



„Wychowanie w Rodzinie” t. XXVIII (3/2022)

nadesłany: 11.11.2022 r. – przyjęty: 12.12.2022 r.

Barbara GRABOWSKA*

Monika BUKOWSKA**

Luba ŚLÓSZARZ***

Wiedza kobiet na temat korzyści z karmienia piersią

Women's knowledge about the benefits of breastfeeding

Abstrakt

Wstęp. Karmienie mlekiem matki to najzdrowszy sposób żywienia noworodków i niemowląt. Skład mleka kobiecego jest optymalnie dopasowany do potrzeb małych dzieci, dlatego zapewnia im najlepszą ochronę. Daje również wiele korzyści zdrowotnych zarówno dla dziecka, jak i matki. Ważnym aspektem jest to, aby kobiety miały świadomość, że nawet krótkotrwałe karmienie naturalne przynosi wiele korzyści zdrowotnych dla dziecka i matki.

Cel pracy. Celem badań była ocena wiedzy kobiet na temat korzyści z karmienia piersią oraz identyfikacja źródeł tej wiedzy.

* **e-mail:** barbara.grabowska@umw.edu.pl

Uniwersytet Medyczny we Wrocławiu, Katedra Zdrowia Populacyjnego, Zakład Zdrowia Publicznego, Bujwida 44, 50-372 Wrocław, Polska

Wrocław Medical University, Department of Population Health, Department of Public Health, Bujwida 44, 50-372 Wrocław, Poland

ORCID: 0000-0001-7466-1280

** **e-mail:** monika.bukowska@student.umw.edu.pl

Uniwersytet Medyczny we Wrocławiu, Bartła 5, 51-618 Wrocław, Polska

Wrocław Medical University, Bartła 5, 51-618 Wrocław, Poland

ORCID: 0000-0003-1907-9882

*** **e-mail:** luba.slosarz@umw.edu.pl

Uniwersytet Medyczny we Wrocławiu, Zakład Humanistycznych Nauk o Zdrowiu, Bartła 5, 51-618 Wrocław, Polska

Wrocław Medical University, Department of Humanistic Health Sciences, Bartła 5, 51-618 Wrocław, Poland

ORCID: 0000-0002-0507-6595

Materiał i metoda. Przebadano 681 respondentek. Do przeprowadzenia badania posłużył kwestionariusz ankiety własnego autorstwa.

Wyniki. Respondentki charakteryzowały się przeciętnym poziomem wiedzy na temat korzyści z karmienia piersią (PW=0,66). Najwyższą średnią poziomu wiedzy odnotowano w aspektach: wpływu karmienia piersią na obkurczanie się macicy po porodzie (PW=0,94), prawidłową kolonizację jelit odpowiednią florą bakteryjną u noworodka (PW=0,93), tworzenie się więzi emocjonalnej między matką a dzieckiem (PW=0,92). Największa liczba ankietowanych czerpie swoją wiedzę ze stron internetowych (84,1%). Zdecydowanie mniej popularne są bardziej profesjonalne źródła wiedzy takie jak: książki/czasopisma naukowe (57,1%) czy bezpośredni kontakt z personelem medycznym (50,7%). Ze specjalistycznych form wsparcia takich jak szkoła rodzenia korzysta mniej niż połowa osób badanych, a z poradni laktacyjnych – tylko 28,2%.

Wnioski:

- Kobiety mają przeciętną wiedzę na temat korzyści płynących z karmienia piersią.
- Kobiety mają największą wiedzę na temat karmienia piersią w zakresie wpływu na skurcze macicy po porodzie, wpływu na prawidłowe zasiedlenie jelit odpowiednią florą bakteryjną u noworodka oraz wpływu na tworzenie się więzi emocjonalnej między matką a dzieckiem.
- Czynniki socjodemograficzne nie różnicują badanych pod względem poziomu wiedzy na temat karmienia piersią.
- Najczęstszymi źródłami wiedzy na temat karmienia piersią są strony internetowe i media społecznościowe

Słowa kluczowe: karmienie piersią, laktacja, świadomość kobiet rodzących, poziom wiedzy.

Abstract

Introduction. Breastfeeding is the healthiest way to feed newborns and infants. The composition of breast milk is optimally matched to the needs of young children; it therefore ensures the best protection and provides many health benefits for the baby and mother. It is important for women to be aware that even a short period of natural breastfeeding has many health benefits for both the baby and the mother.

