

Screening af begge for fødselsdepression

far - ambassadør - træf

far
FOR LIVET

FORUM FOR
**MÆNDS
SUNDHED**



FORUM FOR MÆNDS SUNDHED - SVEND AAGE MADSEN

1



Screening

I kommuner hvor man screener for fødselsdepression, bør man også screene faderen helt på lige fod. Her kan introduktionen være sådan:

- *'For nogle kvinder og mænd kan det være psykisk hårdt og svært at vente og få barn. Nogle får en fødselsdepression – det gælder ca. 10 % af mødrene og ca. 8 % af fædrene.*
- *Ved tidligt at finde og støtte dem, som har behov, vil vi kunne forebygge de store belastninger, det er for alle i en spædbarnsfamilie, at en af forældrene får en fødselsdepression.*
- *Derfor vil vi gerne tilbyde jer en screening, der kan vise om en af jer er i risiko for en sådan fødselsdepression.'*

Hvor der screenes under graviditet, kan man sammen med ovenstående sige: 'Det er nu blevet muligt at opdage begyndende fødselsdepression hos en del kvinder og mænd allerede under graviditeten'.

FORUM FOR MÆNDS SUNDHED - SVEND AAGE MADSEN

2

Kvinder og fødselsdepression

ICD-10: "Psykisk forstyrrelse forbundet med puerperiet (inden for 6 uger), ikke klassificeret andetsteds" .. "eventuelt p.g.a. utilstrækkelige oplysninger ... eller vanskelig klassifikation".

Udbredelse af fødselsdepression (efter fødsel) ud fra Edinburgh-skalaen: 10-14%

Fund: Større hyppighed af depressions-symptomer under graviditeten (BMJ).

FORUM FOR MÆNDS SUNDHED - SVEND AAGE MADSEN

3

Fødselsdepression - ICD-11 "6E20"

Mental or behavioral disorders associated with pregnancy, childbirth or the puerperium, without psychotic symptoms

Parent

A syndrome associated with pregnancy or the puerperium (commencing within about 6 weeks after delivery) that involves significant mental and behavioral features, most commonly depressive symptoms. The syndrome does not include delusions, hallucinations, or other psychotic symptoms.

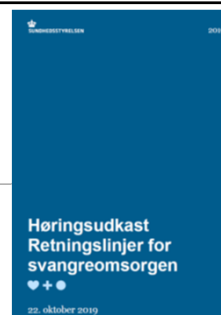
FORUM FOR MÆNDS SUNDHED - SVEND AAGE MADSEN

4

De nye retningslinjer

Fædre og fødselsdepression

Også for faderen er graviditeten, mødet med barnet og det at blive far en omvæltning. En far, der får en fødselsdepression, kan ligesom moderen få tanker, der knytter sig direkte til forholdet til barnet, som ovenfor nævnt. Det er omdiskuteret i den videnskabelige litteratur, om der ved depressioner hos mænd ses andre reaktionsmønstre, som fx udadreagerende adfærd i form af vrede og aggression, og tilbage-trækning fra hjemmet i form af mere arbejde end vanligt. ...Fødselsdepression hos faderen har som for moderen betydning for både relationen mellem forældrene og relationen til barnet.

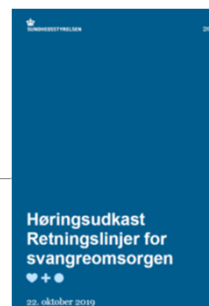


FORUM FOR MÆNDS SUNDHED - SVEND AAGE MADSEN

5

De nye retningslinjer

”Dansk forskning viser, at selv personer med svære fødselsdepressioner ikke nødvendigvis modtager behandling og tilsvarende peger en svensk undersøgelse på, at med mindre man systematisk og rutinemæssigt spørger ind til fødselsdepression vil meget få tilfælde opspores og dermed få tilbudt hjælp”.



FORUM FOR MÆNDS SUNDHED - SVEND AAGE MADSEN

6

Psykiske reaktioner på forældreskab - en relationel problematik

Fødselsdepression

Efterfødselsreaktioner

Perinatal depression

Mood disorders related to parenthood

....

FORUM FOR MÆNDS SUNDHED - SVEND AAGE MADSEN

7

Officielle anbefalinger: Psykiske reaktioner

Patologiske psykiske reaktioner

1. Angstreaktioner i forbindelse med graviditet og fødsel
2. Belastningsreaktioner
3. Fødselsdepression

FORUM FOR MÆNDS SUNDHED - SVEND AAGE MADSEN

8

Fødselsdepression - omfang

Forskningsresultater: :

Udbredelse hos kvinder - efter fødsel: 10-14% - 12-16% under graviditet

Udbredelse hos mænd – efter fødsel: ca. 7%-10%

Ny amerikansk undersøgelse:

Mænd: ca. **10%**

FORUM FOR MÆNDS SUNDHED - SVEND AAGE MADSEN

9

Fødselsdepressionens forskellige niveauer

- ⇒ Individuelt
- ⇒ Oplevelse af barn og samspil
- ⇒ Erfaringer med nære relationer
- ⇒ Udløsende forhold

FORUM FOR MÆNDS SUNDHED - SVEND AAGE MADSEN

10

Individuelt: Symptomer/tilstande

Været i stand til at le	Lavere stresstærskel
Se frem til forskellige ting med glæde	Aggressiv, udadreagerende, ÷selvkontrol
Bebrejdet mig selv	Udbrændthed, tomhed, træthed
Nervøs og bekymret	Irritabel, rastløs og frustreret
Angst og panikslagen	Uro/ængstelse/ ubehag
Svært ved at overskue situation	Misbrug
Ulykkelig	Overaktiv
Ked af det	Svær at have med at gøre?
Grædt	Håbløshed, selvmedlidenhed/klagende/"ynkelig"

FORUM FOR MÆNDS SUNDHED - SVEND AAGE MADSEN

11

Relationelt: Barn og samspil

Centralt: Overvældet af bundethed og ansvar!

Forestillinger om:

At skade barnet
 At barnet skader forældren
 At barnet kommer ud af kontrol
 At kunne blive fri for barnet

Samt:

Angst for barnets reaktioner og behov
 Ønsker om at blive fri for det
 Angst for somatiske sygdomme hele tiden
 Følelser af skuffelse/lede
 Angst for adskillelse

FORUM FOR MÆNDS SUNDHED - SVEND AAGE MADSEN

12

Egne erfaringer med tilknytning

- Ikke at blive forstået
- Ikke oplevet at blive trøstet
- Ensomhed
- Ikke regne med andres kærlighed
- Ikke give udtryk for at være ked af det
- Ikke oplevet ømhed
- Altid skullet trøste sig selv
- Altid skullet søge at holde familien sammen
- Ikke blive set
- Følt sig forladt
- Oplevelse af ligegladhed fra forældre
- Blive hadet, afvist, ydmyget, set ned på, misbrugt....

