Жирэмсний хожуу үе дэх стрессийн судалгаа

Г.Надмидцэрэн[1], Б.Алтантуяа[2], Д.Отгонцэцэг[2]

[1]АШУҮИС, НЭМС
[2]Монголын эрүүл мэндийн нийгмийн ажилтны хөгжлийн холбоо
[2]АШУҮИС, Биоанагаахын сургууль
Цахим хаяг: Nadmidtseren@mnums.edu.mn, Утас: 99176623

Түлхүүр үг:
Нийгэм сэтгэлзүй
Сэтгэлийн түгшүүр
Стресс
Стрессийн түвшин

Товч утга: Жирэмсэн эмэгтэйчүүдийн 30% нь ямар нэгэн хэмжээгээр сэтгэлийн түгшүүртэй байдаг. Жирэмсэн эмэгтэйчүүд төрөх хугацаа ойртох тутам сэтгэл түгшүүр нэмэгддэг. Жирэмсэн үедээ сэтгэл гутралд өртөх нь эх, урагт сөргөөр нөлөөлдөг. Тиймээс жирэмсэн эмэгтэйчүүдийн сэтгэлзүйн байдалд нөлөөлж буй хүчин зүйлийг тодруулж, учирч болох эрсдлээс сэргийлэх, эрсдлийг хэрхэн бууруулах арга замыг эрэлхийлэх шаардлагын үүднээс жирэмсэн эмэгтэйчүүдийн сэтгэл түгшилтийн түвшинг үнэлж, түүнд нөлөөлж буй зарим хүчин зүйлсийг судлав. Уг судалгаанд Улаанбаатар хотын Чингэлтэй, Хан-Уул, Баянгол, Баянзүрх, Сүхбаатар, Сонгино хайрхан дүүргийн эрүүл мэндийн төвийн эмэгтэйчүүдийн тасагт жирэмсний хяналтанд байгаа жирэмсний 28-аас дээш 7 хоногтой 117 жирэмсэн эмэгтэйг санамсаргүй түүврийн аргаар хамруулж Ч.Д.Спилбергер, Ю.Л.Ханины эсрэг үйлчлэлийн түгшүүрийн сорилыг ашиглан, жирэмсэн эмэгтэйчүүдийн сэтгэл түгшилтийг үнэлсэн. **Үр дүн:** Эмэгтэйчүүдийн 22.2% нь анхны жирэмсэлт, 50.7% нь өмнөх жирэмслэлтийн ужиг түүхгүй байсан. Жирэмсэн эмэгтэйчүүдийн 76.3% нь сэтгэл түгшилтийн түвшин өндөр, 22.0% нь сэтгэл түгшилт тогтвортой буюу дунд зэргийн түгшилттэй, 0.8% нь сэтгэл түгшилтийн түвшин бага байна. Сэтгэл түгшилтийн түвшинд жирэмсэн эмэгтэйн нас боловсрол, гэрлэлтийн байдал, ажил эрхлэлт, хянагдаж байгаа дүүрэг зэрэг үзүүлэлтүүд нөлөөлөхгүй байсан бол өрхийн сарын орлого (p=0.01), ээж болоход сэтгэлзүй хэрхэн бэлтгэгдсэн эсэхээ үнэлсэн байдал, жирэмсний хугацаа (p=0.04), жирэмслэлтийн давтамж (p=0.03), жирэмслэлтийн эрсдэлт түүх (p=0.02) зэрэг нь нөлөөлж байна.

