

EREDETI KÖZLEMÉNY

Post partumban lévő epilepsziás anyák alvásminőségének hatása az életmód egyes elemeire és a szoptatásra

MÁTÉ-PÓHR Kitti, MAROSFALVI Viktória, DR. HABIL. PAKAI Annamária, DR. KARÁCSONY Ilona

ÖSSZEFOGLALÁS

Célkitűzés: A post partum időszak különösen érzékeny élethelyzet az epilepsziával élő édesanyák számára, mivel az újszülött ellátásából fakadó alvásmegvonás, a hormonális változások és a fizikai terhelés együttesen növelhetik a rohamkockázatot. A romló alvásminőség nemcsak a neurológiai stabilitást befolyásolhatja, hanem az anyai életmód több területén is kedvezőtlen változásokat idézhet elő. Kutatásunk célja annak feltárása volt, hogy az epilepsziával élő édesanyák esetében milyen kapcsolat figyelhető meg a rohamok előfordulása, az alvásminőség, az életmódbeli szokások és a szoptatási attitűd között.

Vizsgálat módszere: Vizsgálatunkban 20, epilepsziával gondozott, egy évnél fiatalabb gyermeket nevelő édesanya vett részt. A félig strukturált interjúkat saját szerkesztésű kérdéssorral és az Iowa Infant Feeding Attitude Scale (IIFAS) alkalmazásával egészítettük ki.

Eredmények: Eredményeink azt mutatták, hogy a rohamokkal érintett anyák szignifikánsan rosszabb alvásminőségről számoltak be ($p=0,008$), és ez a különbség a gyermekágy első hat hónapjában még kifejezettebb volt ($p=0,002$). A csökkent alvásminőség negatívan befolyásolta a személyi higiéne fenntartását ($p=0,010$), valamint kedvezőtlenül hatott a szoptatáshoz való viszonyulásra is ($p=0,021$).

Következtetés: Az epilepsziával élő édesanyák post partum ellátása során kiemelt figyelmet igényel az alvásminőség nyomon követése, a rohamkockázat csökkentése, valamint a szoptatási folyamat személyre szabott támogatása. Különösen fontos a kockázati tényezők felismerése és az adekvát intervenciók alkalmazása.

Kulcsszavak: epilepszia, post partum időszak, alvásminőség, személyi higiéne, szoptatás, életmód

Impact of Sleep Quality in Postpartum Mothers with Epilepsy on Selected Lifestyle Factors and Breastfeeding

Kitti MÁTÉ-PÓHR, Viktória MAROSFALVI, Annamária PAKAI PHD HABIL, Ilona KARÁCSONY PHD

SUMMARY

Purpose: The postpartum period presents unique challenges for mothers living with epilepsy, as the combined effects of sleep deprivation, hormonal changes, and increased physical and emotional demands may elevate seizure susceptibility. Impaired sleep quality can have consequences not only for neurological stability but also for key aspects of maternal lifestyle. This study aimed to explore the associations between seizure occurrence, sleep quality, personal hygiene, nutritional habits, and breastfeeding attitudes among postpartum women with epilepsy.

Methods: Twenty mothers with a verified diagnosis of epilepsy, each caring for an infant under one year of age, participated in this cross-sectional qualitative study. Data collection consisted of semi-structured interviews, a self-developed questionnaire, and the Iowa Infant Feeding Attitude Scale (IIFAS).

Results: Mothers who experienced seizures reported significantly poorer sleep quality than those who did not ($p=0.008$), with an even stronger association observed within the first six postpartum months ($p=0.002$). Declining sleep quality was significantly associated with reduced capacity to maintain personal hygiene ($p=0.010$) and more negative breastfeeding attitudes ($p=0.021$).

Conclusion: Postpartum mothers with epilepsy represent a vulnerable group requiring targeted support. Sleep disruption and seizure activity may negatively influence self-care and breastfeeding attitudes, underscoring the importance of continuous monitoring and personalized guidance within nursing and health visitor services. These findings highlight the need for enhanced postpartum care strategies to mitigate seizure-related risks and promote optimal maternal well-being.