FORUM FOR MÆNDS SUNDHED - SVEND AAGE MADSEN

13

Fødselsdepressionens forskellige niveauer

- ⇒ Individuelt: Depression, krise, angst, forstyrrelse
- ⇒ Oplevelse af barn og samspil: Emotionelle, kognitive og tanke- og perceptionsforstyrrelser
- ⇒ Erfaringer med relationer: Følelser af savn/ forladthed især i forhold til egen mor/far. Mangel på model
- ⇒ Udløsende forhold: Tab af nære relationer/af beskyttelse mod forladthed

FORUM FOR MÆNDS SUNDHED - SVEND AAGE MADSEN

14

Fødselsdepression ændrer begge forældres omsorgs-adfærd

Både mødre og fædres engagement og adfærd

PEDIATRICS
OFFICIAL JOURNAL OF THE AMERICAN ACADEMY OF PEDIATRICS

Individual and Combined Effects of Postpartum Depression in Mothers and Fathers on Parenting Behavior
James F. Paulson, Sarah Dauber and Jenn A. Leiferman

FORUM FOR MÆNDS SUNDHED - SVEND AAGE MADSEN

15

Langtidseffekter

Både mødres og fædres fødselsdepressioner har langtidseffekter på barnet.

THE JOURNAL OF
CHILD PSYCHOLOGY AND PSYCHIATRY
Journal of Child Psychology and Psychiatry 49:10 (2008), pp 1069-1078
doi:10.1111/j.1469-7610.2008.02000.x



The effects of pre- and postnatal depression in fathers: a natural experiment comparing the effects of exposure to depression on offspring

Paul G. Ramchandani,¹ Thomas G. O'Connor,² Jonathan Evans,³
Jon Heron,⁴ Lynne Murray,⁵ and Alan Stein¹

FORUM FOR MÆNDS SUNDHED - SVEND AAGE MADSEN

16

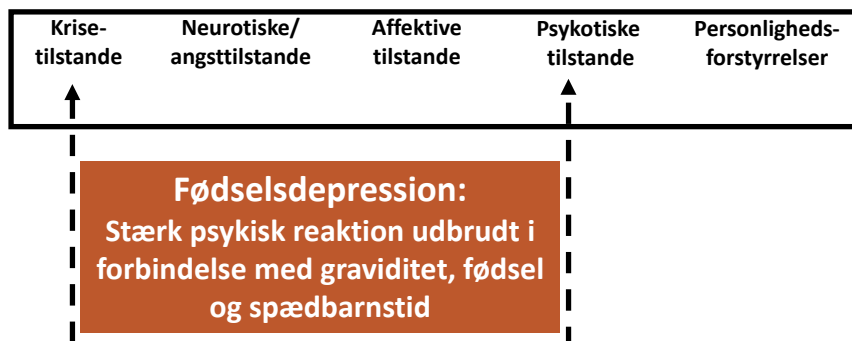
Hvad skal vi gøre?

- Forstå
- Opdage
- Kontakte
- Henvise/
behandle/
forebygge

FORUM FOR MÆNDS SUNDHED - SVEND AAGE MADSEN

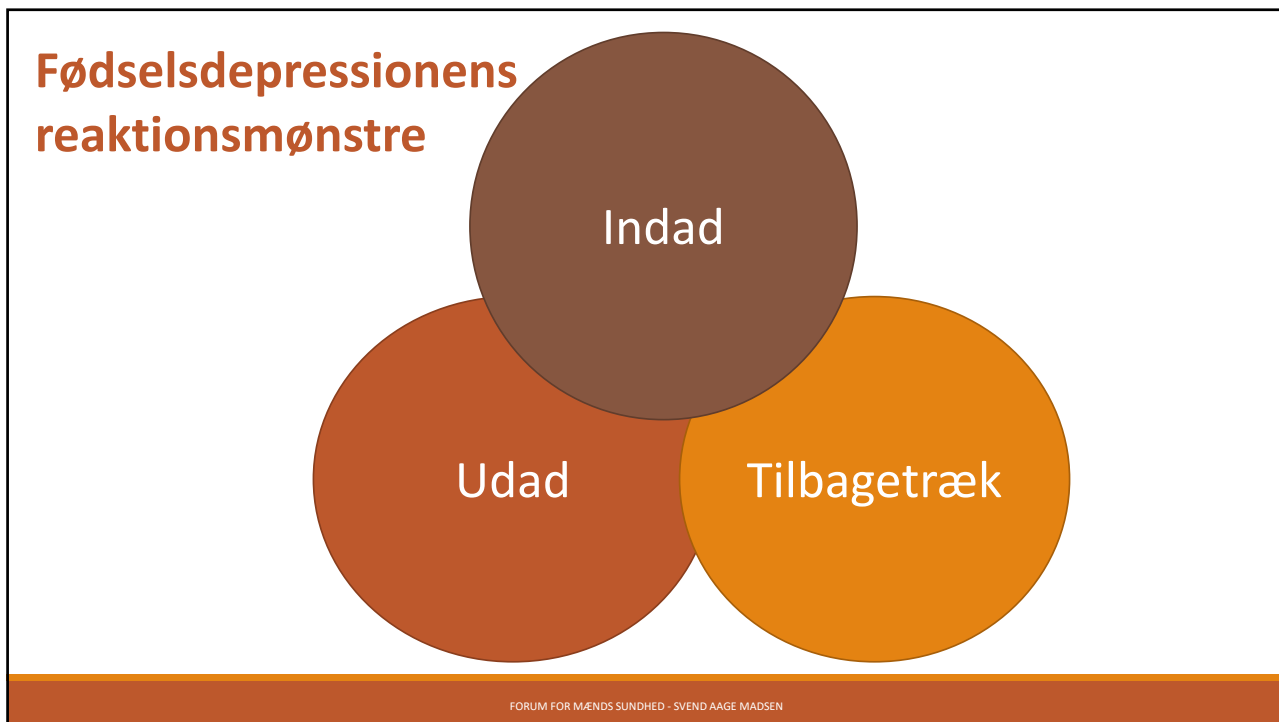
17

Diagnostisk placering af fødselsdepressionen



FORUM FOR MÆNDS SUNDHED - SVEND AAGE MADSEN

18



19

EPDS - "Traditionel"