Aim. The purpose of the study was to assess the level of knowledge of women about the benefits of breastfeeding and to identify the sources of that knowledge.

Material and method. 681 female respondents were included in the study. The study was conducted with the use of a questionnaire designed by the author of the research.

Results. The respondents had an average level of knowledge of the benefits of breastfeeding (PW=0.66). The highest average level of knowledge was recorded in the following aspects: the effect of breastfeeding on: the shrinking of the uterus after delivery (PW=0.94); adequate bacterial colonization in the intestines of the newborn (PW=0.93); establishment of an emotional bond between the mother and baby (PW=0.92). The largest number of the respondents derived their knowledge about the benefits of breastfeeding from websites (84.1%). More professional sources of knowledge, such as scientific books/journals (57.1%) or direct contact with medical personnel (50.7%), turned out to be much less popular. Less than half of the respondents used specialized forms of support, e.g., birth schools, and only 28.2% used lactation clinics.

Conclusions.

- Women have average knowledge of the benefits of breastfeeding.
- Women have the greatest knowledge of breastfeeding in terms of its effect on the contraction of the uterus after birth, its impact on the proper colonization of the intestines

with the appropriate bacterial flora in the newborn, and its influence on the formation of an emotional bond between a mother and her child.

- Sociogeographic factors do not differentiate the subjects in terms of their level of knowledge about breastfeeding.
- The most common sources of knowledge regarding breastfeeding are websites and social media.

Keywords: breastfeeding, lactation, awareness of women giving birth, level of knowledge.

Wstęp

Karmienie mlekiem matki to najzdrowszy sposób żywienia noworodków i niemowląt. Skład mleka kobiecego jest optymalnie dopasowany do potrzeb małych dzieci, dlatego zapewnia im najlepszą ochronę. Daje także wiele korzyści zdrowotnych zarówno dla dziecka, jak i dla matki. Dzięki naturalnemu karmieniu dziecka wzmacniamy jego układ odpornościowy i wspomagamy rozwój naturalnej flory jelitowej. Kamienie mlekiem matki zmniejsza ryzyko zachorowania na niektóre choroby, m.in. choroby układu oddechowego, cukrzycę, otyłość (Agrawal, 2006) oraz może mieć wpływ na wyższy iloraz inteligencji w dorosłym życiu (Victora i in., 2015).

Dla matek karmienie piersią również daje wiele korzyści zdrowotnych takich jak obniżenie ryzyka zachorowania na nowotwór piersi i jajnika (Mohrbacher, Kendall-Tackett, 2018) oraz na osteoporozę. Ponadto wzmacnia więź między matką a dzieckiem (Szulc, 2018), utrzymuje prawidłowy poziom cholesterolu, wspomaga powrót do wagi sprzed ciąży (Karpnienia, 2021).

Światowa Organizacja Zdrowia (*World Health Organization* [WHO]) zaleca rozpoczęcie karmienia piersią w ciągu pierwszej godziny po porodzie i rekomenduje wyłączne karmienie piersią przez pierwsze sześć miesięcy życia dziecka. Po szóstym miesiącu dieta niemowlęcia powinna być powoli rozszerzana i wzbogacana o inną żywność, nazywaną uzupełniającą (WHO, UNICEF, 2017). Światowa Organizacja Zdrowia zaleca kontynuację karmienia piersią do ukończenia przez dziecko dwudziestu czterech miesięcy lub dłużej. Rekomenduje także karmienie na żądanie, czyli zawsze, gdy dziecko zgłosi zapotrzebowanie (Kołaczkowska, 2022).

Zalecenia Polskiego Towarzystwa Gastroenterologii, Hepatologii i Żywienia Dzieci [PTGHiŻD] dotyczące karmienia piersią są podobne do tych obowiązujących na świecie oraz w Europie. Rekomenduje się wyłączne karmienie piersią przez pierwsze sześć miesięcy życia dziecka, jednak zwraca się uwagę, że również krótszy czas takiego karmienia jest cenny. Towarzystwo nie ustala, jak długo należy kontynuować karmienie naturalne. Eksperci uważają jednak, że nie powinien być to okres krótszy niż dwanaście miesięcy, a należy karmić tak długo, jak matka lub dziecko odczuwają taką potrzebę (Szajewska i in., 2021).

