

Zakład Pielęgniarstwa Klinicznego
Instytut Pielęgniarstwa WOZ CM UJ w Krakowie
Jagiellonian University Medical College
Faculty of Health Care
Institute of Nursing in Krakow

KRYSTYNA TWARDUŚ, MIECZYŚLAWA PEREK,
BOŻENA KRZECZOWSKA

***Knowledge, attitudes and behaviors among female students
as regards prophylaxis of neural tube defects***

**Wiedza, postawy i zachowania studentek
w zakresie profilaktyki wad cewy nerwowej**

Wady cewy nerwowej stanowią grupę nieprawidłowości rozwojowych o zróżnicowanej postaci klinicznej i etiologii. Powstają one w wyniku zaburzenia procesu zamykania się cewy nerwowej w pierwszym miesiącu życia płodowego, czyli wtedy, kiedy kobieta najczęściej nie wie, że jest w ciąży. W populacji polskiej wady te występują z częstotliwością 1,5 – 2 na 1000 urodzeń i stanowią częstą przyczynę umieralności okołoporodowej i umieralności niemowląt. Wady cewy nerwowej są uwarunkowane genetycznie. Zarówno dane epidemiologiczne jak i badania rodzinne wskazują, że w procesie ich powstawania istotną rolę odgrywają czynniki środowiskowe. Wśród nich podkreśla się rolę diety, a szczególnie niedobór kwasu foliowego w okresie przed zajściem w ciążę i w pierwszych tygodniach ciąży. Badania potwierdziły, że podawanie folianów kobietom w tym okresie redukuje o ponad 50% występowanie wad cewy nerwowej u ich potomstwa [1, 3, 4].

Skala zjawiska i ograniczone możliwości leczenia uzasadniają ogromne znaczenie profilaktyki wad cewy nerwowej. Do niedawna ograniczano się tylko do profilaktyki wtórnej, zmierzającej do zmniejszenia częstości wystąpienia tej wady u noworodków. Dzięki badaniom zainicjowanym przez Czeizela w wielu krajach wprowadzono stosowanie kwasu foliowego u kobiet w okresie okołokoncepcyjnym jako pierwotną profilaktykę zmniejszającą ryzyko wystąpienia tych wad u płodu. Od początku lat 90 – tych US Public Health Service zalecił stosowanie kwasu foliowego wszystkim kobietom w wieku prokreacyjnym [2].

W Polsce upowszechnienie podawania kwasu foliowego kobietom w wieku rozrodczym zostało zapisane jako jedno z zadań Narodowego Programu Zdrowia na lata 1996 – 2005. Od 1998 roku realizowany jest program profilaktyki pierwotnej wad cewy nerwowej, oparty na zaleceniach Polskiego Zespołu Ekspertów. Program ten zakłada trzy podstawowe obszary zadań wobec ogółu kobiet w wieku rozrodczym, a mianowicie propagowanie żywienia bogatego w witaminy z grupy B i kwas foliowy, codziennego przyjmowania dawki 0,4 mg kwasu foliowego, a także wzbogacanie żywności kwasem foliowym. Zalecenia powyższe są głęboko uzasadnione [6].

Spożycie folianów w naszym kraju jest niskie, a ponadto nawet w przypadku pełnej realizacji zaleceń żywieniowych, zgrupowanych w tzw. piramidzie zdrowego żywienia, nie zawsze zapotrzebowanie na folacynę jest pokrywane [5]. W Polsce nie ma dotąd rzetelnych informacji na temat wiedzy o kwasie foliowym i niewiele mówi się o jego roli w profilaktyce wad wrodzonych. Również w niewielkim stopniu zauważalna jest w mediach kampania folacynowa i wnosi mało praktyczne informacje.

Planowane rodzicielstwo i profilaktyczne przyjmowanie kwasu foliowego może znacząco zmniejszyć występowanie ciężkich wad układu nerwowego. Niezbędnym elementem w zapobieganiu wadom cewy nerwowej jest wiedza kobiet o roli kwasu foliowego oraz wynikające z niej postawy prozdrowotne.

Celem badania była ocena wiedzy studentek oraz ich postaw i zachowań związanych z profilaktyką folianową.

MATERIAŁ I METODY

Badanie przeprowadzono w dwóch uczelniach w Krakowie na przełomie lutego i marca 2003 roku. Uczestniczyło w nich 185 studentek pierwszego roku studiów dziennych, w przedziale wiekowym 19 – 22 lat. W badanej grupie 97,8% studentek było stanu wolnego, 2,2% to mężatki (w tym dwie z nich posiadały dzieci), 56,7% mieszkało w mieście a 3,3% na wsi.

W badaniach zastosowano metodę sondażu diagnostycznego, wykorzystując autorski kwestionariusz ankiety.

