

Προδιάθεση τοκοφοβίας στους φοιτητές. Συστηματική ανασκόπηση.

Ελισάβετ Τζιανουδάκη¹, Ανδριανή Γκαγκαλίδου¹, Κλαίρη Γουρουντή²

¹Τμήμα Μαιευτικής, Κλάδος Επαγγελματιών Υγείας και Πρόνοιας, Πανεπιστήμιο Δυτικής Αττικής (ΠΑΔΑ), Αθήνα, Ελλάδα

²Καθηγήτρια, Πρόεδρος Τμήματος Μαιευτικής, Κλάδος Επαγγελματιών Υγείας και Πρόνοιας, Πανεπιστήμιο Δυτικής Αττικής (ΠΑΔΑ), Αθήνα, Ελλάδα

Λέξεις κλειδιά: tokophobia, fear of childbirth, fear of birth, dread of childbirth, pathogenesis of phobias, creation of phobias, students, university students, college students, τοκοφοβία, φόβος τοκετού, φόβος για τη γέννα, δημιουργία φοβιών, παθογένεση φοβιών, φοιτητές, πανεπιστημιακοί φοιτητές, φοιτητές κολεγίων

Citation: E.Tzianoudaki, A. Gagaidou, Cl. Gourounti. Predisposition to tokophobia in students. A systematic review. *Epiθεορησε Klin. Farmakol. Farmakokinet.* 2023, 41, 2, 121-128.

<https://doi.org/10.5281/zenodo.8420842>

Received: 17 September 2023

Accepted: 20 September 2023

Published: 09 October 2023

Publisher's Note: PHARMAKON-Press stays neutral with regard to jurisdictional claims in published maps and institutional affiliations.



Copyright: © 2023 by the authors.
Licensee PHARMAKON- Press, Athens, Greece.
This article is an open access article distributed under the terms and conditions of the Creative Commons Attribution (CC BY) license (<http://creativecommons.org/licenses/by/4.0/>).

Corresponding author: E.Tzianoudaki, Department of Midwifery, Faculty of Health and Caring Professions, University of West Attica, Athens, Hellas Greece.
E-mail: bettytzianoudaki@yahoo.gr

Π ε ρ ί λ η ψ η. Η τοκοφοβία είναι μια διαταραχή έντονου φοβικού άγχους ως προς τον τοκετό, η οποία προκαλεί προβλήματα τόσο στις γυναίκες όσο και στα έμβρυα που εκείνες κυοφορούν, επηρεάζοντας και τον τρόπο τοκετού. Η αιτιολογία της είναι πολυπαραγοντική και σε μικρότερο ποσοστό μπορεί να εμφανισθεί και στους άντρες. Σκοπός της παρούσας έρευνας είναι να αναζητηθούν και να παρουσιαστούν όλες οι μελέτες που διερευνούν την προδιάθεση τοκοφοβίας σε πληθυσμούς φοιτητών και έχουν δημοσιευτεί τα τελευταία 20 χρόνια. **Μέθοδος:** Χρησιμοποιήθηκε η μέθοδος της συστηματικής ανασκόπησης. Έγινε αξιολόγηση του πλήρους κειμένου σε 21 τελικά άρθρα και μόνο 10 πληρούσαν τα κριτήρια ένταξης στην παρούσα συστηματική ανασκόπηση όπως είχαν καθοριστεί. **Αποτελέσματα:** Ο επιπολασμός της τοκοφοβίας στους φοιτητές κυμαίνεται από 17,4% στις ΗΠΑ έως 39,4% στην Αγγλία και παρουσιάζει σημαντικές διακυμάνσεις ανάλογα με τη χώρα προέλευσης. **Συμπεράσματα:** Οι πηγές πληροφόρησης για την εγκυμοσύνη και τον τοκετό φάνηκε να επιδρούν στην εμφάνιση τοκοφοβίας, με τα μέσα μαζικής ενημέρωσης και τις αρνητικές ιστορίες τοκετού από συγγενείς και φίλους να επηρεάζουν αρνητικά τους φοιτητές. Τέλος, σημαντική ήταν η συσχέτιση της τοκοφοβίας με την επιθυμία για επισκληρίδιο αναισθησία και καισαρική τομή (Κ.Τ) καθώς και με την γενικότερη χρήση μαιευτικής τεχνολογίας και παρεμβάσεων.

ΕΙΣΑΓΩΓΗ

Η λέξη τοκοφοβία, στα αγγλικά «Tokophobia», αποτελείται από τις λέξεις «Τόκος» (αρχαία ελληνική λέξη που σημαίνει τοκετός) και «Φοβία» και θεωρείται ως «ο παράλογος φόβος για τον τοκετό». Ως ιατρικός όρος χρησιμοποιήθηκε για πρώτη φορά το 2000 από τους Hofberg και Brockington. Η τοκοφοβία χωρίζεται σε τρεις τύπους: Την πρωτογενή τοκοφοβία που αφορά τις άτοκες και πρωτοτόκες και η οποία είναι ο υπερβολικός και παράλογος φόβος του τοκετού κατά την πρώτη εγκυμοσύνη, την δευτερογενή τοκοφοβία που σχετίζεται με την εμπειρία τραυματικού τοκετού στο παρελθόν και την τοκοφοβία ως αποτέλεσμα περιγεννητικής κατάθλιψης, που είναι και η λιγότερο συνηθισμένη [1].

