

Supplement №3 (140) 2023

ISSN 2786-6661eISSN 2786-667X

UDC: 378.6:61:001.891](477.411)(050)

Міністерство охорони здоров'я України
Національний медичний університет
імені О. О. Богомольця

НАУКОВО-ПРАКТИЧНЕ ВИДАННЯ

УКРАЇНСЬКИЙ НАУКОВО-МЕДИЧНИЙ МОЛОДІЖНИЙ ЖУРНАЛ

Видання індексується
в Google Scholar,
Index Copernicus, WorldCat OCLC

ISSN 2786-6661eISSN 2786-667X

Ministry of Health of Ukraine
Bogomolets National Medical University

THEORETICAL AND PRACTICAL
EDITION

UKRAINIAN SCIENTIFIC MEDICAL YOUTH JOURNAL

Journal's indexing:
Google Scholar, Index Copernicus,
WorldCat OCLC

Засновник – Національний медичний університет
імені О.О. Богомольця МОЗ України
Періодичність виходу 4 рази на рік.

Журнал внесено до переліку фахових видань.

Галузі наук: медичні, фармацевтичні.
(наказ МОН України 09.03.2016 №241)

Реєстраційне свідоцтво KB № 17028-5798ПР.

Рекомендовано Вченою Радою НМУ
імені О. О. Богомольця
(протокол №2 від 23.06.2023р.)

Усі права стосовно опублікованих статей
залишено за редакцією.

Відповідальність за добір та викладення фактів
у статтях несуть автори,

а за зміст рекламних матеріалів – рекламодавці.
Передрук можливий за згоди редакції
та з посиланням на джерело.

До друку приймаються наукові матеріали,
які відповідають вимогам до публікації
в даному виданні.

Founder – Bogomolets National Medical University
Ministry of Health of Ukraine

Publication frequency – 4 times a year.

**The Journal is included in the list of professional
publications in Medical
and pharmaceutical Sciences**

(order MES Ukraine 09.03.2016 № 241)

Registration Certificate KB № 17028-5798ПР.

Recommended by the Academic Council
of the Bogomolets National Medical University, Kyiv
(protocol №2 of 23.06.2023)

All rights concerning published articles are reserved
to the editorial board.

Responsibility for selection and presentation
of the facts in the articles is held by authors,
and of the content of advertising material –
by advertisers.

Reprint is possible with consent
of the editorial board and reference.

Research materials accepted
for publishing must meet
the publication requirements of this edition.

ВПЛИВ РЕГУЛЯРНИХ ПОВІТРЯНИХ ТРИВОГ НА ПСИХОЛОГІЧНИЙ СТАН ВАГІТНИХ В СТАЦІОНАРІ ТА ШЛЯХИ ЙОГО МІНІМІЗАЦІЇ

Ковалюк Т.В., Комар В.М., Харченко В.Є.

Науковий керівник: професор, к. мед. н., доцент Ковалюк Т. В.

Кафедра акушерства і гінекології № 3

Завідувач кафедри: д. мед. н., професор, заслужений діяч науки і техніки України Бенюк В.О.

*Національний медичний університет імені О.О. Богомольця
м. Київ, Україна*

Вступ: У зв'язку з повномасштабним вторгненням росії на територію України та загрозою обстрілів, велика кількість пологових будинків зіткнулася з проблемою реагування персоналу та пацієнтів на регулярні повітряні тривоги.

За травень 2023 року сирена в м. Київ лунала 106 разів, загальною тривалістю понад 72 години. В літературних джерелах відсутні дослідження впливу регулярного короткотривалого стресу такого роду на організм вагітних та породіль в коротко- та довготривалій перспективі. Проте регулярне виникнення стресових реакцій, за даними літератури, може призводити до непередбачуваних наслідків для здоров'я жінки та плода/новонародженої дитини в подальшому.

Мета: Оцінити вплив регулярних повітряних тривог на стан фізичного та психоемоційного здоров'я пацієнток пологового будинку та дослідити методи мінімізації негативного впливу на них в межах закладу.

Матеріали і методи: Обстежено 32 вагітні в третьому триместрі вагітності та породіллі, які перебували на стаціонарному лікуванні у КНП «КМПБ №3» у травні 2023 року. Використано клінічне інтерв'ю, анкетування, шкалу особистої і реактивної тривожності Спілберга-Ханіна.

