

ΣΧΟΛΗ ΕΠΙΣΤΗΜΩΝ ΥΓΕΙΑΣ  
ΤΜΗΜΑ ΝΟΣΗΛΕΥΤΙΚΗΣ

**Πτυχιακή Εργασία**

Ο ΜΗΤΡΙΚΟΣ ΘΗΛΑΣΜΟΣ ΑΠΟΤΕΛΕΙ ΕΝΑ ΠΡΟΣΤΑΤΕΥΤΙΚΟ  
ΦΡΑΓΜΟ ΓΙΑ ΕΠΙΛΟΧΕΙΟ ΚΑΤΑΘΛΙΨΗ;

ΟΝΟΜΑ ΦΟΙΤΗΤΗ: ΑΝΤΡΕΑΣ ΠΑΠΑΝΙΚΟΛΑΟΥ

Λεμεσός 2021

ΤΕΧΝΟΛΟΓΙΚΟ ΠΑΝΕΠΙΣΤΗΜΙΟ ΚΥΠΡΟΥ

ΣΧΟΛΗ ΕΠΙΣΤΗΜΩΝ ΥΓΕΙΑΣ

ΤΜΗΜΑ ΝΟΣΗΛΕΥΤΙΚΗΣ

**Πτυχιακή Εργασία**

Ο ΜΗΤΡΙΚΟΣ ΘΗΛΑΣΜΟΣ ΑΠΟΤΕΛΕΙ ΕΝΑ ΠΡΟΣΤΑΤΕΥΤΙΚΟ  
ΦΡΑΓΜΟ ΓΙΑ ΕΠΙΛΟΧΕΙΟ ΚΑΤΑΘΛΙΨΗ;

ΟΝΟΜΑ ΦΟΙΤΗΤΗ: ΑΝΤΡΕΑΣ ΠΑΠΑΝΙΚΟΛΑΟΥ

Επιβλέπουσα καθηγήτρια

Δρ Θεολογία Τσίτση

Λεμεσός 2021

Πνευματικά δικαιώματα Copyright Παπανικολάου Αντρέα, 2020 – 2021. Με επιφύλαξη παντός δικαιώματος. All right reserved.

Η έγκριση της πτυχιακής διατριβής από το Τμήμα Νοσηλευτικής του ΤΕ.ΠΑ.Κ δεν υποδηλώνει απαραίτητως και αποδοχή των απόψεων της παρούσας μελέτης εκ μέρους της πανεπιστημιακής κοινότητας.

Thursday, October 21, 2021

Ιδιαίτερες ευχαριστίες θα ήθελα να απευθύνω στην οικογένεια και τα φιλικά μου πρόσωπα, που με την στήριξη και την αφοσίωση, τις οποίες και μου πρόσφεραν κατάφερα να συγγράψω την πτυχιακή διατριβή.

## ΠΕΡΙΛΗΨΗ

**Εισαγωγή:** Ο μητρικός θηλασμός ευνοεί τόσο την σωματική και πνευματική ανάπτυξη του νεογέννητου, όσο και της μητέρας, όπως για παράδειγμα αποτρέπει την εμφάνιση καρκίνου του μαστού και των ωοθηκών, και στο βρέφος την μειωμένη εμφάνιση της λευχαιμίας και το σύνδρομο αιφνίδιου βρεφικού θανάτου. Ελάχιστες είναι οι μελέτες που φέρουν μια ουδέτερη στάση. Ένα από τα οφέλη, το οποίο θα εξεταστεί πιο εμπεριστατωμένα στην συγκεκριμένη έρευνα, είναι εάν αποτελεί προστατευτικό παράγοντα στην εμφάνιση της επιλόχειας κατάθλιψης. Αρχικά θα γίνει περιγραφή της παθοφυσιολογίας της επιλόχειας κατάθλιψης, και τους παράγοντες κινδύνου που υποκαούν. Μετέπειτα, θα αναλυθεί πως ο μητρικός θηλασμός αποτελεί φραγμό στην εκδήλωση αυτού του σοβαρού προβλήματος υγείας στην μητέρα. Μια σοβαρή και επικίνδυνη διαταραχή, η οποία μπορεί να προκαλέσει δυνητικά προβλήματα τόσο στην μητέρα, όσο και στο νεογνό που ενδέχεται να εμφανίσει ψυχικές διαταραχές, οι οποίες παρουσιάζονται κυρίως στην εφηβεία.