Οι φοβίες γενικά αποκτώνται μέσω 3 κυρίως οδών:

-Της «εκμάθησης»(conditioning)

-Της παρατήρησης (vicarious exposure ή observational learning), (π.χ βλέποντας βίντεο τοκετού)

-Της έμμεσης μετάδοσης του φόβου μέσω αυτών που λέγονται από άλλους (π.χ τρομακτικές ιστορίες σχετικά με έναν τραυματικό τοκετό) [2]. Κάποιες φοβίες, όπως η τοκοφοβία, έχουν έναρξη συχνά πριν από την εφηβεία [3]. Η προδιάθεση σε φοβίες μπορεί να έχει καταβολές ήδη και από την εμβρυϊκή ηλικία, καθώς το περιγεννητικό στρες μπορεί να επηρεάσει αρνητικά το έμβρυο [4], ενώ αποκαλύπτονται ήπιες έως μέτριες γενετικές επιρροές σε ένα ευρύ φάσμα διαταραχών άγχους σε παιδιά, εφήβους και ενήλικες [5]. Η βάση πολλών αγχωδών διαταραχών μπορεί να είναι βιοψυχοκοινωνική και επηρεάζεται από τις ορμονικές διακυμάνσεις [3].

Η τοκοφοβία σε γυναίκες που έχουν γεννήσει θα μπορούσε να είναι το αποτέλεσμα μιας σύνθετης διαδικασίας με την αλληλεπίδραση αρκετών παραγόντων στην πάροδο του χρόνου [6], ενώ στις άτοκες γυναίκες μπορεί να είναι το αποτέλεσμα της έμμεσης μετάδοσης του φόβου (πχ από τις μητέρες τους ή άλλους), αλλά και το αποτέλεσμα μιας γενίκευσης του άγχους [2].

Η αιτιολογία της τοκοφοβίας είναι πολυπαραγοντική. Εμπλέκονται ψυχολογικοί

παράγοντες, όπως η ύπαρξη προηγούμενου ιστορικού ψυχολογικών διαταραχών [7], προηγούμενη αρνητική εμπειρία τοκετού [8] και δυσκολία στην επικοινωνία και εξωτερίκευση της τοκοφοβίας[9], καθώς και κοινωνικοπολιτισμικοί παράγοντες[10]. Συγκεκριμένα, το άμεσο κοινωνικό περιβάλλον και ιδιαίτερα η οικογένεια παίζει κυρίαρχο ρόλο στην μετάδοση της τοκοφοβίας [5]. Η τοκοφοβία μπορεί να μεταδοθεί από γενιά σε γενιά, ιδιαίτερα από τις μητέρες στις κόρες, λόγω τραυματικών εμπειριών που οι ίδιες δεν έχουν επεξεργασθεί και θεραπεύσει [11]. Επίσης, τρομακτικές ιστορίες (horror stories) από συγγενείς, φίλους και γνωστούς σχετικά με τραυματικούς τοκετούς, επηρεάζουν αρνητικά ιδιαίτερα τις πρωτοτόκες [12].

Ακόμα, η πρωτοτοκία [13], η πολύ νεαρή ηλικία [14], η ενημέρωση μέσω των μέσων μαζικής ενημέρωσης και του διαδικτύου, ιστορικό σεξουαλικής κακοποίησης, βιασμού ή κακοποίησης στην παιδική ηλικία [15], η ιατροποίηση σχεδόν όλων των τοκετών [9], η κακή οικονομική κατάσταση [16], το χαμηλό μορφωτικό επίπεδο [17], οι ανεπαρκείς υπηρεσίες οικογενειακού προγραμματισμού και προγεννητικής ενημέρωσης και υποστήριξης [14], μειονότητες και μετανάστες [18], η κακή σχέση των συντρόφων και η ενδοοικογενειακή βία [19], τα πρότυπα εξωτερικής εμφάνισης [20], η εργασιακή απασχόληση, η χειραφέτηση και ύπαρξη καριέρας στις γυναίκες [21], συνεισφέρουν στην εμφάνιση τοκοφοβίας.

Ο επιπολασμός της τοκοφοβίας διαφέρει από χώρα σε χώρα. Στην μετα-ανάλυση των O'Connell et al. το 2017, ο συγκεντρωτικός επιπολασμός της τοκοφοβίας ήταν στο 14%.

