

ΣΧΟΛΗ ΕΠΙΣΤΗΜΩΝ ΥΓΕΙΑΣ

ΤΜΗΜΑ ΝΟΣΗΛΕΥΤΙΚΗΣ

Πτυχιακή Εργασία

ΔΙΕΡΕΥΝΗΣΗ ΜΕΘΟΔΩΝ ΓΙΑ ΤΗ ΠΡΟΛΗΨΗΣ
ΠΕΡΙΓΕΝΝΗΤΙΚΗΣ ΚΑΤΑΘΛΙΨΗΣ

Δανάη Χρίστου

Λεμεσός 2021

ΤΕΧΝΟΛΟΓΙΚΟ ΠΑΝΕΠΙΣΤΗΜΙΟ ΚΥΠΡΟΥ

ΣΧΟΛΗ ΕΠΙΣΤΗΜΩΝ ΥΓΕΙΑΣ

ΤΜΗΜΑ ΝΟΣΗΛΕΥΤΙΚΗΣ

Πτυχιακή Εργασία

ΔΙΕΡΕΥΝΗΣΗ ΜΕΘΟΔΩΝ ΓΙΑ ΤΗ ΠΡΟΛΗΨΗΣ
ΠΕΡΙΓΕΝΝΗΤΙΚΗΣ ΚΑΤΑΘΛΙΨΗΣ

Δανάη Χρίστου

Επιβλέπουσα καθηγήτρια

κα Χριστιάνα Νικολάου

Λεμεσός 2021

Πνευματικά δικαιώματα

Copyright ©Δανάη Χρίστου, 2021

Με επιφύλαξη παντός δικαιώματος. All rights reserved.

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

Ευχαριστίες

Θα ήθελα να ευχαριστήσω θερμά και να εκφράσω την ευγνωμοσύνη μου σε όσους βοήθησαν και μου συμπαραστάθηκαν στην εκπόνηση αυτής της πτυχιακής εργασίας, ιδιαίτερα την επιβλέπον καθηγήτρια μου κα Χριστιάνα Νικολάου για την εμπιστοσύνη και την καθοδήγηση της για την επίλυση διαφόρων προβλημάτων που προέκυψαν. Θα ήθελα επίσης να απευθύνω τις ευχαριστίες μου στην οικογένεια μου και γενικότερα στο κοντινό μου περιβάλλον οι οποίοι αποτέλεσαν συνοδοιπόροι σε αυτό το απαιτητικό ταξίδι.

ΠΕΡΙΛΗΨΗ

Εισαγωγή: Το φαινόμενο της περιγεννητικής κατάθλιψης απασχολεί μεγάλο αριθμό έγκυών γυναικών αλλά και μετά τη γέννηση του βρέφους. Η δύσκολη αυτή κατάσταση επηρεάζει την εγκυμονούσα όσο και το σύντροφο της και μπορεί να έχει αντίκτυπο και στο νεογνό. Η πρόληψη και η έγκαιρη διάγνωση προλαβαίνει τις σοβαρές μακροπρόθεσμες επιπτώσεις.

Σκοπός: Σκοπός της παρούσας εργασίας υπήρξε η διερεύνηση των παραγόντων που σχετίζονται με την μείωση της κατάθλιψης κατά την περιγεννητική περίοδο.

Υλικό και Μέθοδος: Χρησιμοποιήθηκαν πρόσφατα επιστημονικά άρθρα και δημοσιευμένες επιστημονικές μελέτες. Η μέθοδος που χρησιμοποιήθηκε ήταν η αναζήτηση της διεθνούς βιβλιογραφίας σε βάσεις δεδομένων (CINAHL, PUBMED, PROQUEST). Η αναζήτηση κατέληξε σε 8 μελέτες κατά την περίοδο 2011-2021, που πληρούσαν τα προκαθορισμένα κριτήρια.

Αποτελέσματα: Μέσα από την αναζήτηση της βιβλιογραφίας διαπιστώθηκαν διαφορετικές μέθοδοι και προσεγγίσεις. Ανάμεσα σε αυτές πιο συχνά συναντήθηκαν έρευνες σχετικά με ομαδικές παρεμβάσεις, ατομικές παρεμβάσεις ψυχοθεραπείας και εναλλακτικές μεθόδους όπως άσκησης και διαλογισμού με δύο έρευνες. Εξετάζοντας επιμέρους τις έρευνες φαίνεται να υπάρχει θετική επίδραση της κάθε παρέμβασης με θετικά αποτελέσματα προς την πρόληψη της περιγεννητικής κατάθλιψης.

Συμπεράσματα: Η περιγεννητική κατάθλιψη αποτελεί σημαντικό κίνδυνο καθήλωσης και θανάτου τόσο της μητέρας όσο και του νεαρού εμβρύου. Όσο η CBT όσο και οι υπόλοιπες πρακτικές που εξετάστηκαν ήταν ασφαλείς και αύξησαν την γνώση διαχείρισης της εγκυμοσύνης και των κινδύνων ανάπτυξης κατάθλιψης.

Λέξεις-κλειδιά: Περιγεννητική κατάθλιψη, κατάθλιψη, περιγεννητική περίοδος, εγκυμονούσα, πρόληψη.

ABSTRACT

Introduction: The phenomenon of prenatal depression concerns a large number of pregnant women but also after the birth of the baby. This difficult situation affects both the pregnant woman, her partner and also, can have an impact on the new born. Prevention and early diagnosis prevent serious long-term effects.

Aim: The purpose of this study was to investigate the factors related to the reduction of depression during the prenatal period.

Material and Method: Recent scientific articles and published scientific studies have been used. The method used was to search the literature databases (CINAHL,PUBMED, PROQUEST). The search resulted in 8 studies during the period 2011-2021, which met the predefined criteria.

Results: Through the implementation of the literature approaches and configurations. Development in question dialogues met the use of surveys with group interventions, individual psychotherapy intervention, availability of exercise and meditation mood with surveys. Examine the opening of individual research applications only for a positive effect of median with positive elements on the presentation of prenatal depression.

Conclusions: Prenatal depression is a significant risk of fixation and death of both the mother and the young baby. Both CBT and other practices tested were safe and increased knowledge of managing pregnancy and the risks of developing depression.

Keywords: Prenatal depression, depression, prenatal period, pregnancy, prevention