1. Har kunnet at le og se tingene fra humoristisk side
2. Jeg har med glæde set frem til forskellige ting
3. Unødvendigt bebrejdet mig selv ting der er gået galt
4. Jeg har været nervøs og bekymret uden god grund
5. Jeg har været angst og panikslagen uden god grund
6. Jeg har haft svært ved at overskue min situation
7. Været å ulykkelig, at jeg har haft svært ved at sove
8. Jeg har været ked af det og ulykkelig
9. Jeg har været så ulykkelig, at jeg har grædt
10. Tanken om at gøre skade på mig selv har strejft mig

FORUM FOR MÆNDS SUNDHED - SVEND AAGE MADSEN

20

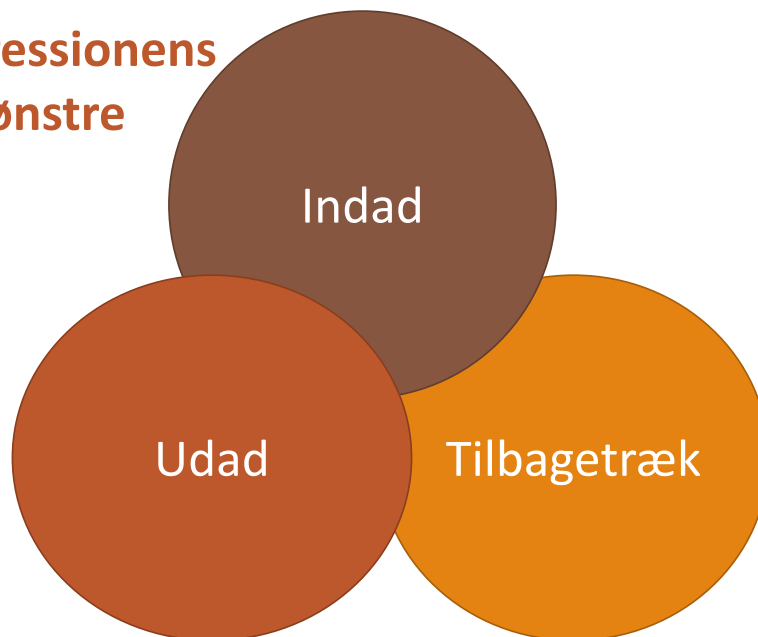
Hvad viser EPDS?

- | | |
|--|---|
| <ol style="list-style-type: none"> 1. Alle kvinder med en diagnosticeret depression scorer over 12. 2. Ved at bruge 12 som cut off fanges 86 % af kvinderne med FD. 3. Ved at bruge 12 som cut off undgås at diagnosticere 78% af kvinder, der ikke har FD. | <ol style="list-style-type: none"> 1. Alle mænd med en diagnosticeret depression scorer over 10. 2. Ved at bruge 10 som cut off fanges 89 % af mændene med FD. 3. Ved at bruge 10 som cut off undgås at diagnosticere 79% mænd, der ikke har FD. |
|--|---|

FORUM FOR MÆNDS SUNDHED - SVEND AAGE MADSEN

21

Fødselsdepressionens reaktionsmønstre



FORUM FOR MÆNDS SUNDHED - SVEND AAGE MADSEN

22

Gotland-erfaringen



FORUM FOR MÆNDS SUNDHED - SVEND AAGE MADSEN

23

Gotland-erfaringen

Mænds vanskeligheder ved at opfatte problemer som psykiske

Mænds brug af hjælp

De professionelles vanskeligheder ved opdagelse af psykiske problemer hos mænd

Særlige karakteristika ved mænds psykiske tilstande

FORUM FOR MÆNDS SUNDHED - SVEND AAGE MADSEN

24

'Mandlige' udad-reaktioner

Vredesudbrud
 Aggressivitet
 Svag impuls kontrol
 Irritabilitet
 Destruktiv tankegang
 Lav stresstærskel
 Rastløshed
 Misbrug

FORUM FOR MÆNDS SUNDHED - SVEND AAGE MADSEN

25

Gotland-skala – "Mandlig"

1. Lavere stresstærskel/mere stresset
2. Aggressiv, udadreagerende, svag selvkontrol
3. Følelse af udbrændthed og tomhed
4. Uforklarlig træthed
5. Irritabel, rastløs og frustreret
6. Besvær med at træffe beslutninger i hverdagen
7. Sovet for meget/for lidt/uroligt/besvær med at falde i søvn/vågner tidligt
8. Følelse af uro/ængstelse/ubehag
9. Overforbrug af alkohol og piller – Overaktiv, arbejder/jogger hårdt og rastløst
10. Opførsel ændret: du er svær at have med at gøre
11. Følt dig/andre opfattet dig som dyster, negativ
12. Følt dig/andre set dig som selvmedlidende, klagende
13. Familiedisposition til misbrug etc.

FORUM FOR MÆNDS SUNDHED - SVEND AAGE MADSEN

26

GMDS

Har du selv eller har andre i løbet af den sidste måned bemærket, at du opfører dig anderledes, end du plejer, og i givet fald på hvilken måde? (Sæt kryds)

	Slet ikke	Til en vis grad	Passer meget godt	I høj grad
1 Lavere stresstærskel/mere stresset end du plejer	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
2 Mere aggressiv, udadreagerende, besvær med selvkontrol	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
3 Følelse af udbrændthed og tomhed	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
4 Konstant, uforklarlig træthed	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
5 Mere irriterbar, rastløs og frustreret	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
6 Besvær med at træffe almindelige beslutninger i hverdagen	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
7 Søvnforstyrrelser: Sovet for meget/for lidt/uroeligt, besvær med at falde i søvn/vågner tidligt	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
8 Især om morgenen at have en følelse af uro/længstelse/ubehag	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
9 Overforbrug af alkohol og piller for at opnå en beroligende og afslappende virkning. At du er overaktiv eller at du afreager ved at arbejde hårdt og rastløs, jogge eller dyrke anden form for idræt, spise for meget eller for lidt	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
10 Føler du, at din opførsel er ændret på en sådan måde, at hverken du selv eller andre kan genkende dig, og at du er svær at have med at gøre?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
11 Har du følt dig eller har andre opfattet dig som dystert, negativ eller præget af håbløshed hvor alt ser sort ud?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
12 Har du selv eller andre bemærket, at du har større tendens til selvmedlidenhed, til at være klagende eller til at virke "ynkelig"?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
13 Er der i din biologiske familie tendens til misbrug, depression/nedtrykthed, forsøg på selvmord eller tilbøjelighed til en adfærd der indebærer fare.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