Specjaliści ze Światowej Organizacji Zdrowia podkreślają, że promowanie naturalnego karmienia oraz ochrona i wspieranie matek karmiących piersią to jedno z najbardziej efektywnych strategii poprawiających stan zdrowia ludności na świecie (WHO, UNICEF, 2017). Dlatego ważne jest, aby kobiety miały świadomość, że nawet krótki czas karmienia naturalnego przynosi wiele korzyści zdrowotnych dla dziecka i matki.

Mimo licznych kampanii społecznych na temat korzyści z naturalnego karmienia niemowląt, prowadzonych m.in. przez placówki specjalistyczne (szkoły rodzenia, poradnie laktacyjne), wiedza na ten temat wśród kobiet rodzących nie zawsze jest na oczekiwanym poziomie. Ważne jest promowanie aktywności w poszukiwaniu wiedzy na temat karmienia piersią, ale również zwracanie uwagi na jakość tej wiedzy, która powinna pochodzić z profesjonalnych źródeł.

Cel pracy

Celem badań była ocena wiedzy kobiet na temat korzyści z karmienia piersią oraz identyfikacja źródeł tej wiedzy.

Material i metoda

Przebadano 681 osób. Respondentkami były kobiety mieszkające w przedziale wiekowym 20–40 lat, mieszkające w Polsce oraz posiadające przynajmniej jedno dziecko. Najwięcej kobiet biorących udział w badaniu mieści się w przedziale wiekowym 26–30 lat (40,7%), oraz 31–35 lat (35,1%). Najmniej licznymi grupami były kobiety w przedziale wiekowym 36–40 lat (13,5%) i 20–25 lat (10,7%).

Podczas realizacji badania wykorzystano technikę CAWI (*Computer Assisted Web Interview*), dzięki której respondenci mogli wypełnić anonimowy kwestionariusz ankiety online w Arkuszu Google. Kwestionariusz ankiety udostępniono w mediach społecznościowych: na portalu Facebook – na grupach zamkniętych dotyczących karmienia piersią, ciąży i macierzyństwa oraz rozesłano na platformie Messenger.

Do przeprowadzenia badania skonstruowano kwestionariusz ankiety składający się z czterech części: pierwsza – metryczka, druga – dotycząca subiektywnej oceny wiedzy kobiety na temat karmienia naturalnego, trzecia – dotycząca wiedzy na temat korzyści dla matki wynikających z karmienia naturalnego, czwarta – dotycząca wiedzy na temat korzyści dla dziecka wynikających z karmienia naturalnego.

Za każdą poprawną odpowiedź ankietowana otrzymywała 1 punkt. Łącznie można było uzyskać od 0 do 16 punktów. Na podstawie ilości zdobytych punktów kwalifikowano ankietowane do jednej z grup odpowiadającej ich poziomowi wiedzy (PW). W wyniku dokonanych przekształceń poziom wiedzy (PW) każdej badanej mieścił się w granicach od 0 (brak wiedzy) do 1 (wysoki poziom wiedzy).

Osoby nieposiadające wiedzy na temat korzyści z karmienia piersią mieściły się w przedziale od 0 do 0,25 punktu (do 25%). Ankietowane mające niski poziom wiedzy mieściły się w przedziale od 0,26 do 0,50 punktu (do 50%). Osoby z przeciętnym poziomem wiedzy mieściły się w przedziale od 0,51 do 0,75 punktu (do 75%). Wysoki poziom wiedzy badanych kształtował się w przedziale od 0,76 do 1,0 punktu (powyżej 75%).

Wyniki

Poziom i obszary wiedzy kobiet na temat korzyści wynikających z karmienia piersią

Z badań wynika, że większość kobiet charakteryzuje się przeciętnym (36%) i wysokim (35%) poziomem wiedzy. Natomiast 23% badanych prezentowało niski poziom wiedzy, a 6% – brak wiedzy w tematyce dotyczącej korzyści z karmienia piersią (tabela 1).

Tabela 1

Poziom wiedzy kobiet.

Poziom wiedzy	Częstość	Procent
brak	38	6
niski	158	23
przeciętny	245	36
wysoki	240	35
Suma końcowa	681	100

Źródło: Opracowanie własne.

Wartość średnia oceny poziomu wiedzy wyniosła 0,66 punktu (PW=0,66). Możemy na podstawie tych danych wywnioskować, że kobiety przedstawiały przeciętny poziom wiedzy na temat korzyści z karmienia naturalnego dla matki i dziecka.

