

OCENA PRZYGOTOWANIA CIĘŻARNEJ DO PORODU I MACIERZYŃSTWA PRZEZ SZKOŁĘ RODZENIA

Evaluation of preparation of a pregnant woman for a labor and maternity with antenatal class

Katarzyna Żelazko¹, Aleksandra Szlaczka², Małgorzata Pałczyńska³, Anna Jaros⁴

¹ Zakład Ginekologii, Katedra Ginekologii i Położnictwa, Wydział Nauk o Zdrowiu, Uniwersytet Medyczny we Wrocławiu

² Studentka Położnictwa, Wydział Nauk o Zdrowiu, Uniwersytet Medyczny we Wrocławiu

³ Zakład Położnictwa, Katedra Ginekologii i Położnictwa, Wydział Nauk o Zdrowiu, Uniwersytet Medyczny we Wrocławiu

⁴ Zakład Położnictwa Praktycznego, Katedra Ginekologii i Położnictwa, Wydział Nauk o Zdrowiu, Uniwersytet Medyczny we Wrocławiu

adres do korespondencji: katarzyna.zelazko@umed.wroc.pl

STRESZCZENIE

Wstęp. Szkoła Rodzenia jest formą edukacji przeznaczoną dla rodziców oczekujących narodzin dziecka. To miejsce, w którym kobiety ciężarne wraz z partnerami mogą zdobyć niezbędną wiedzę z zakresu ciąży, porodu, położu i opieki nad noworodkiem.

Cel pracy. Przeprowadzenie badań, które umożliwiły ocenę przygotowania kobiet ciężarnych uczestniczących i nieuczestniczących w zajęciach Szkoły Rodzenia. Badania pozwoliły ocenić, czy udział w zajęciach i zdobyta przez kobiety wiedza wpływa korzystnie na przebieg porodu, zwiększa aktywne w nim uczestnictwo, czy sprzyja prowadzeniu zdrowego stylu życia w ciąży oraz czy nabyte umiejętności praktyczne ułatwiają opiekę nad noworodkiem.

Materiał i metody. Opracowanie wyników anonimowej ankiety przeprowadzonej w grupie 102 położnic w Wojewódzkim Szpitalu Specjalistycznym we Wrocławiu, Ośrodku Badawczo-Rozwojowym, Samodzielnym Publicznym Szpitalu Klinicznym nr 1 we Wrocławiu oraz w formie internetowej, korzystając z formularzy Google.

Wyniki. W badaniu uczestniczyło najwięcej kobiet w wieku 20–30 lat (67%). Ponad połowa z nich (54%) to mieszkanki miast powyżej 100 tys. mieszkańców i kobiety z wyższym wykształceniem (55%). 52 respondentki to uczestniczki Szkoły Rodzenia (51%), 49 ankietowanych nie brało udziału w zajęciach (49%). Większość kobiet uczestniczących w Szkole Rodzenia to pierwsiastki. 96% uczestniczek Szkół Rodzenia była zadowolona lub raczej zadowolona z odbycia kursu.

Wnioski. Większość kobiet biorących udział w Szkole Rodzenia jest zadowolona z uczestnictwa w zajęciach, są to najczęściej pierwsiastki. Wykazują one o zdrowszym stylem życia oraz większą wiedzę teoretyczną z zakresu położu i opieki nad dzieckiem w porównaniu z kobietami, które nie uczestniczyły w zajęciach. Najczęściej wybieranym źródłem wiedzy o ciąży, porodzie i opiece nad noworodkiem wśród ankietowanych z obu grup są książki i prasa. Uczestniczki Szkół Rodzenia częściej korzystają z udogodnień sal porodowych, stosują techniki oddechowe i relaksacyjne oraz różne pozycje wertykalne w trakcie porodu.

Słowa kluczowe: Szkoła Rodzenia, poród aktywny, macierzyństwo.

SUMMARY

Background. Antenatal class is a form of education targeted to the parents who expect a child's birth. It is a place where pregnant women with their partners can acquire an essential knowledge in the fields of pregnancy, labor, childbirth and new-born child care.

Objectives. The aim of this study was to conduct research that would enable evaluation of preparation of pregnant women participating and not participating in antenatal classes. Conducted research has helped to evaluate if taking part in classes and knowledge acquired by women has a positive impact on the course of the labor, increases their participation in the labor's process, encourages to lead a healthy lifestyle during the pregnancy, and whether practical skills acquired during class simplify new-born care.