FORUM FOR MÆNDS SUNDHED - SVEND AAGE MADSEN

27

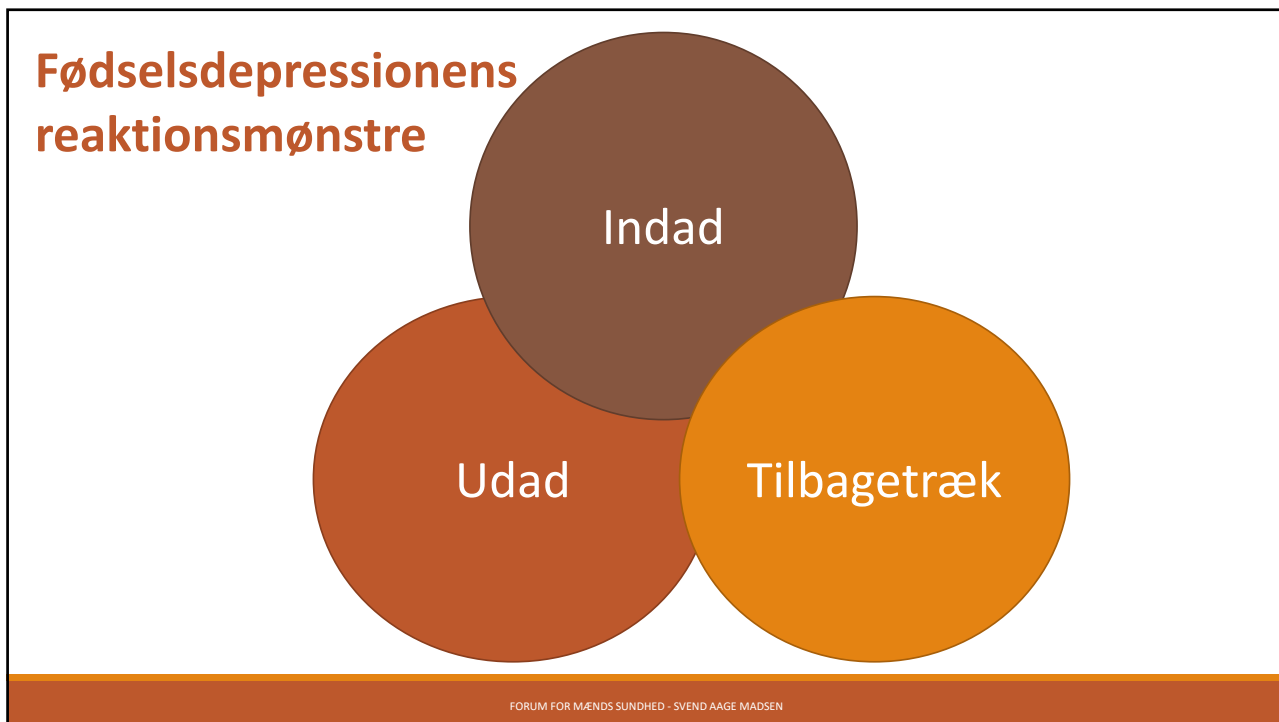
Hvad viser Gotlandsskalaen?

- GMDS er bedre end BDI til screening af mænd.
- Conclusion: GMDS is a valid screening tool for detecting male depression (MDD).

Sigurdsson, B. et al. (2015) Validity of Gotland Male Depression Scale for male depression in a community study. *Journal of Affective Disorders* Volume 173, Pages 81-89

FORUM FOR MÆNDS SUNDHED - SVEND AAGE MADSEN

28



29

'Mandlige' reaktioner 2

Tilbagetrækning fra relationer – benægtes eventuelt
Overworking – besættelse
Benægtelse af smerte

- Bl.a. sorg og savn

Rigide krav om autonomi
Ser relationer som en del af problemet i stedet for en ressource
Afvisning af hjælp
Voldsom selvkritik

FORUM FOR MÆNDS SUNDHED - SVEND AAGE MADSEN

30

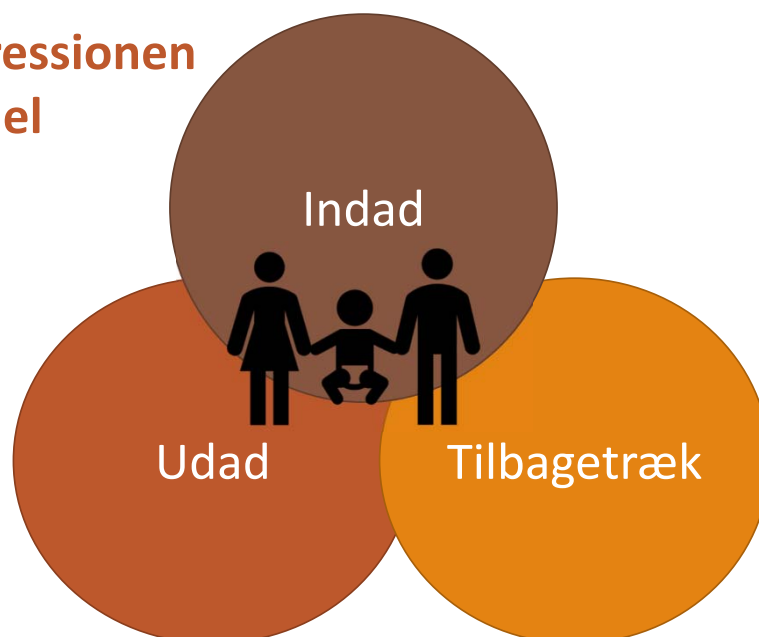
Tilbagetrækningsreaktioner

- Jeg føler mig låst fast
- Jeg trækker mig fra min familie
- Jeg vil helst være alene
- Det er nemmest klare situationen ved at kaste sig over noget arbejde
- Det er svært at fortælle til nogen, hvordan jeg har det
- Jeg synes at jeg må klare mine problemer selv

FORUM FOR MÆNDS SUNDHED - SVEND AAGE MADSEN

31

Fødselsdepressionen - En relationel forstyrrelse



FORUM FOR MÆNDS SUNDHED - SVEND AAGE MADSEN

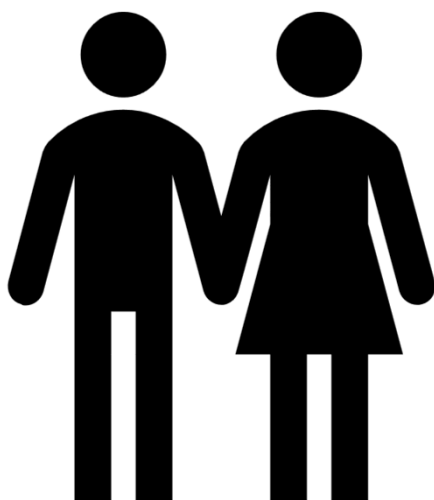
32

Relationelle reaktioner

- Jeg føler ikke, jeg lever op til mit ansvar
- Jeg oplever det meget krævende at være sammen med min familie
- Jeg synes mit barn er/tror det vil blive meget krævende
- Jeg har / tror jeg får svært ved trøste mit barn
- Jeg tænker indimellem at jeg har fortrudt at få barn
- Jeg har/tror jeg får rigtig god kontakt med mit barn