Keywords: epilepsy, postpartum period, sleep quality, breastfeeding, maternal lifestyle

MÁTÉ-PÓHR Kitti regionális oktatásszervező, mentőtiszt, Országos Mentőszolgálat, Nyugat-dunántúli Régió; tanársegéd, Pécsi Tudományegyetem, Egészségtudományi Kar, Sürgősségi, Egészségpedagógiai és Ápolástudományi Intézet, Oxiológiai, Sürgősségi Ellátási Tanszék; PhD-hallgató, Pécsi Tudományegyetem, Egészségtudományi Doktori Iskola
ORCID-azonosító:
0009-0003-0368-0144

MAROSFALVI Viktória

DR. HABIL. PAKAI Annamária mb. intézetigazgató-helyettes, Pécsi Tudományegyetem, Egészségtudományi Kar, Sürgősségi, Egészségpedagógiai és Ápolástudományi Intézet
ORCID-azonosító:
0000-0002-2849-1310

DR. KARÁCSONY Ilona adjunktus, Pécsi Tudományegyetem, Egészségtudományi Kar, Egészségtudományi Alapozó, Szülésznői és Védőnői Intézet, Védőnői és Prevenció Tanszék

Levelező szerző
(corresponding author):
MÁTÉ-PÓHR Kitti
E-mail: kitti.pohr@etk.pte.hu

Béérkezett: 2025. december 5.
Elfogadva: 2026. január 20.

Bevezetés

Az epilepszia a világ egyik leggyakoribb krónikus neurológiai betegsége, amely jelentős életminőség-romlást okozhat, különösen a reprodukív korú nők esetében. A betegség lefolyását és a rohamok előfordulását számos biológiai, hormonális és életmódbeli tényező befolyásolja, és ezek közül a várandósság és a szülést követő időszak kiemelt jelentőséggel bír. Az epilepsziával élő nők körében a terhesség és a post partum időszak a rohamgyakoriság változásával járhat együtt, amelynek egyik meghatározó faktora az alvásmintázat módosulása (Birnbaum et al., 2020).

A gyermekágyas időszak természetes velejárója az alvásmegvonás, az éjszakai ébredések és a fokozott fizikai-pszichés megterhelés, amelyek önmagukban is károsíthatják a neurológiai stabilitást. A nemzetközi szakirodalom kiemeli, hogy a csökkent alvásmennyiség és az alvás töredezettsége rohamprovokáló tényező lehet az epilepsziával élő nők számára (Toprani et al., 2022). A rohamaktivitás növekedése a post partum első hat hónapjában a legkifejezettebb (Christensen et al., 2015). A hormonális változások, a szoptatással járó megterhelés és a mindennapi gondozási feladatok tovább növelik ennek a sérülékeny csoportnak a kockázati profilját (Danielsson et al., 2018). A rohamok jelenléte azonban nemcsak az anyai egészségre és neurológiai státuszra van hatással, hanem az életmód több területére is. A személyi higiéné fenntartása a post partum időszakban általánosságban is megnehezülhet, ugyanakkor az epilepsziával élő édesanyák esetében ez még inkább sérülékeny terület lehet, részben a fokozott fáradékonyság, részben a rohamokkal kapcsolatos félelmek miatt (Vanya et al., 2016). A szoptatáshoz való viszonyulásra ugyancsak jelentős hatást gyakorolhat a betegség és annak kezelésével kapcsolatos aggodalom, illetve a rohamok szoptatás alatti bekövetkezésétől való félelem (Birnbaum et al., 2020). Ugyanakkor a gyógyszeres kezelés és a rohamkontroll stabilitása a szoptatás sikerességének egyik meghatározó tényezője (Unal et al., 2020).

A hazai szakirodalom mindezek ellenére kevés adatot közöl az epilepsziával élő édesanyák post partum életmódjának sajátosságairól. A nemzetközi tanulmányok alapján azonban feltételezhető, hogy a rohamok gyakorisága és az alvásminőség romlása szoros kapcsolatban áll a személyi higiénével, a táplálkozási szokásokkal, valamint a szoptatásra irányuló attitűddel (Pennell et al., 2020; Sveberg et al., 2015).

A védőnői ellátás szempontjából mindez különösen releváns, hiszen a védőnők azok a szakemberek,

akik a leggyakrabban és a legközvetlenebb módon találkoznak az epilepsziával élő édesanyákkal a post partum időszakban. Feladatuk nemcsak a fizikai állapot monitorozása, hanem az alvásminőség, a rohamkockázat, a szoptatási nehézségek, valamint az életmód egyéb aspektusainak támogatása is (Meador et al., 2020).