Material and methods. Elaboration of the results of a survey carried out on a group of 102 women in labour in Regional Specialistic Hospital in Wrocław, Research and Development Center, Independent Public Clinical Hospital no. 1 in Wrocław and in online way, using Google forms.

Results. The biggest group of women taking part in the research were in age 20–30 (67%). More than a half of them (54%) are the residents of the cities with population above 100,000 and women with higher education (55%). 52 respondents are the participants of antenatal class (51%), 49 of interviewees have not taken part in classes (49%). Most of women taking part in antenatal classes are primigravidas. 96% of participants were satisfied or rather satisfied of the classes.

Conclusions. Most of women taking part in antenatal classes are satisfied with participation in classes, they are mostly primigravidas. They lead a healthier lifestyle and have better theoretical knowledge in the field of childbirth and childcare in comparison with those who have not taken part in classes. Most frequently chosen knowledge sources about pregnancy, labor and new-born child care among interviewees are books and the press. The participants of antenatal classes use labor facilities more often, practise respiratory and relaxation techniques and different vertical positions during the labor.

Key words: Antenatal class, active labor, maternity.

WSTĘP

Szkoła Rodzenia jest formą edukacji przeznaczoną dla rodziców oczekujących narodzin dziecka. To miejsce, w którym kobiety ciężarne wraz z partnerami mogą zdobyć niezbędną wiedzę z zakresu ciąży, porodu, położu i opieki nad noworodkiem.

Historia powstania Szkół Rodzenia sięga lat 50. ubiegłego wieku. W 1954 r. we Francji zezwolono oficjalnie na obecność ojca podczas porodu. Spowodowało to prawdziwą rewolucję wśród personelu medycznego. Zaistniała wtedy konieczność teoretycznego przygotowania ojców do aktu narodzin [1].

Za prekursora Szkół Rodzenia uznaje się G.D. Reada, który w latach 60. XX wieku w Anglii stworzył pojęcie „Koła Reada”. Po-

wstała wtedy inicjatywa przygotowywania ciężarnych do porodu. Jego teoria głosiła, że lęk, jaki pojawia się w trakcie porodu, przyczynia się do zwiększenia napięcia mięśniowego, a tym samym wzmacnia odczuwanie bólu, co jeszcze bardziej wyzwała uczucie lęku u rodzącej. Według Reada to następstwo negatywnych skutków można ukrócić przez edukację kobiet w zakresie porodu fizjologicznego oraz uświadamianie, jak ważny jest jej czynny udział w porodzie dla prawidłowego przebiegu następujących po sobie etapów. Miało to na celu zniwelować odczuwanie bólu przez bycie świadomym uczestnikiem porodu [2].

W Polsce twórcą wzorca Szkół Rodzenia był Włodzimierz Fijałkowski, którego teoria głosiła, iż skupienie rodzącej na wypracowanym postępowaniu, umiejętnościach oraz naturalnym

odczuwaniu mają aktywizować kobietę do współpracy z personelem w trakcie porodu. Pierwsze Szkoły Rodzenia powstały na terenie kraju w latach 1956–1957, w Krakowie, Szczecinie, Warszawie, Wrocławiu i Łodzi [3].

Szkoła Rodzenia otrzymała rekomendację Polskiego Towarzystwa Ginekologicznego, jako forma kształcenia przyszłych rodziców z zakresu ciąży i przygotowania do macierzyństwa [4].

Założeniem Szkół Rodzenia jest jak najlepsze przygotowanie uczestników do pełnienia ról rodzicielskich, a także świadomego uczestnictwa w porodzie. Coraz więcej kobiet będących przyszłymi matkami decyduje się na wzięcie udziału w zajęciach, chcąc czerpać wiedzę o ciąży, porodzie i macierzyństwie. W pracy oceniono przygotowanie położnic do porodu i macierzyństwa na podstawie przeprowadzonej wśród nich anonimowej ankiety własnego autorstwa. Miało to na celu uzyskanie odpowiedzi, czy Szkoła Rodzenia spełnia powierzone jej zadania oraz czy jej uczestniczki wykorzystują zdobytą w niej wiedzę.

CEL PRACY

Celem pracy było przeprowadzenie badań, które umożliwiłyby ocenę przygotowania kobiet ciężarnych uczestniczących, a także tych, które nieuczestniczyły w zajęciach Szkoły Rodzenia do porodu i macierzyństwa. Przeprowadzone badania pozwoliły ocenić, czy udział w zajęciach i zdobyta przez kobiety wiedza wpływa korzystnie na przebieg porodu, zwiększa aktywne uczestnictwo w nim, czy sprzyja prowadzeniu zdrowego stylu życia w ciąży oraz czy nabyte umiejętności praktyczne ułatwiają opiekę nad noworodkiem.