Analiza poszczególnych obszarów wiedzy na temat korzyści z karmienia piersią wykazała, że najwyższy wskaźnik poziomu wiedzy odnotowano w aspektach:

wpływu na obkurczanie się macicy po porodzie (PW=0,94), wpływu na prawidłową kolonizację jelit odpowiednią florą bakteryjną u noworodka (PW=0,93) oraz wpływu na tworzenie się więzi emocjonalnej między matką a dzieckiem (PW=0,92.) Natomiast najniższy wskaźnik poziomu wiedzy kobiet odnotowano w aspektach: wpływu na zmniejszenie ryzyka wystąpienia choroby nowotworowej u dziecka (PW=0,37) oraz wpływu na wyższy iloraz inteligencji u dziecka (PW=0,31) (tabela 2).

Tabela 2

Wyniki średnie poszczególnych pozycji poziomu wiedzy.

Obszary wiedzy dotyczące wpływu karmienia piersią	średnia
Obkurczenie macicy po porodzie	0,94
Obniżenie ryzyka wystąpienia krwotoku	0,58
Szybszy powrót do masy ciała sprzed ciąży	0,88
Zmniejszenie ryzyka zachorowania na osteoporozę	0,43
Obniżenie poziomu cholesterolu	0,33
Obniżenie ryzyka zachorowania na raka piersi	0,79
Obniżenie ryzyka zachorowania na raka jajnika	0,63
Tworzenie więzi emocjonalnej matka–dziecko	0,92
Łatwiejsza kolonizacja jelit odpowiednią florą bakteryjną u noworodka	0,93
Lepszy rozwój zmysłów u dziecka	0,70
Wspieranie rozwoju mięśni okołopoliczkowych u dziecka	0,89
Zmniejszenie ryzyka wystąpienia w przyszłości cukrzycy u dziecka	0,73
Zmniejszenie ryzyka wystąpienia w przyszłości otyłości u dziecka	0,73
Zmniejszenie ryzyka wystąpienia w przyszłości chorób układu nerwowego u dziecka	0,44
Zmniejszenie ryzyka wystąpienia w przyszłości choroby nowotworowej u dziecka	0,37
Wyższy iloraz inteligencji u dziecka	0,31

Źródło: Opracowanie własne.

Dodatkowo zbadano, czy wybrane czynniki socjodemograficzne (wiek, wykształcenie, stan cywilny, liczba posiadanych dzieci) różnicują poziom wiedzy kobiet na temat karmienia naturalnego. Badania wykazały, że nie było istotnych różnic pomiędzy grupami w zakresie tej wiedzy.

Źródła wiedzy kobiet na temat korzyści wynikających z karmienia piersią

W dalszej części badano źródła wiedzy na temat karmienia piersią. Respondentki mogły zaznaczyć dowolną ilość źródeł, wśród których znalazły się zarówno profesjonalne (np. rozmowa z położną), jak i źródła nieweryfikowane (np. portale społecznościowe) (tabela 3).

Tabela 3

Źródła wiedzy respondentek na temat karmienia piersią.

Źródła wiedzy	Średnia	
Rozmowa z lekarzem ginekologiem	66	9,7%
Rozmowa z położną, pielęgniarką	345	50,7%
Poradnia laktacyjna	192	28,2%
Szkoła rodzenia	320	47%
Szkoła wyższa	33	4,8%
Rodzina	203	29,8%
Znajomi	185	27,2%
Literatura – książki, czasopisma	389	57,1%
Strony internetowe	573	84,1%
Portale społecznościowe	533	78,3%
Informatory, ulotki	122	17,9%
Doświadczenia własne	201	29,5%
Brak źródeł	3	0,4%

Źródło: Opracowanie własne.

Największa liczba ankietowanych czerpie swoją wiedzę ze stron internetowych (84,1%), podobna ilość – z portali społecznościowych takich jak Facebook, Instagram (78,3%). Spora grupa kobiet jako źródło swojej wiedzy na temat karmienia piersią zaznaczyła pozycję literatura – książki i czasopisma naukowe (57,1%). Rozmowę z pielęgniarką, położną lub ze średnim personelem medycznym zaznaczyło 50,7% badanych. Wiadomości w szkole rodzenia uzyskało 47% osób, podczas rozmów z rodziną 29,8%, a od znajomych – 27,2%. Doświadczenia własne zaznaczyło 29,5% badanych kobiet. Z poradni laktacyjnej w celu uzyskania informacji czy pomocy w karmieniu piersią skorzystało 28,2% osób. Informatory i ulotki jako źródło wiedzy wskazało 17,9%, rozmowę z lekarzem ginekologiem 9,7%, a informacje zdobyte podczas stu-

diów na uczelni wyższej 4,8%. Niekorzystanie z żadnych źródeł na temat karmienia piersią zaznaczyło 0,4% kobiet.