Үндэслэл: Хүн төрөлхтөн цаг хугацаа өнгөрөх тутам өсөн нэмэгдсээр байна. Дэлхий дээр секунд тутамд 10 орчим мянган хүүхэд мэндэлдэг. Монгол орны хувьд 2018 онд улсын хэмжээнд 77 058 эх амаржсан нь өмнөх онтой харьцуулахад төрөлт (3174 тохиолдол) 4.3 хувиар өссөн байна.[1] Сүүлийн 3 жилд 25-29 насны эмэгтэйчүүдийн дунд төрөлт өндөр байгаа нь энэ насны 1000 эмэгтэй тутмын 170,9 нь хүүхэд төрүүлж байна.[2] Жирэмслэлт нь эмэгтэйчүүдийн бие организм төдийгүй нийгэм сэтгэлзүйн хувьд ч олон янзаар нөлөөлдөг. Хэвлийдээ хүүхэд тээж яваагаа мэдсэн тэр цаг мөчөөс эхлэн олонх эмэгтэйчүүдийн сэтгэл зүй өмнөхөөсөө өөрчлөгддөг ч энэ өөрчлөлт нь эмэгтэй хүн бүрт адилгүй байдаг. Жирэмсэн эмэгтэйчүүдийн 30% нь ямар нэгэн хэмжээгээр сэтгэлийн түгшүүртэй байдаг байна.[3] Жирэмсэн эмэгтэйчүүд төрөх хугацаа ойртох тутам сэтгэл түгшүүр нэмэгддэг. Жирэмсэн үедээ сэтгэл гутралд өртөх нь эх, урагт сөргөөр нөлөөлдөг. Энэ нь хүүхдэд муугаар нөлөөлж зулбах, амьгүй төрөлт, өсөлтгүй жирэмслэлт, дутуу төрөх шалтгаан болдог.[4] Хэрэв жирэмсэн үеийн сэтгэл түгшилтийг эмчлэхгүй бол даамжирч сэтгэл гутрал тэр дундаа төрсний дараах сэтгэл гутралаар өвчлөх эрсдлийг нэмэгдүүлдэг байна.[6]

Тиймээс жирэмсэн эмэгтэйчүүдийн сэтгэлзүйн байдалд нөлөөлж буй хүчин зүйлийг тодруулж, учирч болох эрсдлээс сэргийлэх, эрсдлийг хэрхэн бууруулах арга замыг эрэлхийлэх шаардлагатай байна.

Зорилго: Жирэмсэн эмэгтэйчүүдийн сэтгэл түгшилтийн түвшинг үнэлж, түүнд нөлөөлж буй зарим хүчин зүйлсийг тодруулах.

Арга аргачлал: Улаанбаатар хотын Чингэлтэй, Хан-Уул, Баянгол, Баянзүрх, Сүхбаатар, Сонгино хайрхан дүүргийн эрүүл мэндийн төвийн эмэгтэйчүүдийн тасагт жирэмсний хяналтанд байгаа жирэмсний 28аас дээш 7хоногтой 117 жирэмсэн эмэгтэйг санамсаргүй түүврийн аргаар судалгаандаа хамруулж Ч.Д.Спилбергер, Ю.Л.Ханины эсрэг үйлчлэлийн түгшүүрийн сорилыг ашиглан, жирэмсэн эмэгтэйчүүдийн сэтгэл түгшилтийг үнэлсэн.

Үр дүн: Судалгаанд хамрагдсан 117 жирэмсэн эмэгтэйн 53% нь 26-35 нас, 33% нь 18-25 нас, 13.7% нь 36-45 настай байсан ба насны дундаж нь 28 байсан бол 62.4% нь дээд боловсролтой, 69.2% нь гэрлэсэн, 53% нь 1-3 ам бүлтэй, 37.6% нь ажил эрхэлдэг, 30.8% нь ажил эрхэлдэггүй, 17.1% нь оюутан, 1.7% нь групптэй байснаас өрхийн дундаж орлого нь 420.000-1.000.000 төгрөг байв. Жирэмслэлтийн хувьд 77.8% нь 2 ба түүнээс дээш удаа жирэмсэлсэн 22.2% нь анхны жирэмсэлт байсны 50.7%-д нь өмнөх жирэмслэлтийн муу түүхгүй байгаа нь тэдний тал хувьд нь өмнөх жирэмслэлтээс үүдэлтэй айдас байхыг үгүйсгэх аргагүй юм.

Хүснэгт 1. Жирэмсэн эмэгтэйчүүдийн жирэмслэлттэй холбоотой мэдээлэл

Үзүүлэлтүүд	Бүлэг	Тоо	Хувь
Жирэмслэлтийн давтамж	Анх	26	22.2
	2-3 удаа	63	53.9
	4-6 удаа	28	23.9
Жирэмсний сар	7 сартай	35	29.9
	8 сартай	43	36.8
	9 сартай	39	33.3
Жирэмслэлтийн түүх /өмнө/	Зулбалт	18	13.4
	Амьгүй төрөлт	7	5.2
	Үр хөндөлт	59	50.5
	Өсөлтгүй жирэмсэн	10	7.5
	Савны гадуурх жирэмслэлт	4	3.0
	Аль нь ч тохиолдож байгаагүй	68	50.7