Kutatásunk célja annak feltárása volt, hogy az epilepsziával élő édesanyák esetében milyen kapcsolat figyelhető meg a rohamok jelenléte, az alvásminőség, az életmódbeli szokások és a szoptatási attitűd között a post partum időszakban. Vizsgálatunk eredményei hozzájárulhatnak ahhoz, hogy a védőnői és ápolói gyakorlat személyre szabottabb, hatékonyabb támogatást nyújthasson ennek a különösen sérülékeny csoportnak.

Anyag és módszer

A kutatás keresztmetszeti, kvalitatív vizsgálati elrendezésben készült, amelynek célja az epilepsziával élő édesanyák post partum időszakban tapasztalt alvásminőségének, életmódbeli szokásainak és szoptatási attitűdjének feltárása volt. A vizsgálat 2023 szeptember és 2024 februárja között zajlott, online adatfelvételi módszer alkalmazásával. A kutatásban 20, epilepsziával diagnosztizált édesanya vett részt ($n=20$), akik egy évnél fiatalabb gyermeket neveltek. Beválasztási kritérium volt a 18. életév betöltése, igazolt epilepszia diagnózis, legalább egy, 12 hónapnál fiatalabb gyermek gondozása, magyar nyelvű kommunikációs készség, önkéntes részvétel. Kizárási kritérium volt minden olyan állapot vagy betegség, amely a rohamaktivitást a vizsgálati kérdésektől függetlenül jelentősen befolyásolhatta volna, valamint a hiányos vagy értékelhetetlen adatlap.

Az adatgyűjtés online kérdőív és félig strukturált interjú formájában történt.

Az alkalmazott eszközeink a saját szerkesztésű kérdőív, amelynek kérdéskörei az alábbiak: demográfiai adatok (életkor, családi állapot, iskolai végzettség), betegségre és rohamgyakoriságra vonatkozó információk, az alvásminőségre, személyi higiénéire és táplálkozási szokásokra irányuló kérdések, és szoptatással kapcsolatos tapasztalatok. Továbbá az Iowa Infant Feeding Attitude Scale (IIFAS) magyar nyelvre adaptált változata, amely a szoptatáshoz való attitűd mérésére szolgál (17 állítással). Félig strukturált online interjút készítettünk (49 kérdés), amely mélyebb betekintést adott az édesanyák személyes élményeibe, a rohamokkal kapcsolatos megélésekbe és a post partum időszak kihívásaiba.

A kérdőív anonim módon volt kitölthető, az interjúk pedig a résztvevők előzetes beleegyezésével

kerültek rögzítésre. A kvantitatív adatok feldolgozása az SPSS 26.0 statisztikai programmal történt.

Az elemzés során leíró statisztikákat, független mintás t-próbát és korrelációs számítást alkalmaztunk, a szignifikanciaszintet $p < 0,05$ értékben határozva meg. A kvalitatív adatok tematikus elemzése kézi kódolással valósult meg. A kódolási folyamat négy lépésben zajlott: szöveg szerinti átolvasás, kezdeti kódok képzése, kategóriák kialakítása, témák azonosítása és értelmezése.

A kvantitatív és kvalitatív eredményeket összehangoltan értékeltük, hogy komplex képet kapjunk az epilepsziával élő édesanyák post partum életminőségéről. A vizsgálat önkéntes részvételen alapult, a résztvevők anonimitása és adataik bizalmas kezelése biztosítva volt. A kutatás minden tekintetben megfelelt az etikai előírásoknak, és a résztvevők tájékozott beleegyező nyilatkozatot tettek.

Eredmények

A vizsgálatban részt vevő 20, epilepsziával élő édesanya válaszai alapján egyértelmű összefüggések rajzolódtak ki a rohamok előfordulása, az alvásminőség, a személyi higiéné és a szoptatási attitűd között. A minta demográfiai és anamnesztikus jellemzői változatos képet mutattak, ugyanakkor a post partum időszak sajátosságai minden résztvevőnél meghatározó szerepet játszottak.