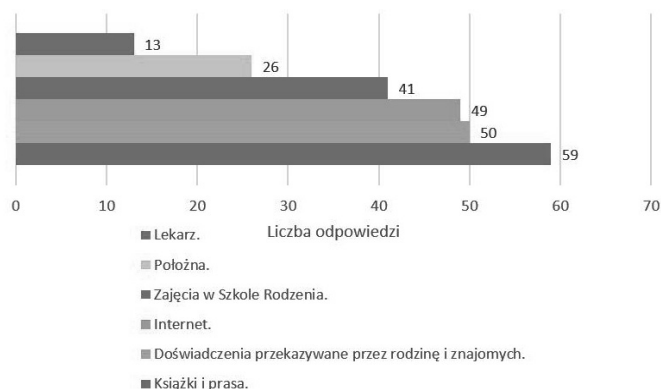
MATERIAŁ I METODY

Zbadano przygotowanie 102 kobiet w wieku od 20. roku życia, 52 z nich uczestniczyły w zajęciach Szkół Rodzenia, 50 z nich nie brało udziału w zajęciach. Dane respondentek pozostały całkowicie anonimowe. Ankiety przeprowadzono w Wojewódzkim Szpitalu Specjalistycznym we Wrocławiu, Ośrodku Badawczo-Rozwojowym, Samodzielnym Publicznym Szpitalu Klinicznym nr 1 we Wrocławiu oraz w formie internetowej, korzystając z formularzy Google. Wyniki opracowano za pomocą arkusza kalkulacyjnego Microsoft Excel 2010 oraz Microsoft Word 2010.

WYNIKI

W badaniu uczestniczyły 102 położnice (100%). 52 respondentki (51%) uczestniczyły, a 50 kobiet (49%) nie brało udziału w zajęciach Szkoły Rodzenia.

Spośród 102 ankietowanych 68 było w wieku 20–30 lat (67%), 31 stanowiło grupę wiekową 31–40 lat (30%). 55 respondentek (54%) to mieszkanki miast powyżej 100 tys. mieszkańców, 19 kobiet (18%) zamieszkuje na wsi. Największą grupę (55%) stanowiło 56 respondentek mających wykształcenie wyższe, 39 respondentek (38%) miało wykształcenie średnie. 56 respondentek (55%) oceniło swoją sytuację materialną jako dobrą, 32 kobiety (31%) uważały swoją sytuację materialną za przeciętną, 13 określiło ją jako bardzo dobrą, a 1% – jako bardzo złą.



Rycina 1. Źródła wiedzy na temat ciąży, porodu i opieki nad noworodkiem (pytanie wielokrotnego wyboru)

Dla 72 respondentek (71%) był to pierwszy poród, dla 30 kobiet (29%) był to poród kolejny. 59 respondentek jako źródło wiedzy na temat ciąży, porodu i opieki nad noworodkiem wybrało książki i prasę, 50 ankietowanych korzystało z doświadczeń przekazywanych przez rodzinę i znajomych, 49 respondentek korzystało z Internetu, a 41 – z zajęć w Szkole Rodzenia (ryc. 1).

52 respondentki (51%) w trakcie ciąży uczestniczyły w zajęciach Szkoły Rodzenia, 50 ankietowanych (49%) nie skorzystało z zajęć. Większość uczestniczek Szkół Rodzenia to pierwsiastki (83%).

Dla 38 spośród 52 uczestniczek Szkół Rodzenia chęć zdobycia wiedzy na temat ciąży, porodu i opieki nad noworodkiem była najczęstszym powodem korzystania z zajęć (73%) (ryc. 2).



Rycina 2. Powody uczestnictwa w zajęciach Szkoły Rodzenia

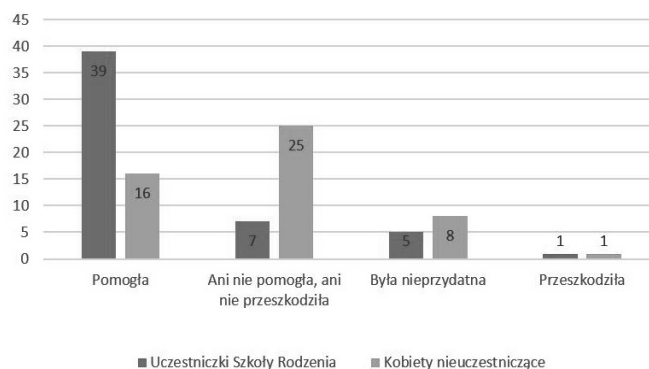
Według 42 respondentek (81%) zagadnienia omawiane w Szkole Rodzenia były starannie dobrane, interesujące, zaspokoiły ich ciekawość i zaopatrzyły w niezbędną wiedzę. W 5 przypadkach (9%) program Szkoły Rodzenia nie do końca odpowiadał oczekiwaniom ankietowanych.