FORUM FOR MÆNDS SUNDHED - SVEND AAGE MADSEN

33

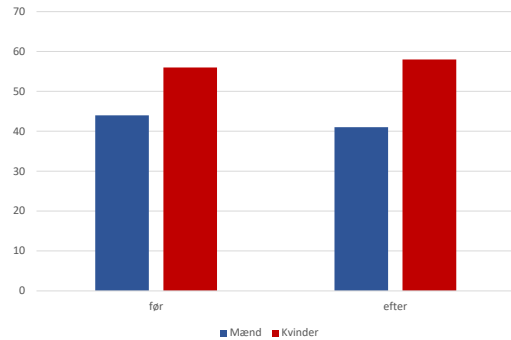


Forskelle og
ligheder
- mellem kvinder
og mænd

34

Deltagere ved 7.000 screeninger

Før: 56 % kvinder og 44 % mænd
Efter: 59 % kvinder og 41 % mænd



FORUM FOR MÆNDS SUNDHED - SVEND AAGE MADSEN

35

Opsporing via screening i sundhedspleje før og efter fødsel

Klinik for Psykiatri, sundheds- og socialrådgivning, Rigs hospital - Reaktionen på at vente barn/bliive forældre

Navn: _____
Cjfr. nr.: _____

Svaretskema om:
Reaktioner på at vente barn/ blive forældre

For at beskrive dine psykiske reaktioner på graviditet/fødsel bedes dette skema udfyldt. På den baggrund vil vi vurdere, om vi har tilbud om psykologhjælp til dig.

Venlig hilsen
Klinik for Psykiatri, Rættspøik og Socialrådgivning

R Rigshospitalet

Om baggrunden for skemaet: Se sidste side

Adresse: Århus 8002 - Rigs hospital - Bagvedvej 1 - 8000 Århus C, Tlf: 86461707

R Rigshospitalet
Kontaktadresse:
Klinik for Psykiatri, sundheds- og socialrådgivning
Århus 8002, Bagvedvej 1, 8000 Rådhuspladsen
Tlf: 86461707

Information om spørgeskemaet:
Skemaet bruger en række forskellige målskaler til at vurdere mulig fødselsdepression. Skemaet består af de nævnte områder og har et bevidsthedsniveau.
Ansvaret for udformning: Chefpsykiater Svend Aage Madsen, ph.d., Klinik for Psykiatri, Rættspøik og Socialrådgivning, Rigs hospital.

Spørgeskemaets basale af følgende dele:

- Edinburgh Post-natal Depression Scale (Cox, J. & Holden, J. (2002). Revised Edinburgh Post-natal Depression Scale. London: Elsevier).
- Goldberg Male Depression Scale (Thak, M., Vinter, S. & Sørensen, A. (2002). The Goldberg Scale for assessing male depression. Nord J Psychiatry, 36(4): 260-271).
- Udvalgte spørgsmål fra The Prenatal Depression Scale (Mogrensen, G. & Aagaard, M. (2009). The Prenatal Depression Scale: Development and Psychometric Evaluation. Psykiatri, 13(1): 1-10).
- Spørgsmål om søvn, Rigs hospital og Psykiatri (Mogrensen, G. & Aagaard, M. (2009). Søvn og søvnproblemer. Psykiatri, 13(1): 1-10).

Indholdet af spørgeskemaet er en del af den skitserede undersøgelse: *Prenatal depression in the perinatal period assessed with traditional and male depression scales* (Mogrensen, G. & Aagaard, M. (2007). *Paternal health & gender: Vol 4 Issue 1, March 2007*). Edinburgh Post-natal Depression Scale og Goldberg Male Depression Scale er velkendte målskaler.

FORUM FOR MÆNDS SUNDHED - SVEND AAGE MADSEN

36

Opsporing via screening på hospital og i sundhedspleje

Årsik for hukning, manglende og tvetydige svar, angives i parentes på et sæt barn/fødselskort

De følgende 10 spørgsmål skal besvares, hvordan du har haft det i løbet af de sidste 7 dage – altså ikke blot i dag. Sæt kryds ud for det svar, du synes passer bedst på spørgsmålet.

A. Jeg har været i stand til at le og se tingene fra den humoristiske side
 (0) 17. Lige så meget som jeg altid har været
 (1) 12. Ikke helt så meget som tidligere
 (2) 7. Aldrig ikke så meget som tidligere
 (3) 2. Overhovedet ikke

B. Jeg har spillet glade med mine tilfældige ting
 (0) 17. Lige så meget som jeg tidligere har gjort
 (1) 12. Et del mindre end jeg tidligere har gjort
 (2) 7. Aldrig mindre end jeg tidligere har gjort
 (3) 2. Overhovedet ikke

C. Jeg har sandsynligvis indtøjet mig selv, hvis noget er gået galt
 (0) 17. Ja, det meste af tiden
 (1) 12. Ja, et del
 (2) 7. Nej, sjældent
 (3) 2. Nej, aldrig

D. Jeg har været nervøs og bekymret uden god grund
 (0) 17. Nej, overhovedet ikke
 (1) 12. Meget sjældent
 (2) 7. Noget sjældent
 (3) 2. Ja, meget ofte

E. Jeg har været smukt og passioneret uden god grund
 (0) 17. Ja, en hel del
 (1) 12. Ja, nogle gange
 (2) 7. Nej, ikke meget
 (3) 2. Overhovedet ikke

F. Jeg har haft svært ved at overleve min situation
 (0) 17. Ja, det meste af tiden
 (1) 12. Ja, nogle gange
 (2) 7. Nej, det meste af tiden har jeg kunnet overleve min situation
 (3) 2. Nej, det meste af tiden har jeg kunnet overleve min situation

G. Jeg har været så ulykkelig, at jeg har haft svært ved at sove
 (0) 17. Ja, det meste af tiden
 (1) 12. Ja, nogle gange
 (2) 7. Nej, sjældent
 (3) 2. Nej, aldrig

H. Jeg har været ked af det og ulykkelig
 (0) 17. Ja, det meste af tiden
 (1) 12. Ja, et del
 (2) 7. Nej, sjældent
 (3) 2. Nej, aldrig

I. Jeg har været så ulykkelig, at jeg har grædt
 (0) 17. Ja, det meste af tiden
 (1) 12. Ja, et del
 (3) 2. Nej, kun ved enkelte lejligheder
 (3) 2. Nej, aldrig