Η τοκοφοβία σε έγκυες γυναίκες στη Σκανδιναβία αναφέρεται στο 20%. Ο επιπολασμός στην Ευρώπη φαίνεται να ποικίλλει μεταξύ των χωρών, από 6,3% στο Βέλγιο έως 14,8% στην Εσθονία, ενώ η Αυστραλία δείχνει υψηλότερα ποσοστά, περίπου 30%.[22]. Οι λόγοι για τις διαφορές στον επιπολασμό είναι άγνωστοι. Ωστόσο, οι πολιτισμικές διαφορές καθώς και η χρήση ποικίλων εργαλείων μέτρησης, η στάθμισή τους και η διαφορά στην ερμηνεία των αποτελεσμάτων, είναι πιθανές εξηγήσεις για τα διαφορετικά ποσοστά [22]. Η τοκοφοβία δεν αφορά όμως μόνο γυναίκες. Το φαινόμενο αυτό

μπορεί να παρατηρηθεί και σε άντρες [23]. Σε μια μελέτη με 1.047 πατέρες, οι Hildingsson et al. (2014) ανέφεραν επιπολασμό φόβου για τον τοκετό 13,6%, ενώ στην Ινδία ένα μεγαλύτερο ποσοστό (78,4%) των για πρώτη φορά μελλοντικών πατέρων έπασχαν από φόβο τοκετού [24].

Η τοκοφοβία στις γυναίκες μπορεί να προκαλέσει μια σειρά πολύ σημαντικών επιπτώσεων. Στις πιο ακραίες περιπτώσεις, μπορεί να οδηγήσει τη γυναίκα από το να τεματίσει την εγκυμοσύνη της, ενώ επιθυμεί απεγνωσμένα ένα μωρό [15], μέχρι να μην τεκνοποιήσει ποτέ, να υιοθετήσει ή να οδηγηθεί στην στειρώση [25]. Μπορεί να βιώσει αφόρητο πόνο και φόβο κατά τη διάρκεια του τοκετού, ακόμη και αν έχει λάβει επισκληρίδιο αναισθησία, να έχει έναν παρατεταμένο τοκετό ή να παρουσιάσει μαιευτικές επιπλοκές. Μπορεί ακόμη να εμφανίσει συμπτώματα μετατραυματικού στρες και συναισθηματικές διαταραχές, με δυσκολία προσκόλλησης στο νεογέννητο [26]. Τέλος, η τοκοφοβία αναφέρεται ως ένας από τους κύριους λόγους για επιλεκτική καισαρική τομή [27].

Η τοκοφοβία σε ό,τι αφορά το έμβρυο σχετίζεται με πλήθος σοβαρών επιπλοκών, όπως υψηλή αρτηριακή πίεση μητέρας που επηρεάζει αρνητικά την αναπτυξιακή πορεία του εμβρύου, πρόωρο τοκετό, παλίνδρομο κύηση και λιποβαρή βρέφη με προβλήματα νευρολογικής φύσης [28]. Επίσης, τα υψηλά, λόγω τοκοφοβίας, επίπεδα κορτιζόλης στην μητέρα, μπορούν να επηρεάσουν αρνητικά την ανάπτυξη του εγκεφάλου του εμβρύου [29], την ψυχοκινητική του εξέλιξη [30] και την μετέπειτα ευαισθησία του στο άγχος και στις καταθλιπτικές διαταραχές [4]. Επιπλέον, το νεογέννητο θα επηρεαστεί από οποιοδήποτε φάρμακο χορηγηθεί στη μητέρα για την αντιμετώπιση των συμπτωμάτων άγχους και φόβου [30].

Οι θεραπευτικές παρεμβάσεις αφορούν κυρίως: α) τηλεφωνική ή διαδικτυακή συμβουλευτική ψυχο-εκπαίδευση από μαία [13][31], β) εφαρμογή γνωσιακής συμπεριφορικής θεραπείας [32], γ) απποθεραπεία [33], δ) ύπνωση. Στη μετα-ανάλυση των Hosseini et al. (2018) βρέθηκε σημαντική

επίδραση των προγεννητικών εκπαιδευτικών παρεμβάσεων και της ύπνωσης στη μείωση της τοκοφοβίας. Ερευνάται επίσης η θεραπεία Απευαισθητοποίησης και Επανεπεξεργασίας μέσω Οφθαλμικών Κινήσεων (EMDR) [34]. Σε ό,τι αφορά την φαρμακευτική αγωγή, θα πρέπει να ζυγισθούν οι πιθανοί κίνδυνοι, με τον πιθανό αντίκτυπο του άγχους χωρίς θεραπεία στην εγκυμοσύνη [3].

ΣΚΟΠΟΣ

Σκοπός της παρούσας συστηματικής ανασκόπησης ήταν να αναζητηθούν και να παρουσιασθούν οι μελέτες που ερευνούν την ύπαρξη προδιάθεσης τοκοφοβίας σε πληθυσμούς φοιτητών.