Судалгаанд хамрагдсан жирэмсэн эмэгтэйчүүдийн 76.3% нь сэтгэл түгшилтийн түвшин өндөр, 22.0% нь сэтгэл түгшилт тогтвортой буюу дунд зэргийн түгшилттэй, 0.8% нь сэтгэл түгшилтийн түвшин бага байна. Сэтгэл түгшилтийн түвшинд жирэмсэн эмэгтэйн нас (p=0.31), боловсрол (p=0.82), гэрлэлтийн байдал (p=0.74), ажил эрхэлдэг эсэх (p=0.43), аль дүүрэгт хянагдаж байгаа (p=0.44) зэрэг үзүүлэлтүүд статистик ач холбогдолгүй байсан ч өрхийн сарын орлого (p=0.01), ээж болоход сэтгэлзүй хэрхэн бэлтгэгдсэн эсэхээ үнэлсэн байдал зэрэг нь нөлөөлж байна. Өрхийн орлого буурах тутам сэтгэл түгшилтийн түвшин нэмэгдэж байв.

Хүснэгт 2. Жирэмслэлтийн байдал сэтгэл түгшилтийн хамаарал

Үзүүлэлт		Нийт		Хөнгөн		Дунд		Хүнд		P утга
				Сэтгэл түгшилтгүй		Сэтгэл түгшилттэй				
		Хувь	Тоо	Хувь	Тоо	Хувь	Тоо	Хувь	Тоо	
Жирэмсний сар	7 сар	29.9	35	0.8	1	5.1	6	23.9	28	**0.04**
	8 сар	36.7	43	0	0	9.3	11	27.3	32	
	9 сар	33.3	39	0	0	3.4	4	29.8	35	
Жирэмслэлтийн давтамж /удаа/	Анх	22.2	26	3.4	4	3.4	4	15.3	18	**0.03**
	2-3	53.9	63	8.5	10	4.2	5	41.1	48	
	4-6	23.9	28	12.8	15	5.1	6	5.9	7	
Төрөх хэлбэр	Өөрөө	20.5	24	0	0	3.4	4	17.1	20	0.43
	кесар	70.1	82	0.8	1	18.8	22	51.2	60	
	тодорхой бус	9.4	11	0	0	0.8	1	8.5	10	
Жирэмслэлтийн эрсдэлт түүх	Тийм	50.5	59	0.8	1	1.7	2	20.5	24	**0.02**
	Үгүй	49.5	58	0	0	20.5	24	56.3	66	

Судалгаанд хамрагдсан жирэмсэн эмэгтэйчүүдийн сэтгэл түгшилтийн түвшинд төрөх хэлбэр (p=0.43) нөлөөлөхгүй байсан бол жирэмсний сар (p=0.04), жирэмслэлтийн давтамж (p=0.03), жирэмслэлтийн эрсдэлт түүх (p=0.02) зэрэг үзүүлэлтүүд нөлөөлж байв. Жирэмсэн эмэгтэйчүүдийн төрөх хугацаа ойртох тутам сэтгэл түгшилтийн түвшин нэмэгдэж байна.

Хэлцэмж: Бид судалгаандаа ДЭМТ-ийн эмэгтэйчүүдийн тасагт жирэмсний хяналтанд хянагдаж байгаа 7-9 сартай 117 жирэмсэн эмэгтэйг хамруулж,

Ч.Д.Спилбергер, Ю.Л.Ханины эсрэг үйлчлэлийн түгшүүрийн сорилоор жирэмсэн эмэгтэйчүүдийн сэтгэл түгшилтийг үнэлэхэд 76.3%-д нь сэтгэл түгшилт өндөр байсан. Өрхийн орлого, жирэмслэлтийн давтамж, жирэмслэлтийн эрсдэлт түүх, жирэмсний сар зэрэг үзүүлэлтүүд сэтгэл түгшилтэд нөлөөлж байв.