36 z 52 respondentek (69%) oceniło, iż zagadnienia były przedstawione dokładnie, poparte przykładami i uzupełnione pokazami/ćwiczeniami. Tylko dla 4 respondentek (8%) zagadnienia zostały omówione pobieżnie i nie były wystarczająco utrwalone.

31 respondentek (60%) było zadowolonych z uczestnictwa w Szkole Rodzenia, 19 ankietowanych (36%) odpowiedziało, iż są raczej zadowolone.

30 respondentek uczestniczących w zajęciach Szkół Rodzenia (58%) ocenia swoje przygotowanie do porodu na dobre, natomiast w grupie kobiet nieuczestniczących jest to grupa 24 respondentek (48%). Za raczej dobrym przygotowaniem opowiedziało się 21 uczestniczek Szkół Rodzenia (40%) oraz 14 respondentek nieuczestniczących w zajęciach (28%). Wykazuje to, że uczestniczki Szkół Rodzenia oceniają lepiej swoje przygotowanie do porodu, położu i macierzyństwa.

Według 39 z 52 uczestniczek Szkół Rodzenia (75%) ich wiedza teoretyczna pomogła im w trakcie porodu, w grupie kobiet nieuczestniczących odpowiedź tę zaznaczyło 16 z 50 respondentek (32%) (ryc. 3).



Rycina 3. Wpływ wiedzy teoretycznej na przebieg porodu

Najwięcej respondentek stosowało techniki oddechowe i relaksacyjne podczas porodu (49 odpowiedzi), 40 ankietowanych wykorzystało także różne pozycje porodowe, a 38 kobiet korzy-

stało z przyrządów i udogodnień, takich jak: wanna/prysznic, materac, drabinki i piłka.

42 ankietowanym uczestniczącym w Szkołach Rodzenia (81%) i 15 respondentkom nieuczestniczącym w zajęciach (30%) udało się oddychać torem przeponowo-brzusznym w trakcie porodu.

43 respondentki uczestniczące w Szkole Rodzenia i 39 nieuczestniczących odpowiedziało, iż wiedzą, jak pielęgnować ranę krocza/brzucha, jakiej bielizny i kosmetyków używać. 43 uczestniczki Szkół Rodzenia i 40 kobiet nieuczestniczących zadeklarowało, że wiedzą, jak poprawnie wykonywać czynności pielęgnacyjne nad noworodkiem, natomiast 38 respondentek będących uczestniczkami Szkół Rodzenia i 29 respondentek nieuczestniczących odpowiedziało, iż wiedzą co powinny, a czego nie mogą jeść w położu.

33 spośród 52 uczestniczek Szkoły Rodzenia (63,5%) odpowiedziało, iż znają i stosują „kangurowanie”, natomiast 15 z 50 respondentek (30%) nieuczestniczących w Szkole Rodzenia wybrało tę odpowiedź. Aż 44% ankietowanych, nieuczestniczących w kursie nie zna tego pojęcia.

41 respondentek uczestniczących w Szkole Rodzenia (79%) i 21 ankietowanych nieuczestniczących w zajęciach (42%) odpowiedziało, że odżywiało się w ciąży zdrowo i racjonalnie. Wskazuje to, iż matki biorące udział w kursie mają większą świadomość wpływu odżywiania na rozwój dziecka.

50 respondentek uczestniczących w Szkole Rodzenia (96%) zadeklarowało, że zna techniki karmienia piersią, 36 respondentek nieuczestniczących w zajęciach (72%) wybrało tę odpowiedź. 50 respondentek uczęszczających do Szkół Rodzenia (96%) i 44 ankietowane nieuczęszczające na zajęcia (88%) wybrało odpowiedź, iż karmienie naturalne jest najlepsze dla dziecka.

Odpowiedź, iż połóg trwa do 6 tygodni po porodzie wybrały 43 ankietowane uczestniczące w Szkole Rodzenia (83%) oraz 35 respondentek nie biorących udziału w Szkole Rodzenia (70%).