ΜΕΘΟΔΟΣ

Για την επίτευξη του σκοπού ακολουθήθηκε η μεθοδολογία της συστηματικής ανασκόπησης. Έγινε αναζήτηση σε ηλεκτρονικές βάσεις δεδομένων όπως οι PubMed, GoogleScholar, Cochrane, καθώς και σε έγκριτα ελληνικά επιστημονικά περιοδικά. Αναζητήθηκαν άρθρα στην ελληνική ή αγγλική γλώσσα που μελετούσαν την προδιάθεση/ύπαρξη τοκοφοβίας σε φοιτητές και είχαν δημοσιευτεί από το 2001 έως το 2021. Ως επιπλέον κριτήρια εισόδου στη μελέτη, ορίστηκαν η ηλικία των φοιτητών να μην ξεπερνά τα 40 έτη, να μην έχουν παιδιά, ούτε να βρίσκονται σε κατάσταση εγκυμοσύνης οι ίδιοι ή οι σύντροφοί τους κατά τη διάρκεια συλλογής των δεδομένων της έρευνας, ωστόσο να έχουν την επιθυμία να αποκτήσουν ένα ή περισσότερα παιδιά στο μέλλον. Από τις 21 μελέτες που έμειναν για αξιολόγηση του πλήρους κειμένου, 10 ήταν αυτές που πληρούσαν τα κριτήρια ένταξης στην παρούσα συστηματική ανασκόπηση. Από την ανάλυση των μελετών προσδιορίζεται ο επιπολασμός της τοκοφοβίας στους φοιτητές, οι παράγοντες που συντελούν στην δημιουργία αυτής της προδιάθεσης και πώς αυτή μπορεί να επηρεάσει τις προτιμήσεις των φοιτητών σε ό,τι αφορά τις μαιευτικές παρεμβάσεις και την καισαρική τομή.

ΑΠΟΤΕΛΕΣΜΑΤΑ

(Table 1): Πίνακας των μελετών που συμπεριλαμβάνονται στην παρούσα συστηματική ανασκόπηση.

Βιβλιογραφική αναφορά, έτος, χώρα	Είδος και σκοπός της έρευνας	Δείγμα και εργαλεία μέτρησης	Αποτελέσματα
Stoll et al., 2014 Καναδάς	Συγχρονική μελέτη με σκοπό να καθοριστούν οι απόψεις των φοιτητών αναφορικά με την εγκυμοσύνη και τον τοκετό, οι οποίες μπορεί να σχετίζονται με το επίπεδο τοκοφοβίας και την προτίμηση για Κ.Τ.	Δείγμα: 3680 φοιτητές του Πανεπιστημίου British Columbia στον Καναδά. Εργαλείο: Ερωτηματολόγιο 70 ερωτήσεων.	Μέση τιμή τοκοφοβίας 18,37%. Παράγοντες κινδύνου: πληροφόρηση για εγκυμοσύνη και τοκετό από ΜΜΕ. Αποτέλεσμα: προτίμηση για επισκληρίδιο αναισθησία και Κ.Τ.
Hauck et al., 2016 Αυστραλία	Συγχρονική μελέτη με σκοπό την διερεύνηση της τοκοφοβίας, των απόψεων και προτιμήσεων των φοιτητών για τον τοκετό καθώς και των λόγων που έχουν διαμορφώσει αυτές τις απόψεις και προτιμήσεις.	Δείγμα: 654 φοιτητές ενός πανεπιστημίου στη Δυτική Αυστραλία Εργαλεία: Προσαρμοσμένο ερωτηματολόγιο των Stoll et al. (2014) και σύμπτυξη της κλίμακας κατάθλιψης, άγχους και στρες (DASS).	Ποσοστό τοκοφοβίας 26,1%. Παράγοντες κινδύνου: αρνητικές εντυπώσεις για τον τοκετό μέσα από ιστορίες και εμπειρίες συγγενών. Αποτέλεσμα: προτίμηση για επισκληρίδιο αναισθησία και Κ.Τ.
Thomson et al., 2017 Αγγλία	Μελέτη με σκοπό να διερευνηθούν οι παράγοντες που σχετίζονται με τις αρνητικές αντιλήψεις για τη γέννα και κυρίως κατά πόσο η πληροφόρηση για τον τοκετό μέσω διάφορων πηγών σχετίζεται με την τοκοφοβία	Δείγμα: 276 φοιτήτριες ενός πανεπιστημίου της Βορειοδυτικής Αγγλίας Εργαλεία: Κλίμακα φόβου τοκετού πριν την εγκυμοσύνη (CFPP) και υποκλίμακα DASS.	Παράγοντες κινδύνου: αρνητικές εντυπώσεις για τον τοκετό μέσω αρνητικών εμπειριών φίλων και συγγενών και συγκεκριμένες απόψεις για τον τοκετό που παρουσιάζονται από τα οπτικά μέσα.
Stoll et al., 2015 ΗΠΑ	Συγχρονική διαδικτυακή μελέτη με σκοπό τον προσδιορισμό των προτιμήσεων και των απόψεων των φοιτητριών για τον τοκετό και κυρίως τη συσχέτιση μεταξύ της αναφερόμενης τοκοφοβίας και της προτίμησης για Κ.Τ.	Δείγμα: 752 φοιτήτριες ενός ιδιωτικού κολλεγίου στις Βορειοανατολικές ΗΠΑ Εργαλείο: Ερωτηματολόγιο των Stoll et al. (2014)	Μέση τιμή τοκοφοβίας: 17,4%. Παράγοντες κινδύνου: η θετική άποψη για χρησιμοποίηση μαιευτικής τεχνολογίας, η άποψη ότι ο τοκετός είναι επικίνδυνος, η ανησυχία για τις φυσικές αλλαγές στο σώμα μετά την εγκυμοσύνη και τον τοκετό και ορισμένες πηγές πληροφόρησης για τον τοκετό.
Swift et al., 2017 Ισλανδία	Συγχρονική διαδικτυακή μελέτη με σκοπό να διερευνηθεί η πρόθεση των	Δείγμα: 410 φοιτήτριες του Πανεπιστημίου της Ισλανδίας.	Το 25,6% του δείγματος ανέφερε υψηλό επίπεδο φόβου τοκετού (τοκοφοβία). Αποτέλεσμα: αποφυγή φυσικού τοκετού,