J. Følelsen som at gøre skade på mig selv har strøget mig
 (0) 17. Meget ofte
 (1) 12. Nogle gange
 (2) 7. Meget sjældent
 (3) 2. Aldrig

Adresse: Århus 8111 - Røgholmvej 9 - 8240 Århus N - Tlf: 35454747

Årsik for hukning, manglende og tvetydige svar, angives i parentes på et sæt barn/fødselskort

Hvor du selv eller andre i løbet af den sidste måned bemærket, at du opfører dig anderledes, end du plejer og i givet fald på hvilken måde? (Sæt kryds)

	Sæt ikke kryds	Tit en del	Meget oftest	I høj grad ofte
1. Lavere smartsnit/ mere stresset end du plejer	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
2. Mere aggressiv, uinddragende, bøvser med uventet	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
3. Følelse af utilfredshed og harm	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
4. Konstant, uforståelig tristhed	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
5. Mere introvert, rastløs og frustreret	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
6. Bøvsler med at træffe uventede beslutninger i hverdagen	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
7. Månedstyper: Svært for mig at forholde mig til, bøvser med at holde i styr på ting	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
8. Svært om morgenen at være en del af en familie/ i selskab	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
9. Overførelse af alvoren og gæber fra et spørgsmål til et spørgsmål virkning. At du er overbevist eller at du afviser ved at sætte hårdt og rådgive, angår eller dybt ansat barn for såkaldt, spiser for meget eller for få	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
10. Når du er i en situation er du på en eller anden måde, at tænke du selv eller andre kan gøre det, og at du er nødt til at have med at gøre	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
11. Når du går ind i en situation er du som regel, negativ eller gram- set af tilstanden hvor du er	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
12. Når du selv eller andre bemærker, at du har gjort tingene, så oplever du det, til at være skamfuld eller til at være "ubekendt"	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
13. Når du oplever, hvordan du er i en situation, angår du det, til at være skamfuld eller til at være "ubekendt"	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

Sæt kryds nedenfor, hvis der er udsagn, der passer meget eller meget på dig:

<input type="checkbox"/> Jeg har mig det	<input type="checkbox"/> Jeg synes mit barn er meget krævende
<input type="checkbox"/> Jeg trækker mig fra min familie	<input type="checkbox"/> Jeg synes mit barn er meget trist
<input type="checkbox"/> Jeg vil helst være alene	<input type="checkbox"/> Jeg synes mit barn er meget vred
<input type="checkbox"/> Jeg føler ikke, jeg lever op til mit ansvar	<input type="checkbox"/> Jeg synes mit barn er meget sød
<input type="checkbox"/> Der er ikke længere noget, jeg synes, er spændende	<input type="checkbox"/> Jeg synes mit barn er meget sød
<input type="checkbox"/> Jeg oplever det meget krævende at være sammen med min familie	<input type="checkbox"/> Jeg synes mit barn er meget sød
<input type="checkbox"/> Jeg synes det er nemmest at klare situationen ved at jeg kaster mig over noget arbejde	<input type="checkbox"/> Jeg synes mit barn er meget sød
<input type="checkbox"/> Det er svært at fortælle til nogen, hvordan jeg har det	<input type="checkbox"/> Jeg synes mit barn er meget sød
<input type="checkbox"/> Jeg synes at jeg må klare mine problemer selv	<input type="checkbox"/> Jeg synes mit barn er meget sød

For gravide/vordende forældre

Hvordan tænker du om dit barn, der er på vej?

<input type="checkbox"/> Jeg tror det vil være meget krævende	<input type="checkbox"/> Jeg tror det vil være meget sød
<input type="checkbox"/> Jeg tror det kan blive svært at trøste mit barn	<input type="checkbox"/> Jeg tror det kan blive meget sød
<input type="checkbox"/> Jeg tænker indimellem, at jeg fortryder jeg venter barn	<input type="checkbox"/> Jeg tror jeg får rigtig god kontakt med mit barn
<input type="checkbox"/> Jeg tror jeg får rigtig god kontakt med mit barn	

Hvordan forestiller du dig selv som forælder?

<input type="checkbox"/> Meget god	<input type="checkbox"/> Meget god
<input type="checkbox"/> God	<input type="checkbox"/> God
<input type="checkbox"/> Ikke så god	<input type="checkbox"/> Ikke så god
<input type="checkbox"/> Slet ikke god	<input type="checkbox"/> Slet ikke god

For nyblevne forældre

Hvordan tænker du om dit barn?

<input type="checkbox"/> Jeg synes mit barn er meget krævende	<input type="checkbox"/> Jeg synes mit barn er meget sød
<input type="checkbox"/> Jeg har svært ved at trøste mit barn	<input type="checkbox"/> Jeg tænker indimellem at jeg har fortrudt at få barn
<input type="checkbox"/> Jeg tænker indimellem at jeg har fortrudt at få barn	<input type="checkbox"/> Jeg har rigtig god kontakt med mit barn
<input type="checkbox"/> Jeg har rigtig god kontakt med mit barn	

Hvordan forestiller du dig selv som forælder?

<input type="checkbox"/> Meget god	<input type="checkbox"/> Meget god
<input type="checkbox"/> God	<input type="checkbox"/> God
<input type="checkbox"/> Ikke så god	<input type="checkbox"/> Ikke så god
<input type="checkbox"/> Slet ikke god	<input type="checkbox"/> Slet ikke god

Det relationelle

Sæt kryds nedenfor, hvis der er udsagn, der passer meget eller meget på dig:

<input type="checkbox"/> Jeg føler mig låst fast	<input type="checkbox"/> Jeg synes mit barn er meget krævende
<input type="checkbox"/> Jeg trækker mig fra min familie	<input type="checkbox"/> Jeg synes mit barn er meget trist
<input type="checkbox"/> Jeg vil helst være alene	<input type="checkbox"/> Jeg synes mit barn er meget vred
<input type="checkbox"/> Jeg føler ikke, jeg lever op til mit ansvar	<input type="checkbox"/> Jeg synes mit barn er meget sød
<input type="checkbox"/> Der er ikke længere noget, jeg synes, er spændende	<input type="checkbox"/> Jeg synes mit barn er meget sød
<input type="checkbox"/> Jeg oplever det meget krævende at være sammen med min familie	<input type="checkbox"/> Jeg synes mit barn er meget sød
<input type="checkbox"/> Jeg synes det er nemmest at klare situationen ved at jeg kaster mig over noget arbejde	<input type="checkbox"/> Jeg synes mit barn er meget sød
<input type="checkbox"/> Det er svært at fortælle til nogen, hvordan jeg har det	<input type="checkbox"/> Jeg synes mit barn er meget sød
<input type="checkbox"/> Jeg synes at jeg må klare mine problemer selv	<input type="checkbox"/> Jeg synes mit barn er meget sød

For gravide/vordende forældre

Hvordan tænker du om dit barn, der er på vej?