**Σκοπός:** Ο σκοπός της συγκεκριμένης μελέτης ήταν να διερευνηθεί αν ο μητρικός θηλασμός αποτελεί προστατευτικό παράγοντα στην εκδήλωση της επιλόχειας κατάθλιψης. Για το σκοπό αυτό έχει πραγματοποιηθεί μια συστηματική βιβλιογραφική ανασκόπηση, με πληθυσμό ως κριτήριο εισαγωγής των ερευνητικών άρθρων, μόνο γυναίκες που θήλαζαν μέχρι ένα χρόνο μετά τον τοκετό.

**Υλικό και μέθοδος:** Η μέθοδος που χρησιμοποιήθηκε, ήταν η κριτική ανασκόπηση της ερευνητικής βιβλιογραφίας. Η αναζήτηση της ελληνικής και διεθνούς βιβλιογραφίας έγινε στις βάσεις δεδομένων COHRINE, CINAHL, PUBMED, SCOPUS.

**Αποτελέσματα:** Ο μητρικός θηλασμός επιδρά θετικά στην πρόληψη της επιλόχειας κατάθλιψης. Η μειωμένη συχνότητα θηλασμού και η απότομη αποκοπή του μητρικού γάλακτος λόγω σωματικών δυσκολιών της μητέρας, αυξάνει τον κίνδυνο εμφάνισης του επιπολασμού της επιλόχειας κατάθλιψης.

**Συμπεράσματα:** Για τις μητέρες που δεν είχαν προηγούμενο ψυχιατρικό νόσημα, κυρίως ιστορικό κατάθλιψης και αγχώδεις διαταραχές, ή οποιαδήποτε άλλη μητρική και εμβρυική διαταραχή που θα επηρεάσει τον θηλασμό, θα ήταν χρήσιμο να διαρκούσε μικτός θηλασμός μέχρι τα 2 έτη και ο αποκλειστικός μέχρι τους 6 μήνες μετά τον τοκετό.

**Λέξεις κλειδιά** που χρησιμοποιήθηκαν είναι «postpartum depression” or “depression after delivery” and “postpartum depressive symptoms” and “breast feeding” or “exclusive breastfeeding” or “breast milk benefits”.

## ABSTRACT

**Introduction:** Breastfeeding promotes both the physical and mental development of the newborn as also the mother, such as preventing the development of breast and ovarian cancer, and in the infant the reduced occurrence of leukemia and sudden infant death syndrome. Only a few studies have not got a clear argument on this. One of the benefits, which we will examine in more detail in this study, is whether it can be considered as a protective factor against postpartum depression. Firstly, we will mention the pathophysiology of postpartum depression and the risk factors that underlie it. Secondly, we will examine how breastfeeding minimizes the outbreak of this disease to the mother. A disease which can lead to potential severe problems, both to the mother and to the new-born, who may develop mental disorders, occurring mainly in adolescence.

**Aim:** The aim of the current study is to determine whether breastfeeding can be a protective factor against postpartum depression. To achieve this, it had been carried out a systematic research of the literature. The population of the literature is women who breastfed up to the 1<sup>st</sup> year after delivery

**Material and Method:** The methodology was the critical review of the literature. The research of the Greek and international literature was carried out on online database such as COHRANE, CINAHL, PUBMED, SCOPUS

**Results:** Breastfeed has a positive effect on the prevention of postpartum depression. The reduced frequency of breastfeeding and the abrupt cessation of breast milk, due to physical difficulties of the mother, increases the risk of the postpartum depression development.

**Conclusions:** For mothers who do not have previous psychiatric illness, mainly a history of depression and anxiety disorders or any other maternal or fetal disorder that can affect breastfeed, it would be useful to continue mixed breastfeeding for up to 2 years and exclusive breastfeeding for up to 6 months after the delivery.

**Keywords** that it used were ‘postpartum depression’ or ‘depression after delivery’ and ‘postpartum depressive symptoms’ and ‘breast feeding’ or ‘exclusive breastfeeding’ or ‘breast milk benefits.