Demográfiai adatok

A megkérdezettek átlagéletkor 31,6 év ($SD=4,98$). A legfiatalabb 20 éves, a legidősebb 41 éves volt. Az édesanyák fele (50%-a) egyetemet végzett. Az édesanyák másik fele a következő eloszlásban végzett iskolát: OKJ 1 fő (5%), középiskola 2 fő (10%), szakiskola 2 fő (10%), érettségi 2 fő (10%), gimnázium 2 fő (10%), főiskola 1 fő (5%). A lakóhelyi eloszlás szerint az interjúalanyok közül 11 fő (55%) él városban, 9 fő (45%) pedig faluban. Az édesanyák közül 7-en (35%) egygyermekesek, 10-en (50%) kétgyermekesek, 3-an (15%) pedig háromgyermekesek. A legkisebb gyermekek ($n=20$) átlagéletkora 7,95 hónap volt. A legfiatalabb 2 hónapos, a legidősebb 12 hónapos volt. A megkérdezettek közül 18 fő (90%) házas, 2 fő (10%) pedig élettársi kapcsolatban él.

Az epilepszia betegség jellemzői, rohamok előfordulása

A gondozottak közül 4 fő (20%) havi szinten, 5 fő (25%) fél évente, 11 fő (55%) évente jár epilepszia-gondozásra. A kezelések eloszlásáról a következő-

képpen nyilatkoztak: 18 fő (90%) gyógyszeres kezelést kap, 1 fő (5%) egyéb eljárásban részesül, például elektródás beültetés, 1 fő (5%) pedig nem kap semmilyen kezelést sem. Az interjúalanyok közül 10 főnek (50%) vannak rohamai, 10 főnek (50%) pedig nincsenek. A válaszadók közül 5 főnek (50%) volt havonta roham, míg 1 főnek (10%) hetente, 1 főnek (10%) fél évente, 3 főnek (30%) pedig évente. A rohamok tünetei a következőképpen oszlottak meg: 14 főnek járt eszméletvesztéssel, további 14 főnek remegéssel és/vagy rángatózással, 7 főnek pedig egyéb más tünetekkel, például beszédképtelenséggel, hátrafele szült nyak. A rohamokat kiprovokáló tényezők közül az alvásmegvonást említette 10 fő (42%), a stresszt és az elektronikai eszközök használatát pedig 7 fő (29%) mondta mindkét esetben. Az édesanyák közül 14 főnek (70%) nem volt roham a gyermekágyi időszakban, míg 6 főnek (30%) igen.

Rohamok és alvásminőség

A megkérdezettek közül 11 fő (55%) elégedett volt az alvásával a szülést követő hat hónapon belül, míg 9 fő (45%) nem volt elégedett. Az édesanyák 10%-a 1 és 5 óra között tud aludni egy nap, míg a 90%-a 6 és 10 óra között. A 20 fő közül 6-an (30%) nyilatkoztak azt, hogy nagyon, 6-an (30%) azt, hogy közepesen, 8-an (40%) pedig azt, hogy kevésbé érzik magukat kipihentnek. A válaszadók közül 14-en (70%) azonnal el tudnak aludni lefekvés után, 5-en (25%) nem, és 1 főnél (5%) pedig változó, hogy mikor alszik el. Az édesanyák közül 1 fő (5%) egyszer sem szokott felébredni éjszaka, 12 fő (60%) 1 és 4 alkalom között ébred fel, 5 fő (25%) 5-6 alkalommal ébred fel, míg 2 főnél (10%) egyéni okok miatt történik az ébredés, például éjszakai szoptatások miatt. Az interjúalanyok közül 6 fő (30%) reggel, már ébresztő előtt ébren szokott lenni, 9 fő (45%) ébresztőre kel, 2 fő (10%) vegyesen, ébresztő előtt és ébresztőre is szokott kelni, míg 3 fő (15%) egyéni okok miatt, például a kisgyermek miatt kel fel reggel. Az édesanyák közül 11 fő (55%) úgy érzi, elegendő alszik ahhoz, hogy ellássa a mindennapi feladatait, míg közülük 9 fő (45%) nem érzi úgy. A válaszadók közül 14 fő (70%) érzett napközben álmoságot, míg 6 fő (30%) nem érzett. Ebben a kérdéskörben az alvásminőségre ható tényezőket vizsgáltuk 8 kérdéssel, amelyek összesítése után, a maximálisan elérhető pontszám 15 volt. Összesítés után az átlag 5,4 lett ($SD=3,07$). A minimumérték 1, a maximumérték 10.