<input type="checkbox"/> Jeg tror det vil være meget krævende	<input type="checkbox"/> Jeg tror det vil være meget sød
<input type="checkbox"/> Jeg tror det kan blive svært at trøste mit barn	<input type="checkbox"/> Jeg tror det kan blive meget sød
<input type="checkbox"/> Jeg tænker indimellem, at jeg fortryder jeg venter barn	<input type="checkbox"/> Jeg tror jeg får rigtig god kontakt med mit barn
<input type="checkbox"/> Jeg tror jeg får rigtig god kontakt med mit barn	

Hvordan forestiller du dig selv som forælder?

<input type="checkbox"/> Meget god	<input type="checkbox"/> Meget god
<input type="checkbox"/> God	<input type="checkbox"/> God
<input type="checkbox"/> Ikke så god	<input type="checkbox"/> Ikke så god
<input type="checkbox"/> Slet ikke god	<input type="checkbox"/> Slet ikke god

For nyblevne forældre

Hvordan tænker du om dit barn?

<input type="checkbox"/> Jeg synes mit barn er meget krævende	<input type="checkbox"/> Jeg synes mit barn er meget sød
<input type="checkbox"/> Jeg har svært ved at trøste mit barn	<input type="checkbox"/> Jeg tænker indimellem at jeg har fortrudt at få barn
<input type="checkbox"/> Jeg tænker indimellem at jeg har fortrudt at få barn	<input type="checkbox"/> Jeg har rigtig god kontakt med mit barn
<input type="checkbox"/> Jeg har rigtig god kontakt med mit barn	

Hvordan forestiller du dig selv som forælder?

<input type="checkbox"/> Meget god	<input type="checkbox"/> Meget god
<input type="checkbox"/> God	<input type="checkbox"/> God
<input type="checkbox"/> Ikke så god	<input type="checkbox"/> Ikke så god
<input type="checkbox"/> Slet ikke god	<input type="checkbox"/> Slet ikke god

Sundhedsplejen

Over 30 kommuner landet over screener med skemaet

Screening i 5-8 uger efter fødslen

Indsamles til databearbejdning ca 7.000 screeningsresultater

FORUM FOR MÆNDS SUNDHED - SVEND AAGE MADSEN

39

Hvor mange kan vi opspore med skemaet? - efter fødsel

Efter fødsel hos sundhedsplejen i gennemsnit af 22 kommuner (6.082 screeninger):

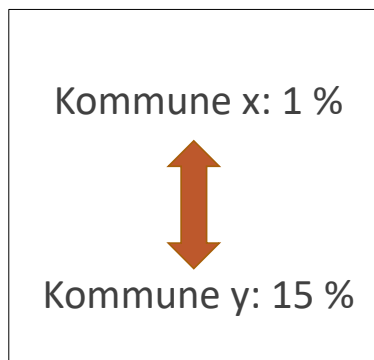
- I alt over cut off = 7 %
 - Kvinder = 8 %
 - Mænd = 6 %

FORUM FOR MÆNDS SUNDHED - SVEND AAGE MADSEN

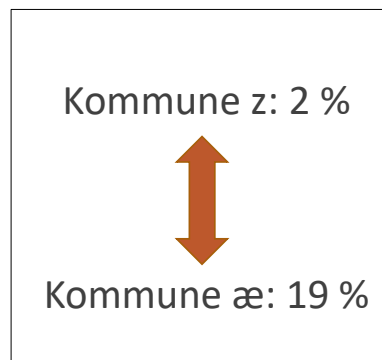
40

Variationer i kommunerne

PCT. **FÆDRE** MED FØDSELSDEPRESSION



PCT. **MØDRE** MED FØDSELSDEPRESSION



FORUM FOR MÆNDS SUNDHED - SVEND AAGE MADSEN

41

Hvad vi kan regne med?

Omkring **7 pct.** fædre og **10 pct.** mødre får årligt en fødselsdepression

Med 65.000 fødsler er det 4.500 fædre og 6.500 mødre = 11.000 forældre

Antal familier ca. 10.000

Antal børn ca. 10.000 (+ søskende)

FORUM FOR MÆNDS SUNDHED - SVEND AAGE MADSEN

42

Har forskellene mellem de to skalaer betydning for opsporing af fødselsdepression?

Og er der grund til at bruge mere end en skala?

Er Gotland-skalaen nødvendig?

FORUM FOR MÆNDS SUNDHED - SVEND AAGE MADSEN

43

Altså:

De fleste – både mænd og kvinder - finder vi med **EPDS**

Og vil du kun bruge én skala, så er det **EPDS!**

Og brug lavere cut off for mænd: 10≤.

Men:

FORUM FOR MÆNDS SUNDHED - SVEND AAGE MADSEN

44

Så mange finder vi kun med Gotland skalaen

Før fødsel:

Ca. 20 pct. af mændene med Fødselsdepression findes kun med Gotland skalaen
- og ca. 14 pct. af kvinderne findes også kun med Gotland skalaen

Efter fødsel:

Ca. 24 pct. af mændene med Fødselsdepression findes kun med Gotland skalaen
- og ca. 15 pct. af kvinderne findes også kun med Gotland skalaen

FORUM FOR MÆNDS SUNDHED - SVEND AAGE MADSEN

45

Er Gotland skalaen nødvendig for kvinder?

Før og efter fødsel:

Hver syvende kvinde findes kun med Gotland skalaen:



FORUM FOR MÆNDS SUNDHED - SVEND AAGE MADSEN

46

Eller



Ca. 2.000 familier
og
Ca. 2.000 børn (og deres søskende)
årligt

FORUM FOR MÆNDS SUNDHED - SVEND AAGE MADSEN

47

Screening for fødselsdepression hos vordende mødre og fædre

FORUM FOR MÆNDS SUNDHED - SVEND AAGE MADSEN

48

Tal fra 1206 screeninger

Henviste til behandling/over cut off:

I alt henviste = 10 %

Kvinder = 11 %

Mænd = 8 %

FORUM FOR MÆNDS SUNDHED - SVEND AAGE MADSEN

49

Opsamling 2 – Er begge skalaer nødvendige?