Результати: За результатами клінічного інтерв'ю та анкетування виявлено, що 56,25% пацієнток акушерського відділення пологового будинку мають середній, а 25% – високий рівень реактивної тривожності, що відображає психоемоційний стан жінок у відповідь на регулярно супроводжуючий їх стресовий чинник. 62,5% опитаних відмічають симптоми впливу гострого стресу, такі як пришвидшене серцебиття, біль (спазм) в животі, підвищену рухову активність плода, дратівливість та м'язову напругу. Крім того, 50% жінок оцінили ступінь власної стурбованості сигналом повітряної тривоги, як 4 та 5 за 5-ти бальною шкалою, а почуття безпеки в укритті з'являється у 56,25% жінок. Ці дані свідчать про значний рівень переживань вагітних щодо потенційної небезпеки з повітря і негайним виникненням симптомів активації симпатико-адреналової системи у відповідь на цей негативний чинник. Проте лише 12,5% опитаних пацієнток вважають доцільним перебувати в укритті кожного разу, коли лунає сирена, не зважаючи на супутні обставини (нічний час, самопочуття, настрій). Отже, нині запропоновані сходища, їх зовнішній вигляд, очікування небезпеки, «звуки війни» – не створюють умови для суб'єктивного відчуття безпеки, внаслідок чого сигнал часто ігнорується, що несе підвищену загрозу життю та здоров'ю.

Інтерв'ювання пацієнток з питання методів самозаспокоєння, які допомагають впоратись з впливом стресу і тривоги, дали змогу виокремити декілька простих та доступних аспектів, які допоможуть зрозуміти, як створити максимально комфортні умови перебування в укритті. Перше, та найнеобхідніше, що позитивно впливає на настрій та відчуття безпеки, це безперебійний зв'язок з близькими людьми, їх підтримкою, навіть якщо це дзвінки чи доступ до інтернету. Звукоізоляція знадвору, відсутність різких, голосних шумів дає змогу розслаблення жінок, без постійного фокусування уваги на звуках, які розцінюються, як загроза. Наявність та доступність теплих напоїв, смачних корисних перекусів, а також теплої одягу, м'яких пледів чи ковдр є необхідністю, адже створює відчуття затишку, безпеки та відволікає увагу. Демонстрація фільмів та відеоматеріалів знижує акцентування вагітних на новинах та переживаннях, контролі часу, і тому допомагає знизити емоційну напругу і, навіть, з користю провести час. Навчання пацієнток простим технікам самозаспокоєння, дихальним та медитаційним практикам,

що можна застосовувати в будь-яких умовах є важливою складовою розслаблення та відновлення в стресових ситуаціях. Відносна простота виконання та доступність цих засобів, робить їх елементарними способами значного покращення умов переживання вагітними стресових станів та мінімізує негативний вплив стресу та покращує самопочуття.

Висновки: регулярний короткотривалий стрес, у вигляді повітряних тривог – негативно впливає на психоемоційний стан та самопочуття вагітних та породіль, які перебувають в пологових будинках. Забезпечення базових потреб, які, незважаючи на простоту та доступність, можуть мінімізувати негативний вплив психологічного напруження на пацієнок – необхідно забезпечувати в межах захисних споруд та укриттів, в яких перебувають пацієнтки під час повітряних тривог.

Ключові слова. Пренатальний стрес, повітряні тривоги, методи самозаспокоєння, тривожність, вагітні.