A kutatás egyik legmarkánsabb eredménye, hogy a rohamokkal érintett édesanyák szignifikánsan rosszabb alvásminőségről számoltak be, mint azok, akik a vizsgálati időszakban nem tapasztaltak rohamot.

Az alvásminőség romlása és a rohamok jelenléte szignifikánsan összefügg ($p=0,008$). Külön kiemelendő, hogy ez az összefüggés a szülést követő első hat hónapban még erőteljesebbnek bizonyult, amikor az éjszakai ébredések és a fizikai terhelés a legintenzívebb ($p=0,002$).

Személyi higiéné

A személyi higiénét a mellápolásra, tisztálkodásra, tiszta ruha használatára és az intim higiénére vonatkozó kérdésekkel vizsgáltuk meg. Ebben a témakörben az első kérdés a szoptatás utáni mellápolásra vonatkozott, amelyben a válaszadók közül 10 fő (50%) azt nyilatkozta, hogy semmilyen módon nem ápolta a melleit, 8 fő (40%) azt nyilatkozta, hogy megmosta, 1 fő azt (5%), hogy kenőccsel ápolta, 1 fő azt (5%), hogy meg is mosta, illetve kenőccsel is kezelte a melleit. Az édesanyák közül 2 fő (10%) minden alkalommal fejte melleit a szoptatások után, 2 fő (10%) naponta/naponta többször fejte, további 2 fő (10%) ritkán fejte, és 14 fő (70%) soha nem fejte a melleit. Az interjúalanyok közül 15-en (75%) naponta minimum egyszer megfürödtek, míg 5-en (25%) naponta több alkalommal is. A válaszadók közül 20-an (100%) használtak testi higiénére, 13-an (65%) arcápolásra, 14-en (70%) fogápolásra, 5-en (25%) intim higiénére alkalmas tisztálkodási szereket. A személyi higiéné fenntartása a post partum időszakban általánosságban is nehezített, de a rohamokkal érintett anyák esetében további terhelő tényezők figyelhetők meg.

A kutatás eredményei azt mutatták, hogy a rohamot átélt édesanyák körében a személyi higiéné ellátottsága szignifikánsan kedvezőtlenebb volt a rohammentes anyákhoz képest ($p=0,010$).

A leggyakrabban érintett területek a testápolás (napi tisztálkodás gyakorisága), szájhigiéné, intim higiéné, mellápolás (szoptató édesanyák esetében).

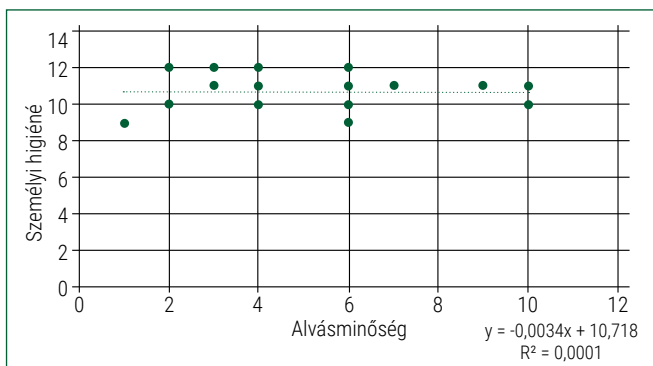
A résztvevők beszámolója alapján a higiéné romlásának fő oka a fokozott fáradtság, az időhiány és a rohamok miatti bizonytalanságérzés volt.

Az alvásminőség és a személyi higiéné mutatója között nem igazolódott szignifikáns kapcsolat ($r=0,011$, $p=0,963$) (1. ábra).

Táplálkozási szokások

A táplálkozással kapcsolatos kérdőíves adatok elemzése nem mutatott szignifikáns kapcsolatot sem a rohamok jelenlétével, sem az alvásminőséggel ($r=0,003$, $p=0,989$).

1. ábra: Alvásminőség és a személyi higiéné átlagértékeinek összehasonlítása ($n=20$)



Ez arra utal, hogy bár az epilepsziával élő édesanyák táplálkozása egyénileg eltérhet, a rohamok és az alvásminőség nem gyakoroltak mérhető hatást ezekre a szokásokra a vizsgálati mintában.

