

**Improvement of the breastfeeding self-efficacy and postpartum mental health after lactation consultations - Observational study. *Midwifery*. 2021;94:102905. doi:10.1016/j.midw.2020.102905**

Chrzan-Dętkoś M, Walczak-Kozłowska T, Pietkiewicz A, Żołnowska J.

Celem pracy była ocena skuteczności konsultacji laktacyjnych we wzmacnianiu poczucia własnej skuteczności w okresie karmienia piersią oraz wpływ opieki laktacyjnej na stan zdrowia psychicznego matki po porodzie.

Badanie przeprowadzono w ramach programu opieki psychologiczno-laktacyjnej „Macierzyństwo krok po kroku” finansowanego w całości ze środków Miasta Gdańska. W badaniu wzięło udział 90 pacjentek poradni laktacyjnej i 70 osób z grupy kontrolnej. Uczestniczki wypełniły ustrukturyzowany wywiad, Kwestionariusz do oceny poczucia własnej skuteczności w karmieniu piersią Breastfeeding Self-Efficacy Scale i Kwestionariusz Ogólnego Stanu Zdrowia GHQ-28, który służy do oceny stanu zdrowia psychicznego. Kwestionariusze były wypełniane dwukrotnie: przed konsultacją laktacyjną i miesiąc później. Uzyskane wyniki wskazują, że kobiety starające się o wsparcie laktacyjne wykazywały większe problemy ze zdrowiem psychicznym, podczas gdy ich poczucie własnej skuteczności w karmieniu piersią było podobne do grupy kontrolnej. Poczucie własnej skuteczności w okresie karmienia piersią było ujemnie skorelowane z nasileniem poporodowych problemów psychicznych. Miesiąc po konsultacjach laktacyjnych u matek zaobserwowano znaczny wzrost poczucia własnej skuteczności w okresie karmienia piersią oraz istotną redukcję objawów problemów ze zdrowiem psychicznym (objawy somatyczne, zaburzenia czynnościowe oraz lęk i bezsennaść).

Wnioski: Kobiety zgłaszające się do poradni laktacyjnej mogą wykazywać objawy zaburzeń psychicznych, które mogą wiązać się z trudnościami w karmieniu piersią. Wzmocnienie pewności karmienia piersią podczas konsultacji laktacyjnych może przełożyć się na poprawę zdrowia psychicznego kobiety. Położne i konsultanci laktacji mogą mieć wpływ na promocję

zdrowia psychicznego, oferując interwencje związane z karmieniem piersią, które odpowiadają na emocjonalne potrzeby matki.