	φοιτητριών για φυσιολογικό τοκετό σε σχέση με την τοκοφοβία και την εμπιστοσύνη στις γνώσεις για τον τοκετό.	Εργαλεία: CFPP και DASS-21.	προτίμηση για επισκληρίδιο αναλγησία.
Žigić Antić et al., 2018 Κροατία	Μελέτη με σκοπό να καθοριστεί ο επιπολασμός της τοκοφοβίας σε μη έγκυες φοιτήτριες και να διερευνηθούν διάφοροι παράγοντες που σχετίζονται με την τοκοφοβία.	Δείγμα: 374 φοιτήτριες του Πανεπιστημίου του Ζάγκρεμπ. Εργαλεία: W-DEQ, version A, STAI-T, ASI	Το 25,9% του δείγματος ανέφερε τοκοφοβία. Παράγοντες κινδύνου: ο προγραμματισμός εγκυμοσύνης, οι ανησυχίες για το σώμα, η κατάσταση άγχους, ο εκτιμώμενος πόνος τοκετού, το αντικείμενο σπουδών και οι προσωπικές και επαγγελματικές πηγές πληροφόρησης.
Weeks et al., 2020 Χιλή	Συγχρονική διαδικτυακή μελέτη με σκοπό να διερευνηθούν οι παράγοντες που σχετίζονται με την προτίμηση Κ.Τ. ως τρόπος τοκετού.	Δείγμα: 664 φοιτητές ενός δημοσίου Πανεπιστημίου της Χιλής. Εργαλεία: κλίμακα 10 ερωτήσεων CFPP	Η τοκοφοβία συσχετίστηκε με την επιλογή της Κ.Τ. ως τρόπος τοκετού. Ο συχνότερα αναφερόμενος λόγος προτίμησης Κ.Τ. ήταν ο φόβος του πόνου του τοκετού με ποσοστό 70,1%,
Stoll and Hall, 2013 Καναδάς	Διαδικτυακή έρευνα με σκοπό να καθοριστεί πώς ο χαμηλός και ο υψηλός φόβος του τοκετού (τοκοφοβία) επηρεάζει την προτίμηση τοκετού	Δείγμα: 461 φοιτήτριες του Πανεπιστημίου British Columbia στον Καναδά. Εργαλεία: Ανοικτός σχολιασμός των συναισθημάτων σχετικά με τον τοκετό.	Οι γυναίκες με τοκοφοβία ήταν νεότερες και χωρίς μόνιμη σχέση. Μόνο το 1,7% των γυναικών με χαμηλό φόβο τοκετού έδειξαν προτίμηση για Κ.Τ. σε αντίθεση με το 23,3% των γυναικών με τοκοφοβία.
Stoll et al., 2019 Καναδάς, Γερμανία, Αυστραλία, Χιλή, Αγγλία, Ισλανδία, Νέα Ζηλανδία και ΗΠΑ	Διαδικτυακή έρευνα με σκοπό να διερευνηθεί η στάση των φοιτητών απέναντι στην μαιευτική τεχνολογία και τις μαιευτικές παρεμβάσεις και πώς αυτή διαμορφώνεται ανάλογα με τη χώρα, την ηλικία, το φύλο, τον φόβο του τοκετού και άλλους παράγοντες	Δείγμα: 4569 φοιτητές από 10 πανεπιστήμια. Εργαλεία: Ερωτηματολόγιο για την αποδοχή/ υποστήριξη της μαιευτικής τεχνολογίας και των μαιευτικών παρεμβάσεων, CFPP για την τοκοφοβία, ερωτηματολόγιο για τις πηγές πληροφόρησης και για το επίπεδο εμπιστοσύνης στις γνώσεις για την εγκυμοσύνη και τον τοκετό.	Ποσοστό τοκοφοβίας 18,5% στη Γερμανία, 19,7% στον Καναδά, 22% στη Χιλή, 21,6% στην Ισλανδία, 31,6% στην Αυστραλία, 31,6% στη Νέα Ζηλανδία, 30,3% στις ΗΠΑ και 39,4% στην Αγγλία. Η τοκοφοβία συσχετίστηκε με την αποδοχή/υποστήριξη της χρήσης μαιευτικής τεχνολογίας και παρεμβάσεων.