Szoptatási attitűd (IIFAS)

Az édesanyák közül 9-en (45%) szoptattak, míg 11-en (55%) nem. Azok közül, akik nem szoptattak, 6 fő (67%) nyilatkozta azt, hogy gyógyszerek miatt nem tud szoptatni, míg 3 fő (33%) a tejtermelés be nem indulására hivatkozott. A maradék 2 fő nem nyilatkozott arról, hogy miért nem szoptat. A szoptatási attitűd felmérésére egy IIFAS-kérdőívet használtunk, amelyben 17 állítás volt, ezekre 1 és 5 közötti értéket kellett a válaszadóknak megadni, attól függően, hogy valamivel egyetértettek (5) vagy nem értettek egyet (1). A szoptatáshoz való viszonyulás (IIFAS-pontszám) és a rohamok előfordulása között szignifikáns negatív kapcsolat mutatkozott. A rohamokkal érintett édesanyák nagyrészt bizonytalanabb, kevésbé pozitív attitűdöt képviseltek ($p=0,021$). Az interjúk során többen kiemelték a félelmüket a szoptatás közbeni esetleges rohamtól, a kétségeiket az antiepileptikumok szoptatás melletti biztonságosságával kapcsolatban, a túlzott fáradtságot, mint akadályozó tényezőt.

A kvantitatív eredmények és a kvalitatív megjegyzések összhangja megerősíti, hogy az epilepsziával élő édesanyák szoptatási attitűdjét erősen befolyásolja az állapotuk stabilitásával kapcsolatos bizonytalanság.

Megbeszélés

A vizsgálat eredményei alapján elmondható, hogy a rohamok jelenléte rontja az alvásminőséget, a rosszabb alvásminőség és rohamaktivitás együtt jár a személyi higiéné csökkenésével, a táplálkozási szo-

kásokat a rohamok és az alvásminőség nem befolyásolták szignifikánsan, a rohamok a szoptatási attitűd romlásával is összefüggést mutattak. Ezek az összefüggések kiemelik, hogy az epilepsziával élő édesanyák post partum támogatása komplex, többdimenziós megközelítést igényel. A vizsgálat eredményei jól illeszkednek ahhoz a nemzetközi szakirodalmi összképhez, amely szerint az epilepsziával élő nők post partum időszaka a rohamkockázat növekedésével, az alvásminőség romlásával és az életmódbeli szokások többdimenziós sérülékenységevel jár együtt. A rohamok gyakoriságának növekedése a szülés utáni hónapokban széles körben dokumentált jelenség (Pennell et al., 2020; Sveberg et al., 2015), amelyben az alvásminőség csökkenése központi szerepet tölt be. Eredményeink megerősítik ezt az összefüggést: a rohamot tapasztaló édesanyák szignifikánsan rosszabb alvásminőségről számoltak be, különösen a post partum első hat hónapjában, amikor az alvásmegvonás a legkifejezettebb.

A vizsgálat továbbá rávilágított arra, hogy az alvásminőség romlása és a fokozott rohamaktivitás a személyi higiéné fenntartását is kedvezőtlenül érinti. A szakirodalom szerint az epilepsziával élők körében a fokozott fáradékonyság és a rohamokkal kapcsolatos bizonytalanság csökkentheti a mindennapi önellátási készségek hatékonyságát (Vanya et al., 2016), ami vizsgálatunkban is megmutatkozott. A résztvevők beszámolóai alapján a higiénés rutinok romlásának elsődleges okai nem motivációhiányra, hanem fizikai és pszichés kimerültségre vezethetők vissza.

A szoptatási attitűddel kapcsolatos eredmények fontos gyakorlati következtetéseket hordoznak a védőnői és ápolási ellátás számára. Nemzetközi vizsgálatok igazolják, hogy az epilepsziával élő édesanyák gyakran kételkednek abban, hogy antiepileptikumok szedése mellett biztonságosan szoptathatnak (Birnbaum et al., 2020), és sok esetben tartanak a szoptatás közben bekövetkező rohamtól. A mi eredményeink is arra utalnak, hogy a rohamok előfordulása negatívan befolyásolja a szoptatáshoz való viszonyulást, amit a kedvezőtlenebb IIFAS-értékek is tükröznek. Ugyanakkor a rohamkontroll stabilizálása és a gyógyszeres terápia megfelelő beállítása jelentősen javíthatja a szoptatás sikerességét (Unal et al., 2020).

