

Negativa och potentiellt traumatiserande förlossningsupplevelser

Förlossningar kan rymma potentiellt traumatiska delar eller händelser. Individens tolkning av det inträffade avgör och påverkas av tidigare erfarenheter samt personliga förutsättningar och egenskaper.

I akutfasen är det ansvarig vårdpersonal, d.v.s. läkare, barnmorskor och undersköterskor, som ger krismedvetet stöd till patienten/paret. Målet är att stabilisera, minska stress och stärka individens motståndskraft. Fokus är omedelbara praktiska behov och problem som den drabbade har, *inte* emotionell bearbetning. I första hand ska personalen stödja positiva strategier, göra patienten aktiv och delaktig samt stärka socialt nätverk.

Innan hemgång från BB erhåller patienten broschyren ”Till dig som nyss fått barn- Vanliga tankar och känslor efter förlossning”.

Ibland finns behov av extra psykologiskt stöd. Det kan handla om krisstöd och/eller bearbetning efter en svår händelse. Det är viktigt att stämna av att patienten faktiskt önskar stöd innan eventuell kontakt initieras.

Tidigt krisstöd:

Kuratorer KK/Gyn. Koordinatorstel: 416 18

Om det redan finns en etablerad samtalskontakt via Kvinnohälsans Samtalsmottagning, bör patienten i första hand följas upp av aktuell behandlare. Kontakt tas per telefon eller via meddelande i Cosmic.

När det gått en tid

För en del patienter uppstår efter en tid (veckor, månader, år) behov av emotionell bearbetning av sin förlossningsupplevelse. Detta kan framkomma i samband med att patienten tar egen kontakt med kliniken, efterkontroll (barnmorska/läkare), preventivmedelsrådgivning, GCK eller i samband med en ny graviditet.

Det kan till exempel handla om att patienten i efterhand behöver få stöd att gå igenom och berätta om sin förlossning eller att det finns indikationer på posttraumatisk stress (PTSD). Detta bör bedömas/behandlas av psykolog eller psykoterapeut på kliniken.

Det är vanligt med sekundär graviditets- och förlossningsrädsla. I vissa fall kan prekonceptuell rådgivning hos läkare då vara aktuellt. Många gånger krävs en kombination av insatser.