Osobne pytanie dotyczyło roli matek w przekazywaniu wiedzy i dzielenia się doświadczeniem w zakresie karmienia piersią ze swoimi dorosłymi córkami. Najwięcej osób z grupy badanych potwierdziło, że otrzymywały wsparcie i wiedzę od swoich matek (40,4%), 30% wskazało, że odczuwały wsparcie ze strony matki, ale nie otrzymywały od niej wiedzy dotyczącej laktacji. Natomiast 9,8% badanych nie odczuwało wsparcia ze strony matki i nie otrzymywało od niej wiedzy.

Dyskusja

Karmienie piersią jest naturalnym sposobem żywienia niemowląt, mającym wpływ na ich stan zdrowia. Światowa Organizacja Zdrowia zaleca ten sposób jako jedyny do 6. miesiąca życia dziecka. W raporcie opublikowanym w 2018 roku UNICEF zwraca uwagę na niski wskaźnik dzieci poniżej 6. miesiąca życia karmionych piersią, który wynosi 41% i różni się w zależności od regionu świata. Najwyższe wskaźniki wyłącznego karmienia piersią dzieci do 6. miesiąca życia zanotowano w krajach o niskim i średnim dochodzie: we wschodniej i południowej Afryce (57%) oraz w południowej Azji (52%) (Agrawal, 2006). Karmienie naturalne jest najzdrowszym sposobem żywienia niemowląt oraz małych dzieci. Niesie ono wiele korzyści dla matki i dziecka, jednak wymaga promocji oraz wsparcia nie tylko ze strony personelu medycznego, lecz także bliskiego otoczenia – rodziny. Ważne dla prawidłowego przebiegu laktacji jest posiadanie przez kobietę wiedzy na ten temat, a także świadomość typowych zachowań niemowląt i małych dzieci.

Przeprowadzone badania pokazują, że kobiety mają przeciętny poziom wiedzy (PW=0,66) na temat korzyści z karmienia piersią dla matki i dziecka, co koresponduje z badaniami Marzeny Kaźmierczak i wsp., które wykazały, że średni poziom wiedzy badanej próby wyniósł 0,68 (Kaźmierczak, Skoczylas, Gebuza, Mieczkowska, Gierszewska, 2016).

Po przeanalizowaniu poziomu wiedzy kobiet na temat karmienia piersią i korzyści wynikających z procesu karmienia naturalnego wykazano, że najwyższy wskaźnik poziomu wiedzy odnotowano w aspekcie wpływu na obkurczanie się macicy po porodzie (PW=0,94). Z badań przeprowadzonych przez Beatę Marczyńską-Kołac i wsp. wynika, że po porodzie 82% ankietowanych wskazało na obkurczanie się macicy dzięki karmieniu piersią (Marczyńska-Kołac, Szepieniec, Szymanowski, 2019). Podobnie w badaniu przeprowadzonym przez M. Kaźmierczak i wsp. 81% ankietowanych kobiet zaznaczyło, że karmienie piersią ma wpływ na obkurczanie się macicy (Kaźmierczak i in., 2016).

Kolejną dobrze znaną korzyścią wskazaną przez kobiety w badaniu własnym jest kolonizacja jelit odpowiednią florą bakteryjną. Wartość twierdzących odpowiedzi wyniosła 93%, podobnie jak w badaniach Ewy Dzbuk i wsp., gdzie wartość udzielonych odpowiedzi wyniosła 97%, co świadczy o bardzo dobrej znajomości tej korzyści (Dzbuk i in., 2016).

