα προκαθορισμένα κριτήρια. Μέσω της βιβλιογραφικής αναζήτησης διαπιστώθηκε πως ο αποκλειστικός μητρικός θηλασμός κατά τους πρώτους έξι μήνες ζωής αλλά και έπειτα, συμβάλλει στον χαμηλότερο κίνδυνο προσβολής αισθητηριακών, αναπνευστικών λοιμώξεων, μεταβολικών, οδοντικών και στοματικών παθήσεων. Παράλληλα, η έλλειψη υποστήριξης από τους επαγγελματίες της υγειονομικής περίθαλψης αποτελεί εμπόδιο για την επιτυχή θηλασμό.

**Συμπεράσματα:** Ο αποκλειστικός μητρικός θηλασμός κατά τους πρώτους έξι μήνες ζωής, είναι η προτιμότερη μέθοδος διατροφής για βρέφη, καθώς συνδέεται με μειωμένο κίνδυνο βρεφικής και μητρικής νοσηρότητας και θνησιμότητας.

**Λέξεις - κλειδιά:** οφέλη, μητρικός θηλασμός, βρέφος, 6 μήνες ζωής, συστηματική ανασκόπηση

## **ABSTRACT**

**Introduction:** Exclusive breastfeeding during the first six months of life is the ideal diet for infants as it has many benefits for both mother and infant.

**Aim:** The purpose of this systematic is to investigate the benefits of exclusive breastfeeding to the infants during the first six months of life.

**Material and Method:** The articles of this systematic review were searched from PubMed, CINAHL, MEDLINE, PsychINFO, Omniscent, Scopus and Google Scholar databases using a combination of keywords: exclusive breastfeeding or breastfeeding AND infants or baby or newborn or neonate AND benefits or ad-vantages or positive effects or importance and impact "first six months", in any possible combination. The inclusion criteria used are to provide free full text, published in the last five years in Greek or English.

**Results:** The search resulted in nine studies, published in the period 2014-2019, according to the predefined criteria. The bibliographic search revealed that exclusive breastfeeding during the first six months of life and later contributes to the lower risk of sensory, respiratory infections, metabolic, dental and oral diseases. Also, the lack of support from healthcare is an obstacle to successful breastfeeding.

**Conclusions:** Exclusive breastfeeding during the first six months of life is the preferred for infants, as it is associated with a reduced risk of infant and maternal morbidity and mortality.

**Key words:** benefits, breastfeeding, infant, 6 months of life, literature review