Сэтгэл түгшилт өндөр байгаа энэхүү үр дүн нь 2019 онд О.Алтанзул, Б.Батцэцэг, Т.Мандухай нар "Жирэмсэн үеийн сэтгэл гутрал, түүнд нөлөөлөх зарим эрсдэлт хүчин зүйлс" судалгаанд жирэмсэн эмэгтэйчүүдийн сэтгэл гутралын тархалт 41.2%, амиа хорлох эрсдэл 34.3%, 2018 онд J, Mackie L, Rathbone AL нарын "Жирэмсний үеийн сэтгэл түгшүүр эрүүл мэндэд нөлөөлөх нь" судалгаанд өмнөх жирэмслэлтийн үед эмнэлгийн хүндрэл, жирэмслэлттэй холбоотой бус өвчний эмчилгээ хийлгэж байсан нь жирэмсний үеийн сэтгэлийн түгшүүрийн мэдрэмж нэмэгдэж байсан зэрэг үр дүнтэй ижил байна.

Дүгнэлт: Судалгаанд хамрагдсан жирэмсэн эмэгтэйчүүдийн 76.3 хувь нь сэтгэл түгшилтийн түвшин өндөр байна. Жирэмсэн эмэгтэйчүүдийн сэтгэл түгшилтэнд өрхийн орлого, жирэмслэлтийн давтамж, өмнөх жирэмслэлтийн эрсдэлт түүх, жирэмсний хугацаа зэрэг үзүүлэлтүүд нөлөөлж байна.

Ном зүй:

1. *Үндэсний статистикийн хороо. Эмэгтэйчүүдийн нөхөн үржихүйн эрүүл мэнд. Улаанбаатар: с.н., 2018.*
2. *Г.Урангоо. Эрүүл мэндийн статистик . Улаанбаатар : с.н., 2018.*
3. *Hospital, The Royal Women's. The Royal Women's Hospital. Anxiety & pregnancy. [Холбогдсон] 2018 оны. https://www.thewomens.org.au/.*
4. *Anxiety During Pregnancy and Postpartum: Course, Predictors and Comorbidity with Postpartum Depression. Sandra Nakić Radoš, Meri Tadinac,Radoslav Herman. 2018 US national institutes of health.*
5. *О.Алтанзул, Б.Батцэцэг, Т.Мандухай. Жирэмсэн үеийн сэтгэл гутрал, түүнд нөлөөлөх зарим эрсдэлт хүчин зүйлс. [номын зохиолч.] Т.Эрхэмбаатар. Эх нярайн эрүүл мэнд хамтын хөгжил ОУЭШБХурал. Улаанбаатар: Мөнхийн үсэг ХХК, 2019, хуу132-133.*
6. *Ханина.,Спилбергера.Психология счастливой жизни. Шкала тревоги.[Холбогдсон] 2016 оны 05 17. https://psycabi.net/.*

Studying stress in late pregnancy

Nadmidtseren.G[1], Altantuya.B[2], Otgontsetseg.D[3]

[1]School of public health
[2]Health Social Worker Development Association
[3]School of biomedicine

Background: Anxiety level grows for pregnant women approaching labor. Having depression during pregnancy affects to mother and child. Depression during pregnancy can lead to miscarriage, stillbirth, shorter gestation, preterm birth, lower birth weight infant.[4] It is increased the risk of having depression, especially postpartrum depression, if pregnancy anxiety is not treated.[6] Thus, it is necessary to identify factors that affects the phychological state of pregnant women, to prevent from risks that can come in future and looking for ways how to reduce risks.
Objective and specific ovjectives: To assess level of anxiety and identify factors affecting in pregnant women
Research materials and methods: In this research, we assessed anxiety of 117 pregnant womenhaving third trimester (up 28 weeks) who controlling in Women's Health Center of discricts of Chingeltei, Khan-Uul, Bayangol, Bayanzurkh, Sukhbaatar, Songino-Khairkhan at Ulaanbaatar city by using anti-anxiety test of C.D Spielberger and U.L. Ganin.
Results: 22.2 percent of women was initial pregnancy and there was no any chronic history of pregnancy for 50.7 percent women. 76.3% of pregnant women have high levels of anxiety, 22.0% have stable or moderate levels of anxiety, and 0.8% have low levels of anxiety. At the level of anxiety, indicators such as the age of the pregnant woman education, marital status employment status, and which district is monitored are not statistically significant. If so, monthly household income, assessment of how psychologically prepared to become a mother, gestational age, frequency of pregnancies, and history of pregnancy risk.
Conclusion: 76.3 percent of pregnant women surveyed had high levels of anxiety. Anxiety in pregnant women is influenced by household income, frequency of pregnancies, history of previous chronic pregnancies, and gestational age. As women's due date approaches, anxiety is on the rise.

Key word: stress, late pregnancy, study