Korzyść, jaką jest tworzenie się więzi emocjonalnej między matką a dzieckiem poprzez karmienie, w badaniach prowadzonych przez M. Kaźmierczak i wsp. wskazała bardzo duża liczba badanych kobiet, bo aż 98% (Kaźmierczak i in., 2016). Podobnie wykazały badania B. Marczyńskiej-Kołaczkowej i wsp.: 96% kobiet przyznało, że karmienie piersią ma wpływ na budowę więzi między matką a dzieckiem (Marczyńska-Kołaczkowa i in., 2019). W badaniach prowadzonych przez Andrzeja Klejewskiego i wsp. 98% respondentek uznało, że karmienie piersią stanowiło ważny element umacniania więzi emocjonalnej między matką a dzieckiem (Klejewski, Urbaniak, Bączyk, Cichoćka, 2012). W badaniu własnym 92% ankietowanych wiedziało, że karmienie piersią wspomaga tworzenie więzi emocjonalnej z małym dzieckiem, co wskazuje na zbliżony wynik uzyskanych odpowiedzi w porównaniu do wcześniej przeprowadzonych badań innych autorów.

W literaturze przedmiotu istnieją doniesienia (Makara-Studzińska, Wdowiak, Podstawka, Stec, 2013; Doroszevska, 2012), w których podkreślono, jak ważną rolę odgrywa wspieranie matki karmiącej, jednakże niewielu badaczy określa, jaki jest poziom wsparcia społecznego, w tym – od rodziny. W prezentowanym badaniu podjęto próbę oceny poziomu wsparcia kobiet karmiących piersią przez ich własne matki. Zaobserwowano, że ponad 40% matek chętnie dzieliło się wiedzą oraz doświadczeniem i wspierało swoje córki w karmieniu piersią, natomiast 30% matek nie dzieliło się wiedzą oraz doświadczeniem, ale wspierało córki w karmieniu piersią, co też jest bardzo ważne.

Istotnym elementem badania było sprawdzenie źródeł, z których kobiety pozyskują informacje na temat karmienia piersią. Największa liczba ankietowanych czerpie swoją wiedzę ze stron internetowych (84,1%) oraz z portali społecznościowych takich jak Facebook czy Instagram (78,3%). Podobnie w badaniu E. Dzbuk i wsp. 89% respondentów uznaje internet za podstawowe źródło wiedzy na temat karmienia piersią.

Natomiast w badaniach Anny Cierpki i wsp. stwierdzono, że źródłem wiedzy na temat naturalnego karmienia jest personel medyczny (80%), następnie literatura (73%), a dużo mniej rodzina (47%) czy media (29%) (Cierpka, Żuralska, Olszewski, Gaworska-Krzemińska, 2007). W naszych badaniach 57,1% kobiet również wskazała na literaturę jako odpowiednie źródło informacji. Jednak tylko połowa badanych rozmawiała z położną, pielęgniarką lub personelem medycznym na temat korzyści wynikających z karmienia piersią. W badaniu E. Dzbuk i wsp. ta liczba była jeszcze mniejsza, bo tylko 40,33% kobiet korzystało z porad położnej w tym zakresie. W kwestii

wsparcia otrzymywanego od rodziny wśród badanych przez nas osób 40,4% potwierdziło, że otrzymywało pomoc i wiedzę od swoich matek, natomiast w badaniach E. Dzbuk było to tylko 33,33%.

Ważne jest, aby jak najwięcej osób miało odpowiednią wiedzę na temat korzyści płynących z karmienia piersią dla dziecka i matki oraz aby kobiety podejmowały karmienie piersią po porodzie i kontynuowały je według zaleceń WHO. Takie postępowanie jest jednym z czynników świadczących o skuteczności propagowania karmienia piersią. Aby zachęcać do karmienia naturalnego, należy przede wszystkim dostarczać informacji i pomagać w praktyce. Należałoby rozszerzyć działalność informacyjną poprzez kampanie społeczne, rozmowy z wykwalifikowanym personelem medycznym, uczestnictwo przyszłych matek w szkołach rodzenia.

Przy tym wszystkim bardzo istotne jest również okazywanie wsparcia kobietom, które z różnych powodów nie mogą się podjąć lub kontynuować karmienia piersią. Przy każdej działalności w tym zakresie należy zwracać uwagę na delikatność tematu, aby sposób przekazywania wiedzy nie wpędzał tych kobiet w poczucie winy.

Wnioski

- Kobiety mają przeciętną wiedzę na temat korzyści z karmienia piersią dla matki i dziecka.
- Kobiety mają największą wiedzę na temat karmienia piersią w zakresie: wpływu na obkurczanie się macicy po porodzie, wpływu na prawidłową kolonizację jelit odpowiednią florą bakteryjną u noworodka oraz wpływu na tworzenie się więzi emocjonalnej między matką a dzieckiem.
- Czynniki socjogeograficznie nie różnicują osób badanych pod względem poziomu wiedzy na temat karmienia piersią.
- Najczęstszym źródłem wiedzy dotyczącym karmienia piersią są strony internetowe i portale społecznościowe.