A táplálkozási szokások tekintetében nem mutatkozott szignifikáns eltérés a rohamot tapasztaló és rohammentes anyák között. Ez összhangban áll azokkal a kutatásokkal, amelyek szerint a táplálkozás kevésbé érzékeny terület a post partum rövid időszakában, és nagyobb mértékben függ az anya megszokott életvitelétől, mint a rohamaktivitás alakulásától (Christensen et al., 2015).

A vizsgálat eredményei több gyakorlati következtetést fogalmaznak meg a védőnői és ápolói ellátás számára. Az alvásminőség monitorozása és az alvásminotázat változásainak nyomon követése alapvető fontosságú az epilepsziával élő édesanyák esetében, hiszen ezek a jelek korai indikátorai lehetnek a rohamkockázat növekedésének (Toprani et al., 2022). A szakembereknek támogatniuk kell az anyákat az alvási rutinfegyelem kialakításában, a tehermentesítő stratégiák alkalmazásában és a megfelelő segítség igénybevételében.

Szintén kiemelt terület a szoptatás támogatása. A szakirodalom alapján az antiepileptikumok többsége kompatibilis a szoptatással (Birnbaum et al., 2020), azonban az anyák bizonytalansága gyakran csökkenti a szoptatási hajlandóságot. A védőnők edukációs szerepe ezért meghatározó: világos, bizonyítékalapú információkat kell nyújtaniuk a gyógyszeresedés és a szoptatás kapcsolatáról, valamint kezelniük kell a rohamokkal kapcsolatos félelmeket.

Összességében kutatásunk rávilágít arra, hogy az epilepsziával élő édesanyák post partum támogatása komplex szemléletet igényel. A fiziológiai, pszichés és életmódbeli tényezők szoros összefonódása miatt a védőnőknek és ápolóknak átfogó, személyre szabott megközelítést kell alkalmazniuk. A rohamkockázat monitorozása, az alvásminőség javítására irányuló intervenciók, a higiénés rutinok erősítése és a szoptatás támogatása mind hozzájárulhatnak az anyai jóllét és a biztonságos gyermekgondozás megvalósításához.

A vizsgálat eredményei egyértelműen rávilágítanak arra, hogy az epilepsziával élő édesanyák post partum időszaka több szempontból is sérülékenyebb, mint az egészséges édesanyáké. A rohamok előfordulása szoros összefüggést mutatott a csökkent alvásminőséggel, amely a gyermekgondozás első hónapjaiban volt a legkifejezettebb. A romló alvásminőség nemcsak a neurológiai stabilitást veszélyeztette, hanem a mindennapi életvezetést is befolyásolta, különösen a személyi higiéné fenntartásának nehézségein keresztül.

A szoptatási attitűd romlása szintén összefüggésbe hozható a rohamokkal és az alvásminőség csökkenésével. Bár a táplálkozási szokások nem mutattak szignifikáns eltérést, a higiénés rutinok és a szoptatáshoz való hozzáállás érzékenyen reagált a post partum terhelésekre és a betegség instabilitására.

A kutatás eredményei hangsúlyozzák, hogy a rohamkockázat nyomon követése, az alvásminőség monitorozása, a higiénés nehézségek korai felismerése, a szoptatási bizonytalanságok feltárása és oldása kulcsfontosságú feladat a védőnői és ápolói gyakorlatban.

A személyre szabott támogatás, a bizonyítékalapú edukáció, valamint a pszichés és gyakorlati segítség egyaránt hozzájárulhat az epilepsziával élő édesanyák biztonságos post partum időszakához. A kutatás eredményei további vizsgálatok alapjául szolgálhatnak, különösen az alvásminőség javítását célzó intervenciók és az epilepsziával élő anyák szoptatási támogatásának hatékonysága terén.

Szerzői munkamegosztás: M. V., M. P. K.: Irodalomkutatás, a kézirat megszövegezése. K. I., M. P. K.,

K. P. A.: A vizsgálat megtervezése. M. V.: Adatok gyűjtése. M. P. K., K. I., M. V., K. P. A.: Statisztikai elemzés. K. P. A.: A kézirat véleményezése. A közlemény más folyóiratban korábban nem jelent meg és nem került beküldésre. A szerzői útmutatót valamennyi szerző elolvasta. A cikk végleges változatát valamennyi szerző elolvasta és jóváhagyta.

Anyagi támogatás: A kutatómunka anyagi támogatásban nem részesült.