DYSKUSJA

W przeprowadzonych badaniach udział wzięły 102 położnice, z czego 52 uczestniczyły w zajęciach Szkoły Rodzenia (51%). Dla 72 ankietowanych (71%) był to pierwszy poród.

Najpowszechniejszym źródłem wiedzy o ciąży, porodzie i opiece nad noworodkiem były książki i prasa (59 respondentek). Szkoła Rodzenia była głównym źródłem wiedzy dla 41 respondentek.

Większość uczestniczek Szkół Rodzenia to pierwsiastki (83%). Podobne wyniki otrzymali Kołomyjec i wsp., gdzie stanowiły one 85,5% wszystkich uczestniczek Szkół Rodzenia [5]. W zajęciach częściej biorą udział kobiety oczekujące narodzin pierwszego dziecka, najczęściej mieszkanki większych miast z wyższym wykształceniem. Dane te są zgodne z doniesieniami autorów polskich, jak i z pozostałych regionów Europy oraz Stanów Zjednoczonych i Kanady [6–8]. Według wielu autorów niska frekwencja wieloródek w zajęciach wynika z faktu, że przebyty poród dla wielu kobiet stanowi wystarczające doświadczenie [6–7].

Przeprowadzone badania dowiodły, że Szkoła Rodzenia spełnia oczekiwania uczestniczek, dla 42 z nich (81%) zagadnienia były starannie dobrane, zaspokoili ich ciekawość i zaopatrzyły w niezbędną wiedzę. 96% respondentek było zadowolonych lub raczej zadowolonych z uczestnictwa w zajęciach, co z pewnością wpłynęło na zmniejszenie stresu związanego z porodem i macierzyństwem. Nabywanie wiedzy i umiejętności praktycznych w trakcie zajęć Szkoły Rodzenia wpływa korzystnie na przebieg porodu, o czym świadczą wyniki przeprowadzonej ankiety. 75% uczestniczek Szkół Rodzenia zadeklarowało, iż

wiedza teoretyczna pomogła im w trakcie porodu. Wykorzystanie praktycznej wiedzy znacznie lub częściowo ułatwiło przebieg porodu 81% kobiet ze Szkół Rodzenia. Badania dowiodły, że uczestniczki Szkoły Rodzenia wykazały się większą znajomością zagadnień, które ułatwiły im aktywne uczestniczenie w porodzie. Aż 81% z nich odpowiedziało, że udało im się oddychać torem przeponowo-brzusznym w trakcie porodu, tymczasem w grupie nieuczestniczących było to zaledwie 30%. Techniki oddechowe i relaksacyjne stosowało 49 respondentek, 40 kobiet zastosowało różne pozycje porodowe, a 38 korzystało z przyrządów i udogodnień dostępnych na sali porodowej. W swojej pracy Delke i wsp., oznaczając poziom beta-endorfin w surowicy rodzących, stwierdzili ich niższe stężenie u kobiet uczestniczących w przedporodowych kursach, co mogło świadczyć, że w momencie bólu porodowego ich organizm miał mniejsze zapotrzebowanie na te naturalne opioidy. W ocenie badaczy pacjentki te rzadziej wymagały stosowania środków przeciwbólowych [9].

Zdrowy tryb życia, tak szczególnie ważny dla kobiet spodziewających się dziecka, wykazuje więcej położnic będących uczestniczkami Szkół Rodzenia. Na zdrowe i racjonalne odżywianie w trakcie ciąży postawiło 41 z nich (79%), tymczasem wśród respondentek nieuczestniczących w zajęciach 21 wybrało tę odpowiedź (42%). Stosowanie używek wiąże się z możliwością wystąpienia powikłań w trakcie ciąży, porodu czy położu, ma także niekorzystny wpływ na dobrostan dziecka, z czego zdaje sobie sprawę większość ankietowanych. 9 kobiet zadeklarowało palenie papierosów w trakcie ciąży, w tym 8 z nich nie uczestniczyło w zajęciach Szkoły Rodzenia.

Ważnym elementem opieki nad niemowlęciem jest prawidłowe przystawianie go do piersi, znajomość technik karmienia zadeklarowało 50 uczestniczek Szkół Rodzenia (96%) i 36 kobiet nieuczestniczących (72%).