Bibliografia

- Agrawal, P. (2006). *Odkrywam macierzyństwo*. Wrocław: Oficyna Wydawnicza Arboretum.
- Cierpka, A., Żuralska, R., Olszewski, J., Gaworska-Krzemińska, A. (2007). Wiedza położniczek na temat karmienia piersią. *Problemy Pielęgniarstwa*, 15(2/3), 172-178.
- Doroszewska, A. (2012). Rola współczesnego ojca w opiece nad noworodkiem i jego matką. *Położna: Nauka i Praktyka*, 1(17), 30-33.
- Dzbuk, E., Bakalczuk, G., Padała, O., Orzeł, A., Putowski, M., Piróg, M., Podgórnaiak, M., Wdowiak, E., Wdowiak, A. (2016). Wiedza w zakresie karmienia piersią wśród kobiet po porodzie. *Medycyna Ogólna i Nauki o Zdrowiu*, 22(4), 260-263. DOI: 10.5604/20834543.1227606.

- Każmierczak, M., Skoczylas, E., Gebuza, G., Mieczkowska, E., Gierszewska, M. (2016). Ocena poziomu wiedzy kobiet na temat karmienia naturalnego. *Pielęgniarstwo Polskie*, 3(61), 308-316. DOI: 10.20883/pielpol.2016.25.
- Kołacz-Kordzińska, Z. (2022). *Początki karmienia piersią: Jak dobrze zacząć?*. Gdańsk: Urząd Marszałkowski Województwa Pomorskiego.
- Klejewski, A., Urbaniak, T., Bączyk, G., Cichocka, E. (2012). Wiedza o zaletach karmienia naturalnego wśród kobiet rodzących pierwsze dziecko. *Przegląd Lekarski*, 69(10), 1021-1025.
- Marczyńska-Kołacz, B., Szepieniec, W., Szymanowski, P. (2019). Ocena poziomu wiedzy wśród kobiet rodzących pierwsze dziecko o zaletach karmienia naturalnego i deklarowanej długości karmienia piersią. *Państwo i Społeczeństwo*, 19(1), 43-59. DOI: 10.34697/2451-0858-pis-2019-1-004.
- Makara-Studzińska, M., Wdowiak, A., Podstawka, D., Stec, M. (2013). Opieka personelu medycznego oddziałów położniczych nad kobietą i noworodkiem – w ocenie pacjentek. *Medycyna Ogólna i Nauki o Zdrowiu*, 19(3), 288-293.
- Victora, C.G., Horta, B.L., Loret de Mola, C., Quevedo, L., Pinheiro, R.T., Gigante, D.P., Gonçalves, H., Barros, F.C. (2015). Association between breastfeeding and intelligence, educational attainment, and income at 30 years of age: a prospective birth cohort study from Brazil [Związek między karmieniem piersią a inteligencją, osiągnięciami edukacyjnymi i dochodami w wieku 30 lat: prospektywne badanie kohortowe z Brazylii]. *The Lancet*, 3(4), 199-205. DOI: 10.1016/S2214-109X(15)70002-1.
- Mohrbacher, N., Kendall-Tackett, K. (2018). *Karmienie piersią: siedem naturalnych praw*. Warszawa: Wydawnictwo Agora.
- Szulc, J. (2018). *Jest z nami dziecko – poradnik początkujących rodziców*. Warszawa: Wydawnictwo Agora.
- Szajewska, H., Socha, P., Horvath, A., Rybak, A., Zalewski, B.M., Nehring-Gugulska, M., Mojska, H., Czerwionka-Szaflarska, M., Gajewska, D., Helwich, E., Jackowska, T., Książyk, J., Lauterbach, R., Olczak-Kowalczyk, D., Weker, H. (2021). Zasady żywienia zdrowych niemowląt: Stanowisko Polskiego Towarzystwa Gastroenterologii, Hepatologii i Żywienia Dzieci. *Standardy Medyczne/Pediatrics*, 18, 805-822. DOI: 10.17444/SMP2021.18.02.
- WHO, UNICEF (2017). *Tracking Progress for Breastfeeding Policies and Programmes: Global breastfeeding scorecard [Śledzenie postępów w polityce i programach karmienia piersią: Globalna karta wyników karmienia piersią]*. UNICEF.