Stoll et al., 2017 Καναδάς, Γερμανία, Αυστραλία, Χιλή, Αγγλία, Ισλανδία, Νέα Ζηλανδία και ΗΠΑ	Διαδικτυακή έρευνα με σκοπό την καταγραφή της προτίμησης των φοιτητριών για Κ.Τ., τους λόγους που καθορίζουν την προτίμηση αυτή και τα κενά γνώσης σχετικά με την εγκυμοσύνη και τον τοκετό.	Δείγμα: 3616 φοιτήτριες από 10 πανεπιστήμια. Εργαλεία: DASS-21, CFPP.	Οι φοιτήτριες με υψηλό σκορ στην κλίμακα φόβου τοκετού (τοκοφοβία) είχαν σημαντικά μεγαλύτερα ποσοστά προτίμησης Κ.Τ. Όσο αυξανόταν η εμπιστοσύνη στις γνώσεις των φοιτητριών, η προτίμηση για Κ.Τ. και ο φόβος του τοκετού μειωνόταν.
---	--	--	--

ΣΥΜΠΕΡΑΣΜΑΤΑ

Σύμφωνα με τα αποτελέσματα της παρούσας συστηματικής ανασκόπησης, φάνηκε ότι οι φοιτητές με αυξημένα επίπεδα φόβου του τοκετού (τοκοφοβία) έδειξαν μεγαλύτερη προτίμηση για χρήση μαιευτικής τεχνολογίας, μαιευτικές παρεμβάσεις και Κ.Τ.

Οι περισσότεροι από τους φοιτητές θεώρησαν ότι η επιλογή Κ.Τ. χωρίς ιατρική ένδειξη είναι δικαίωμα της κάθε γυναίκας. Αυτά τα ευρήματα υπονοούν ότι η επόμενη γενιά επιτόκων αντιμετωπίζει τον τοκετό από την πλευρά των δικαιωμάτων και της αυτονομίας των γυναικών. Οι ομοιότητες που παρουσιάζονται στις απόψεις των φοιτητών και των εγκύων γυναικών υποδηλώνουν ότι ίσως η τοκοφοβία αναπτύσσεται πριν από την εγκυμοσύνη.

Οι πηγές πληροφόρησης, οι οποίες διαμόρφωσαν τις απόψεις των φοιτητών σχετικά με την εγκυμοσύνη και τον τοκετό, φάνηκαν να σχετίζονται με τα επίπεδα τοκοφοβίας. Η διαμόρφωση απόψεων από τα οπτικά μέσα (τηλεόραση, YouTube κ.ά.) και τις αρνητικές ιστορίες τοκετού συγγενών και φίλων, φάνηκε να οδηγεί σε υψηλότερα επίπεδα τοκοφοβίας. Τέλος, σημαντική ήταν η συσχέτιση της τοκοφοβίας με την επιθυμία για επισκληρίδιο αναισθησία και Κ.Τ. καθώς και γενικότερη χρήση μαιευτικής τεχνολογίας και παρεμβάσεων

ΣΥΖΗΤΗΣΗ

Ως μέρος της παγκόσμιας προσπάθειας μείωσης των περιπτώσεων μαιευτικών παρεμβάσεων, θα πρέπει να αντιμετωπιστεί η αρνητική οπτική του τοκετού που προβάλλεται από τα οπτικά και έντυπα μέσα, να μειωθεί ο φόβος για αυτόν και

να αυξηθεί η εμπιστοσύνη των γυναικών στο σώμα τους και στις γνώσεις τους για τον τοκετό μέσω της σωστής ενημέρωσης από επαγγελματίες υγείας. Οι περισσότεροι φοιτητές αναγνώριζαν ελλείψεις στις γνώσεις τους αναφορικά με την εγκυμοσύνη και τον τοκετό και ήταν πρόθυμοι να μάθουν περισσότερα. Έτσι, συστήνεται η εκπαίδευση για τον τοκετό να παρέχεται πολύ πριν την πρώτη εγκυμοσύνη μιας γυναίκας. Το περιεχόμενο των μαθημάτων που θα παρακολουθήσουν, θα πρέπει να εστιάζει στη φυσικότητα του κοιλιακού τοκετού και στις ιατρικές ενδείξεις, κινδύνους και οφέλη που σχετίζονται με τις μαιευτικές παρεμβάσεις. Έτσι, θα βοηθηθούν οι γυναίκες να αξιολογήσουν κριτικά την προτίμησή τους για τον τρόπο τοκετού αλλά και τους κινδύνους και τα οφέλη των επιλογών τους.

Η τοκοφοβία δεν αφορά μόνο τις μαιέες και τους γιατρούς, αλλά και όσους σχεδιάζουν πολιτικές υγείας και θα πρέπει να αντιμετωπίζεται με προγράμματα πρόληψης. Η φροντίδα για την υποστήριξη των γυναικών με τοκοφοβία κατά την εγκυμοσύνη και τον τοκετό, θα πρέπει να αναπτυχθεί, να δοκιμαστεί, να αξιολογηθεί και τελικά να ενταχθεί στο δεδομένο σύστημα υγείας. Η αναγνώριση των περιστατικών τοκοφοβίας, οι παρεμβάσεις και τα μοντέλα φροντίδας που αφορούν αυτές τις περιπτώσεις, θα πρέπει να αξιολογούνται σαν μέρος ενός ολοκληρωμένου προγράμματος διαχείρισης ποιότητας στην Μαιευτική.