WYNIKI BADAŃ

Z uzyskanych danych wynika, że ciąża powinna być planowana i należy się do niej przygotować, tak uważało 86,4% ankietowanych studentek. Większość (81%) jest zdania, że wadom wrodzonym u płodu można zapobiegać, ale tylko 55,1% respondentek umiała powiązać niedobór kwasu foliowego z wadą cewy nerwowej. O tym, że profilaktyczne zażywanie kwasu foliowego powinno obejmować cały okres prokreacyjny wiedziały tylko 1/3 ankietowanych studentek. Ponad połowa (54,1%) podawała, że aby skutecznie zapobiegać wadom cewy nerwowej wystarczy przyjmować kwas foliowy tylko w ciąży. Żadna z respondentek nie udzieliła poprawnej odpowiedzi dotyczącej przedziału czasu, w jakim kobieta planująca ciążę, a nie przyjmująca dotychczas kwasu foliowego powinna stosować profilaktykę w celu uniknięcia ryzyka urodzenia dziecka z wadą układu nerwowego. W badanej grupie 27% studentek twierdziło, że należy przyjmować profilaktycznie kwas foliowy kilka miesięcy przed ciążą, bez dalszej kontynuacji. Zdaniem 52% wystarczy rozpocząć zażywanie folianów dopiero w ciąży.

Dla kobiet w wieku prokreacyjnym prawidłowo odżywiających się zaleca się przyjmowanie preparatów witaminowych zawierających w jednej codziennej dawce 0,4 mg kwasu

foliowego. Tylko 31,8% ankietowanych studentek wskazała poprawnie dawkę, natomiast pozostałe nie udzieliły odpowiedzi, lub podały nieprawidłową.

W przypadku wad cewy nerwowej najbardziej poznanych i udokumentowanym środowiskowym czynnikiem ryzyka jest żywienie. Dlatego w ankiecie pytano studentki o znajomość produktów spożywczych bogatych w kwas foliowy. W grupie respondentek 36,6% deklaroowało znajomość tych produktów, ale tylko połowa z nich potrafiła wymienić dwa. Niewielki odsetek badanych (16,2%) uwzględniał produkty bogate w kwas foliowy w codziennym jadłospisie, pozostałe osoby wybierając produkty do spożycia nie zwracały uwagi na zawartość w nich folianów. W badaniu poddano także analizie picie kawy i palenie papierosów, jako jednych z czynników obniżających stężenie folacyny w organizmie. Prawie połowa badanych (49,7%) pije codziennie kawę, w tym większość kilka razy dziennie. Zdecydowana większość respondentek (81,6%) nie pali papierosów, natomiast wśród palących przeważały te, które wypalają kilka papierosów w ciągu dnia.

W badaniach analizowano także postawy i zachowania studentek związane z profilaktyką folianową. W całej grupie studentek 96,8% nie zażywa kwasu foliowego. Jako przyczynę takiego zachowania 36,2% podało brak wiedzy, 26,5% wskazało na niepełną wiedzę a 30 % twierdziło, że nie zażywa folianów, ponieważ nie planuje w najbliższym czasie ciąży. W grupie studentek nie zażywających folianów – 7,3% odpowiedziało, że posiada informacje na temat profilaktyki, ale nie stosuje się do zaleceń, nie uzasadniając jednocześnie swojego postępowania.

Wśród 185 studentek objętych badaniem tylko sześć zażywało regularnie kwas foliowy w dawce 0,4 mg. Dwie respondentki zażywa kwas foliowy od ponad 2 lat, a pozostałe od kilku miesięcy. Wszystkie studentki zamierzają kontynuować suplementację do czasu urodzenia dzieci. Respondentki przyjmujące kwas foliowy wskazały, że wiedzę w tym zakresie uzyskały od lekarza ginekologa, rodziców a także z ulotek.

Ponad połowa respondentek (53,5%) deklaruje w przyszłości zażywać kwas foliowy, 46,5% nie jest zdecydowana, co najprawdopodobniej wynika z braku rzetelnej wiedzy na temat profilaktyki folianowej. Jako motywację 87,9% badanych studentek podało planowanie ciąży, a 12,1%, rozpoczęcie współżycia płciowego.

Zdecydowana większość studentek (74,1%) podała, że chce uzupełniać niedobory kwasu foliowego spożywając żywność wzbogacaną w foliany, a 21,6% chce je przyjmować w postaci tabletek.

W badanej grupie - 99,5% respondentek chciałoby uzyskać lub pogłębić wiedzę na temat roli i znaczenia kwasu foliowego w profilaktyce wad wrodzonych u dzieci, i najodpowiedniejszym czasem na jej zdobycie uważa okres szkolny. Około 70% studentek wskazało na lekarzy i pielęgniarki jako osoby najbardziej kompetentne w zakresie edukacji folianowej, 18,8% na nauczycieli, a 11,2% twierdziło, że powinni to być rodzice. Około połowa badanych zwróciła uwagę, że potrzebna jest akcja propagująca zażywanie kwasu foliowego w środkach masowego przekazu.

OMÓWIENIE WYNIKÓW

Uzyskane wyniki wskazują, że rozpowszechnienie wiedzy o kwasie foliowym wśród badanych studentek jest niewystarczające. Ogólną wiedzę na temat okresu zażywania kwasu foliowego oraz znajomością produktów spożywczych bogatych w foliany wykazała się 1/3 ankietowanych osób. Tylko połowa respondentek potrafiła wskazać na wady cewy nerwowej u potomstwa jako następstwo niedoboru kwasu foliowego. Żadna studentka nie posiadała rzetelnej wiedzy o tym, iż suplementację należy rozpocząć w okresie przedkoncepcyjnym

i kontynuować przez pierwsze 12 tygodni ciąży. Zdecydowana większość respondentek nie potrafiła również wskazać produktów spożywczych bogatych w foliany.