Ważnym etapem, z jakim mierzą się matki, jest trwający do 6 tygodni po porodzie połóg, czas jego trwania znało 83% respondentek uczestniczących w Szkole Rodzenia i 70% kobiet nieuczestniczących. Kobiety biorące udział w zajęciach zadeklarowały w większym procencie znajomość wiedzy w zakresie pielęgnacji rany krocza/brzucha czy wystąpienia niepokojących objawów u siebie i dziecka.

Kobiety uczestniczące w zajęciach Szkół Rodzenia są świadome wartości zdrowego stylu życia i bardziej stronią od stosowania używek, tylko jedna z uczestniczek paliła papierosy w ciąży (1%). Podobną tendencję wykazały badania Kwiatka i wsp. [10], gdzie wśród uczestniczek Szkół Rodzenia jedynie 3,3% paliło papierosy w ciąży. Zdecydowana przewaga kobiet jest zadowolona z uczestniczenia w zajęciach i wykazuje się większą znajomością teoretycznej i praktycznej wiedzy dotyczącej porodu i macierzyństwa.

WNIOSKI

1. Większość kobiet biorących udział w Szkole Rodzenia jest zadowolona z uczestnictwa w zajęciach.
2. Kobiety uczestniczące w Szkołach Rodzenia to najczęściej pierwsiastki.
3. Uczestniczki Szkół Rodzenia wykazują zdrowszy styl życia.
4. Najczęściej wybieranym źródłem wiedzy o ciąży, porodzie i opiece nad noworodkiem są książki i prasa, następnie doświadczenia przekazywane przez rodzinę i znajomych oraz Internet.
5. Kobiety biorące udział w Szkole Rodzenia wykazują się większą wiedzą teoretyczną z zakresu położu i opieki nad noworodkiem.
6. Uczestniczki Szkół Rodzenia częściej korzystają z udogodnień sal porodowych, stosują techniki oddechowe i relaksacyjne oraz różne pozycje wertykalne w trakcie porodu.

Źródło finansowania: Praca sfinansowana ze środków własnych autorek. Autorki nie zgłaszają konfliktu interesów.

BIBLIOGRAFIA

1. Iwanowicz-Palus G, red. *Alternatywne metody opieki okołoporodowej*. Warszawa: Wydawnictwo Lekarskie PZWL; 2008.
2. Read GD. *The principles and practice of natural childbirth*. London: Heineman W; 1951.
3. Fijałkowski W. *W szkole rodzenia. Odkrywanie radości rodzicielstwa*. Gdańsk: Wydawnictwo MAKmed; 1996.
4. Rekomendacje Zarządu Głównego PTG w zakresie opieki przedporodowej w ciąży o prawidłowym przebiegu. *Ginekolog po Dypl* 2005; 12(10): 10.
5. Kołomyjec P, Suchocki S, Kędra-Rakoczy M. Wykształcenie i zachowania prozdrowotne ciężarnych biorących udział w zajęciach szkoły rodzenia oraz ich wpływ na przebieg porodu i stan noworodka. *Klin Perinatol Ginekolog* 2007; 3(10): 57–60.
6. Spinelli A, Baglio G, Donati S, et al. Do antenatal classes benefit the mother and her baby? *J Matern Fetal Neonatal Med* 2003; 13(2): 94–101.
7. Fabian HM, Radestad IJ, Waldenström U. Characteristics of Swedish women who do not attend childbirth and parenthood education classes during pregnancy. *Midwifery* 2004; 20(3): 226–235.
8. Guzikowski W, Kowalczyk D, Mączka M. Analiza aktualnych form przygotowania do porodu rodzinnego i „tradycyjnego”. *Klin Perinatol Ginekolog* 2004; 1(8): 67–70.
9. Delke I, Minkoff H, Grunebaum A. Effect of Lamaze childbirth preparation on maternal plasma beta-endorphin immunoreactivity in active labor. *Am J Perinatol* 1985; 2(4): 317–319.
10. Kwiatek M, Gęca T, Biegaj-Fic J. Szkoła rodzenia – profil pacjentek oraz wpływ zajęć na przebieg porodu i stan noworodka. *MONZ* 2011; 17(3): 111–115.

Adres do korespondencji:

Mgr Katarzyna Żelazko
Zakład Ginekologii
Katedra Ginekologii i Położnictwa
Wydział Nauk o Zdrowiu
Uniwersytet Medyczny
ul. Bartła 5
51-618 Wrocław
Tel.: 664 782 089
e-mail: katarzyna.zelazko@umed.wroc.pl

Praca wpłynęła do Redakcji: 24.01.2016 r.

Po recenzji: 28.02.2016 r.

Zaakceptowano do druku: 12.03.2016 r.