Predisposition to tokophobia in students. A systematic review.

Elisavet Tzianoudaki¹, Andriani
Gagalidou¹, Claire Gourounti²

¹Department of Midwifery, Faculty of Health and Caring Professions, University of West Attica, Athens, Hellas

²Professor, Chair of the Midwifery Department, Faculty of Health and Caring Professions, University of West Attica, Athens, Hellas

Key words: tokophobia, fear of childbirth, fear of birth, dread of childbirth, pathogenesis of phobias, creation of phobias, students, university students, college students

SUMMARY: *Tokophobia is a multifactorial, intense phobic anxiety disorder related to childbirth, that causes problems for both women and fetuses and affects the delivery. To a lesser extent, it can also appear in men. The purpose of this study is to seek and present all the studies that investigate tokophobia in student populations and have been published in the last 20 years.*

Methods: The research method used, is the systematic review. Of the total number of 21 articles retrieved, 10 of them were suitable for this review.

Results: The prevalence of tokophobia in students ranges from 17.4% in the US to 39.4% in the UK. According to the research, it seems that tokophobia in students varies significantly depending on the country of origin.

Conclusion: Sources of information about pregnancy and childbirth seemed to influence the emergence of tokophobia, with the media and negative birth stories from relatives and friends negatively affecting students. The correlation of tokophobia with the desire for epidural anesthesia and caesarean section was important as well as with general use of obstetric technology and interventions.

Conflicts of Interest: The authors declare no conflicts of interest.

REFERENCES

- Hofberg, K. & Brockington, I. :Tokophobia: an unreasoning dread of childbirth. A series of 26 cases. *British Journal of Psychiatry*, 176, 83-85. (2000)
- Rondung E,Thomten J,Sundin O: Psychological perspectives on fear of childbirth.*Journal of Anxiety Disorders* Volume 44, December 2016, Pages 80-91 (2016)
- Hantsoo,L,,EppersonC.Neill: Anxiety Disorders Among Women:AFemaleLifespanApproach.PublishedOnline:10Apr2017<https://doi.org/10.1176/appi.focus.2016> .(2017)
- O'Connor, T.G., Ben-Shlomo, Y., Heron, J., Golding, J., Adams, D., Glover, V. :Prenatal Anxiety Predicts Individual Differences in Cortisol in Pre-Adolescent Children. *Biological Psychiatry*58: 211-217. (2005)
- Thalia C Eley ,Tom A McAdams ,Fruhling V Rijdsdijk , Paul Lichtenstein , Jurgita Narusyte , David Reiss ,, Erica L Spotts ,Jody M Ganiban ,Jenae M Neiderhiser : The Intergenerational Transmission of Anxiety: A Children-of-TwinsStudy.*AmJPsychiatry*2015Jul;172(7):630-7. (2015)
- Zar,M:Diagnostic aspects of fear of childbirth. *Linkoping Studies in Education and Psychology Dissertation No 78* .(2001)
- Byrnes, L.: Perinatal Mood and Anxiety Disorders. *Journal for Nurse Practitioners*, 14 (7), 507-513.(2018)
- Nilsson, C., Lundgren, I., Karlström, A., Hildingsson, I. :Self reported fear of childbirth and its association with women's birth experience and mode of delivery: a longitudinal population-based study. *Women and Birth* 25(3): 114-121. (2012)
- Eriksson, C., Westman, G., Hamberg, K.:Experiential factors associated with childbirth-related fear in Swedish women and men: a population based study. *Journal of Psychosomatic Obstetrics&Gynecology*26(1):63-72. (2005)
- Benoit D.,Parker K.C.H: Stability and transmission across three generations. *Child developments*,65,1444-1457. (1994)
- Scollato, A.and Lampasona, R. :Tokophobia: when fear of childbirth prevails. *Mediterranean Journal of Clinical Psychology*1: 1-18. (2013)
- Fisher, C., Hauck, Y., Fenwick J. :How social context impacts on women's fears of childbirth: a Western Australian example. *Social Science & Medicine* 63: 64-75. (2006)
- Toohill, J., Fenwick, J., Gamble, J., Creedy, D. K., Buist, A., Turkstra, E., & Ryding, E.L:A randomized controlled trial of a psycho-education intervention by midwives in reducing childbirth fear in pregnant women. *Birth*, 41(4), 384–394.(2014)
- Meltzer-Brody, S., Bledsoe-Mansori, S. E., Johnson, N., Killian, C., Hamer, R. M., Jackson, C., Wessel, J., & Thorp, J. :A prospective study of perinatal depression