Érdekltségek: A szerzőknek nincsenek érdekltségeik.

Irodalomjegyzék

- Birnbaum, A. K., Meador, K. J., Karanam, A., Brown, C., May, R. C., Gerard, E. E., ... Pennell, P. B. (2020). Antiepileptic drug exposure in infants of breastfeeding mothers with epilepsy. *JAMA Neurology*, 77(4), 441–450. <https://doi.org/10.1001/jamaneurol.2019.4443>
- Christensen, J., Pedersen, H. S., Kjaersgaard, M. S., Parner, E. T., Vestergaard, M., Sørensen, M. J., ... Hammer Bech, B. (2015). Apgar-score in children prenatally exposed to antiepileptic drugs: A population-based cohort study. *BMJ Open*, 5, e007425. <https://doi.org/10.1136/bmjopen-2014-007425>
- Danielsson, K. C., Borthen, I., Gilhus, N. E., & Morken, N. H. (2018). The effect of parity on risk of complications in pregnant women with epilepsy: A population-based cohort study. *Acta Obstetricia et Gynecologica Scandinavica*, 97, 1006–1014. <https://doi.org/10.1111/aogs.13391>
- Meador, K. J., Pennell, B. P., May, R. C., Brown, C., Baker, G., Bromley, R., ... Thomas, S. V. (2020). Effects of periconceptional folate on cognition in children of women with epilepsy: NEAD study. *Neurology*, 95(8), e729–e740. <https://doi.org/10.1212/WNL.00000000000010153>
- Pennell, B. P., French, J. A., May, R. C., Gerard, E. E., Kalayjian, L., Penovich, P., ... Meador, K. J. (2020). Changes in seizure frequency and antiepileptic therapy during pregnancy. *The New England Journal of Medicine*, 383, 2547–2556. <https://doi.org/10.1056/NEJMoa2001468>
- Sveberg, L., Svalheim, S., & Taubøll, E. (2015). The impact of seizures on pregnancy and delivery. *Seizure*, 28, 35–38. <https://doi.org/10.1016/j.seizure.2015.02.020>
- Toprani, S., Meador, K. J., Robalino, C. P., Brown, C. A., Matthews, G. A., Gerard, E. E., ... Pennell, P. B. (2022). The effect of epilepsy on sleep quality during pregnancy and postpartum. *Neurology*, 99(15), e1584–e1597. <https://doi.org/10.1212/WNL.000000000000200959>
- Unal, C., Tanacan, A., Fadiloglu, E., Portakal, O., & Bekşac, M. (2020). Effect of anti-epileptic drugs on first trimester screening test results. *Taiwanese Journal of Obstetrics and Gynecology*, 59(6), 835–837. <https://doi.org/10.1016/j.tjog.2020.05.015>
- Vanya, M., Devosa, I., Szok, D., & Bártfai, G. (2016). Epilepsziával szövődött terhesség preconceptionalis és perinatalis kihívásai. *Orvosi Hetilap*, 157(31), 563–568. <https://doi.org/10.1556/650.2016.30443>
- Vitturi, B. K., Cabral, F. B., & Cukiert, C. M. (2019). Outcomes of pregnant women with refractory epilepsy. *Seizure*, 66, 251–257. <https://doi.org/10.1016/j.seizure.2018.12.020>
- Yu Huang, C., Mei Dai, Y., Min Feng, L., & Li Gao, W. (2020). Clinical characteristics of pregnant women with epilepsy in China. *Annals of Palliative Medicine*, 9(4), 2442–2447. <https://doi.org/10.21037/apm.2020.03.07>

SZABADON VÁLASZTHATÓ ELMÉLETI TOVÁBBKÉPZÉSI PONT SZERZÉSI LEHETŐSÉG

Kedves Olvasóink!

Örömmel értesítjük Önöket, hogy folyamatosan biztosítjuk az e-továbbképzésekre történő jelentkezés lehetőségét a MESZK honlapján keresztül. Jelenleg négy e-továbbképzési anyag érhető el a korábbi lapszámokból. Ne hagyják ki ezt a lehetőséget, és fejlesszék tudásukat a szakmai fejlődés érdekében!

Az e-továbbképzéseket az alábbi oldalon tudják elvégezni: **oktatas.meszk.hu**

Üdvözlettel: A NŐVÉR Szerkesztősége