АЛФАВІТНИЙ ЗМІСТ

Antonenko A.M.	9	Дмитришин Б.Я.	69	Рибчук В.О.	83
Bлагаia Anna	8	Дмитришин О.А.	69	Рідний С.В.	74
Borysenko A.A.	9	Дмитруха Н.М.	39	Романюк В.П.	83
Dmytryshyn O.	10	Дреженкова І.Л.	86	Россовська М.Є.	73, 81
Huschak T.	10	Друпп Ю.Г.	41	Рублевська Н.І.	103
Jomin Sebastian	9	Дударенко О.Б.	86	Сергета І.В.	85, 86, 106
Khomych O.	11	Завгородня Л.В.	66	Сех М.Я.	46
Kondratiuk Mykola.	8	Зеленцова С.М.	26	Скалецький Ю.М.	106, 109
Kozak Dmytro	14	Зенкіна В.І.	42, 107	Скочко В.П.	70
Leonov Yu.I.	12	Зіменковський А.Б.	44, 46	Содиль М.В.	69
Marushko Yu.	10, 11	Зінов'єва Т.Ю.	80	Сомов О.І.	80
Nabok A.I.	13	Зінченко Т.О.	107	Стоян Н.В.	86
Nazarenko V.I.	12	Зубленко О.В.	47, 78	Стукалкіна Д.С.	66
Sodyl M.	10	Іванюта С.О.	49	Сусак К.І.	88
Talabko Yuliia	8	Іовіца Т.В.	69	Суслик З.Б.	71
Vergolyas M.R.	12	Іщенко А.А.	110	Суховерська М.М.	41
Yesipova S.	10	Казмірчук Д.Р.	59	Тисевич Т.В.	86
Zaychenko Ganna	14	Калашченко С.І.	98	Туркіна В.А.	89
Zinchenko Tetyana	8	Кіреєва І.В.	61	Усевич І.А.	81
Алексійчук В.Д.	34	Кіцула Л.М.	92	Майданник І.В.	35
Амріта Гаргі	75	Коваленко О.О.	26	Мартіянова Ю.В.	54
Андрєєва І.А.	103	Ковалюк Т.В.	51	Марушко Ю.В.	69
Андрусишина І.М.	39	Комар В.М.	49, 51	Махнюк В.М.	70
Аністратенко Т.І.	15, 34	Костюк О.В.	104	Махнюк В.В.	70
Бабенко І.Б.	83	Коробкова І.В.	74	Михайлова А.Г.	110
Бабієнко В.В.	17, 19, 20, 22, 23, 24	Коробчанський В.О.	52	Мізюк М.І.	71
Баєва О.В.	26	Коршун М.М.	54	Мельник В.І.	71
Баленко К.В.	80	Коршун О.М.	54	Могильний С.М.	70
Бардов Г.П.	28	Крамарьова Ю.С.	103	Мокієнко А.В.	17, 19, 20, 22, 23, 24
Бенюк В.О.	73	Краснова Л.І.	86	Момот А.А.	73
Бенюк С.В.	94	Крупка Н.О.	56	Морквич А.Р.	35
Биц Я.Ю.	95	Кузьміна І.Ю.	58	Морозова Н.С.	74
Білявський С.М.	110	Кузін І.В.	98	Фабіш А.Д.	98
Бліжнікова С.О.	49, 77	Кузьмінська О.В.	15, 34	Федоренко В.І.	92
Бобко Н.А.	29	Кулагін О.О.	103	Федоренко Ю.В.	91
Бовкун О.А.	69	Курочка В.В.	59, 61, 88	Фурса-Совгира Т.М.	94
Браткова О.Ю.	86	Ласкава Т.Г.	62	Харченко В.Є.	51, 94
Брейдак О.А.	31	Ластовецька Л.Д.	64	Чеботарьова А.С.	95
Брухно Р.П.	106, 109	Леонов Ю.І.	65	Черненко Л.М.	98
Бхарвадж Відуші	64	Літовченко О.Л.	66	Чемерис Н.М.	56
Вавріневич О.П.	28	Лотоцька Л.Б.	67	Чемодурова Н.Є.	89
Ваколюк Л.М.	86	Лукашевич Ю.І.	42	Черкашина Д.К.	61
Варивончик Д.В.	32	Лях С.І.	74	Чумаченко Т.О.	100
Велика Н.В.	15, 34	Назаренко В.І.	65	Шаповалюк О.В.	88
Верголяс М.Р.	65	Науменко О.М.	106	Шараєва М.Л.	101
Веретельник Я.І.	37	Неймарк О.С.	75	Шевченко О.А.	103
Вигівська Л.М.	35, 37	Никонюк Т.Р.	77	Шевчук Т.В.	86
Гаркавий С.І.	54	Олешко В.Ф.	37, 73	Шевяков О.В.	103
Головкова Т.А.	103	Омельчук С.Т.	34	Шилов М.В.	104
Головчак Г.С.	74	Онул Н.М.	103	Шкарбан К.С.	80
Горбачевський Р.В.	54	Парій В.Д.	83	Штепа О.П.	103
Гринзовська А.А.	97	Паустовський Ю.О.	107	Щерба О.А.	62
Гринзовський А.М.	98	Петрусевич Т.В.	47, 78	Щудро С.А.	103
Гутор Т.Г.	44	Платонова А.Г.	80	Яворовський О.П.	106, 107, 109
Диндар О.А.	75	Попов О.О.	74	Яковенко А.О.	62
Діденко І.В.	64	Пучко М.С.	81	Яніцька Л.В.	110
		Райлян М.В.	100	Яцковська Н.Я.	80
		Редчіц М.А.	86		