Brak wiedzy o korzyściach wynikających z przyjmowania kwasu foliowego był w grupie ankietowanych studentek przyczyną niewłaściwych zachowań zdrowotnych.

W badanej grupie suplementacja kwasem foliowym była znikoma, dotyczyła bowiem tylko sześciu studentek. Zdecydowana większość respondentek ma świadomość tego, że wadom wrodzonym u potomstwa można zapobiegać, a także, że ciąża powinna być planowana i należy się do niej przygotować. Wszystkie studentki uważają za celowe uzyskanie lub pogłębienie wiedzy z zakresu profilaktyki folianowej oraz połowa z nich deklaruje chęć zażywania kwasu foliowego w przyszłości. Analiza uzyskanych danych pozwala stwierdzić, że ponad 70% studentek chciałaby spożywać żywność wzbogaconą w foliany, ale w przeciwieństwie do innych państw, w Polsce do chwili obecnej nie stosuje się wzbogacania żywności w foliany, dlatego sprawą otwartą pozostaje rodzaj suplementacji.

WNIOSKI

1. Studentki mają świadomość, że wadom wrodzonym u potomstwa można zapobiegać.
2. Zdecydowana większość respondentek wykazuje brak lub niewielką wiedzę na temat profilaktyki folianowej, ale wszystkie potwierdziły gotowość jej uzupełnienia.
3. Do zaleceń profilaktyki folianowej stosuje się niewielki odsetek respondentek i tylko połowa deklaruje w przyszłości zażywanie kwasu foliowego.
4. Większość studentek wybrała spożywanie żywności wzbogaconej w kwas foliowy jako najbardziej odpowiedni dla nich sposób suplementacji.
5. Każda młoda kobieta powinna być świadoma tego, że kwas foliowy odgrywa pierwszoplanową rolę w profilaktyce wad cewy nerwowej.
6. W programach edukacji zdrowotnej młodzieży szkolnej należy uwzględnić profilaktykę folianową.

PIŚMIENNICTWO

1. Brzeziński Z. J.: Zapobieganie wrodzonym wadom cewy nerwowej. Instytut Matki i Dziecka, Warszawa, 1998,
2. Czeizel A. E.: Prevention of the occurrence of neural tube defects by periconceptional vitamin supplementation. *N. Engl. J. Med.*, 1992, 327, 1832-1835,
3. Hozyasz K.: Wpływ czynników środowiskowych na występowanie wad rozszczepowych twarzoczaszki. *Medycyna Rodzinna*, zeszyt 8 (4/99), 11-17,
4. Hozyasz K.: Kwas foliowy – rola w profilaktyce i leczeniu wybranych chorób. *Przegląd Pediatryczny*, 1999, Vol 29, 2, 106-110,
5. Rogalska – Niedźwiedz M. i wsp.: Badania wielkości spożycia folianów w grupie kobiet w wieku prokreacyjnym. *Żywność Człowieka i Metabolizm*, 2000, XXVII, 2, 173-183,
6. Narodowy Program Zdrowia 1996-2005. Ministerstwo Zdrowia i Opieki Społecznej. Międzyresortowy Zespół Koordynacyjny narodowego programu Zdrowia. Warszawa 1996.

STRESZCZENIE

Wady wrodzone w tym wady układu nerwowego pomimo postępu w diagnostyce i leczeniu stanowią nadal poważny problem społeczny.

Planowane rodzielstwo i profilaktyka pierwotna czyli dieta bogata w foliany i przyjmowanie kwasu foliowego w okresie przedkoncepcyjnym i w pierwszych 12 tygodniach trwania ciąży może znacząco zmniejszyć ryzyko wystąpienia wad cewy nerwowej.

Przegląd aktualnego piśmiennictwa wskazuje, że w Polsce wiedza na temat profilaktyki folianowej wśród kobiet w okresie prokreacyjnym jest niewielka.

Celem badania było poznanie wiedzy, postaw i zachowań studentek wobec możliwości zapobiegania wadom cewy nerwowej. Uzyskane wyniki wskazują, że wiedza studentek na temat profilaktyki wad cewy nerwowej jest niewystarczająca.

SUMMARY

Birth defects, including nervous system defects are still a serious social problem despite progress in their diagnostics and treatment.

Planned pregnancies combined with primary prophylaxis, i.e. diet rich in foliates and reception of folic acid during the pre-conception period and first 12 weeks of pregnancy can significantly lessen the risk of such neural tube defects.

The present literature survey shows that in Poland the knowledge of foliate prophylaxis among women during their procreation period is not big.

The objective of this study is to learn of knowledge, attitudes and behavior of female students as regards possibilities to prevent birth defects. The research scores indicate that the student's knowledge about prevention neural tube defects is not enough.