- and trauma history in pregnant minority adolescents, *American journal of obstetrics and gynecology*, 208(3), 211.e1–211.e2117. . (2013)
15. Hofberg, K. & Ward, M. R.: Fear of pregnancy and childbirth. *Postgraduate Medical Journal*, 79(935), 505–510. (2003)
16. Silva-Perez L J, Gonzalez-Cardenas N, Surani S, et al. :Socioeconomic Status in Pregnant Women and Sleep Quality During Pregnancy. *Cureus*, 11(11), e 6183.dinavica 76: 948–952. (2019)
17. Cantarutti, A., Franchi, M., Monzio Compagnoni, M. et al. :Mother's education and the risk of several neonatal outcomes: an evidence from an Italian population-based study. *BMC Pregnancy Childbirth*, 17, 221. (2017)
18. Fair F, Raben L, Watson H, Vivilaki V, van den Muijsenbergh M, Soltani H, et al.: Migrant women's experiences of pregnancy, childbirth and maternity care in European countries: A systematic review. *PLoS ONE*, 15(2), e0228378. (2020)
19. Sigalla, G. N., Rasch, V., Gammeltoft Meyrowitsch, D. W., Rogathi, J., Manongi, R., & Mushi, D.: Social support and intimate partner violence during pregnancy among women attending antenatal care in Moshi Municipality, Northern Tanzania. *BMC public health*, 17(1), 240. (2017)
20. Clark A, Skouteris H, Wertheim EH, Paxton SJ, Milgrom J. :The relationship between depression and body dissatisfaction across pregnancy and the postpartum: a prospective study. *J Health Psychol.*, 14, 27–35. (2009)
21. Saisto, T., Halmesmäki, E. :Fear of childbirth: a neglected dilemma. *Acta Obstetrica Et Gynecologica Scandinavica* 82: 201–208. (2003)
22. Nilsson, C., Hessman, E., Sjöblom, H., Dencker, A., Jangsten, E., Mollberg, M., Patel, H., Sparud-Lundin, C., Wigert, H., & Begley, C. :Definitions, measurements and prevalence of fear of childbirth: a systematic review. *BMC pregnancy and childbirth*, 18(1), 28. (2018)
23. Masoumi, M., & Elyasi, F.: Tokophobia in Fathers: A Narrative Review. *Iranian Journal of Psychiatry and Behavioral Sciences*, 15(1), e104511. (2021)
24. Ganapathy, T. :Tokophobia among First Time Expectant Fathers. *International Journal of Psychiatric Nursing* 1(1):99. (2015)
25. Hofberg, K., Ward, M.R. :Fear of childbirth, tophobia, and mental health in mothers: the obstetric-psychiatric interface. *Clinical Obstetrics and Gynecology* 47(3):527-534. (2004)
26. Ayers, S., Bond, R., Bertullies, S. & Wijma, K. :The aetiology of post-traumatic stress following childbirth: a meta-analysis and theoretical framework. *Psychological Medicine*, 46(6), 112134. (2016).
27. Demsar, K., Svetina, M., Verdenik, I., Tul, N., Blickstein, I., & Globevnik Velikonja, V.: Tokophobia (fear of childbirth): prevalence and risk factors. *Journal of Perinatal Medicine*, 46(2), 151-154. (2018)
28. Misri, S., Abizadeh, J., Sanders, S., Swift, E.: Perinatal Generalized Anxiety Disorder: Assessment and Treatment. *Journal Womens Health(Larchmt)Sep* 1;24(9): 762–770.(2015)
29. Talge, N. M., Neal, C., Glover, V., & Stress E.: Translational Research and Prevention Science Network: Fetal and Neonatal Experience on Child and Adolescent Mental Health, Antenatal maternal stress and long term effects on child neurodevelopment: how and why?. *Journal of Child Psychology and Psychiatry*, 48, 245-261. (2007)
30. Huizink, A.C., Robles de Medina, P.G., Mulder, E.J., Visser, G.H., & Buitelaar, J.K.: Stress during pregnancy is associated with developmental outcome in infancy. *Journal of Child Psychology and Psychiatry* 44(6):810-818. (2003)
31. Firouzan, L., Kharaghani, R., Zenoozian, S., Moloodi, R., & Jafari, E.: The effect of midwifery led counseling based on Gamble's approach on childbirth fear and self-efficacy in nulligravida women. *BMC pregnancy and childbirth*, 20(1), 522.(2020)
32. Uçar, T., & Golbasi, Z. :Effect of an educational program based on cognitive behavioral techniques on fear of childbirth and the birth process. *Journal of Psychosomatic Obstetrics & Gynecology*, 1–10. (2018)
33. Klabbers, G. A., Wijma, K., Paarlberg, K. M., Emons, W. H., & Vingerhoets, A. J. Treatment of severe fear of childbirth with haptotherapy: design of a multicenter randomized controlled trial. *BMC complementary and alternative medicine*, 14, 385. (2014)
34. Baas, M. A., Stramrood, C. A., Dijkman, L. M., de Jongh, A., van Pampus, M. G. :The OptiMUM-study: EMDR therapy in pregnant women with posttraumatic stress disorder after previous childbirth and pregnant women with fear of childbirth: design of a multicentre randomized controlled trial. *European journal of psychotraumatology* 8(1): 1293315. (2017)