- De fleste – både mænd og kvinder - finder vi med EPDS
- Hvis kun én skala, så er det EPDS! Lavere cut off for mænd

Men:

- 20-24 pct. af mændene med Fødselsdepression findes kun med Gotland skalaen
- 15 pct. af kvinderne findes også kun med Gotland skalaen

FORUM FOR MÆNDS SUNDHED - SVEND AAGE MADSEN

50

Konklusioner

Både mænd og kvinder kan få fødselsdepression

Det er mulig at opspore fødselsdepression hos både kvinder og mænd gennem screening

Fødselsdepression kan have betydning for børnenes trivsel og udvikling

Der er god grund til at opspore fødselsdepression så tidligt som muligt

FORUM FOR MÆNDS SUNDHED - SVEND AAGE MADSEN

51

Bearbejdning af erfaringer med omsorg

Egen tilknytningshistorie


Egen mor som mor

Egen far som far

Sig selv som barn

FORUM FOR MÆNDS SUNDHED - SVEND AAGE MADSEN

52



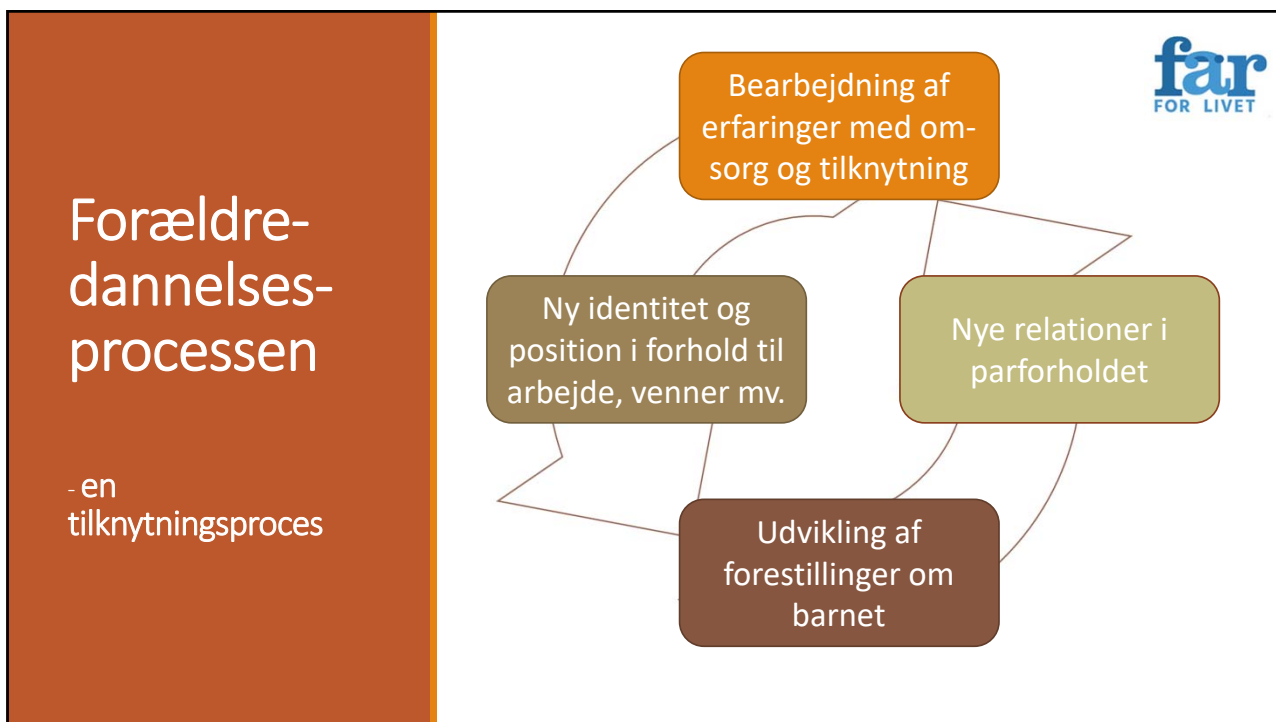
FORÆLDRE SAMMEN

far
FOR LIVET

**Forebyggelse
af fødsels-
depression**

FORUM FOR MÆNDS SUNDHED - SVEND AAGE MADSEN

53



54



FORÆLDRE SAMMEN

En brugsbog til jer, der forbereder jer på at blive fædre og mødre.

Den stiller jer nogle af de mange spørgsmål, som det kan være vigtigt at tænke over og snakke om på vej til at få barn

far
FOR LIVET

FORUM FOR MÆNDS SUNDHED - SVEND AAGE MADSEN

For at støtte op om den proces som et fælles forløb

55

Fuld inddragelse af faderen på lige fod



FORUM FOR MÆNDS SUNDHED - SVEND AAGE MADSEN

56



PÅ VEJ TIL AT BLIVE FORÆLDRE

Bogen er til de par, der gerne vil have inspiration til at reflektere over og drøfte alle de mange spørgsmål og tanker, der kommer op i forbindelse med at vente barn.

Bogen er bygget op med et spørgsmål pr uge. Neden under er der afsat ca. en halv sides plads til, at I kan skrive hver jeres svar eller stikord til spørgsmålet.

Nederst på siden er der en kort information om, hvor langt jeres barn er i sin udvikling, i den uge.

FORUM FOR MÆNDS SUNDHED - SVEND AAGE MADSEN

57



Den kan ruste både mænd og kvinder psykisk til forældreskabet

FORUM FOR MÆNDS SUNDHED - SVEND AAGE MADSEN

58

En brugsbog



- Inspiration til at reflektere over og drøfte alle de mange spørgsmål og tanker, der kommer op i forbindelse med at vente barn.
- Skrive hver jeres svar eller stikord til spørgsmålet.
- I ugens løb kan man skrive svar – snakke sammen om det, når der er tid og lyst til det.

FORUM FOR MÆNDS SUNDHED - SVEND AAGE MADSEN

59



FORUM FOR MÆNDS SUNDHED - SVEND AAGE MADSEN

60

Bruge den som det passe én



- Det er ikke sikkert, at man har noget at sige til hvert spørgsmål.
- Det vigtige er, at spørgsmålet sætter tanker i gang om emnet.
- Og der er ikke noget, der er rigtige svar.
- Det kan også være, at man ikke vil dele sine svar – så kan man have hver sin bog for sig selv

FORUM FOR MÆND SUNDHED - SVEND AAGE MADSEN

61

Spørgsmål: Hvad var de første tanker der kom op i dit hoved, da du fik at vide, at nu er jeres barn på vej?


Prøve på svar

Støtten var det meget virkelig, men nu er jeg ved at vænne mig til det. Jeg må indrømme at jeg eller først blev noget betænkelig da jeg tænker at nu bliver mit liv helt anderledes

Jeg blev virkelig overrasket, for vi har prøvet i flere år uden resultat. Så min første tanke var, at jeg er super lykkelig, men også en smule bekymret over om det hele kommer til at gå godt

Uge 5

Graviditeten konstateres
- Jeres barn: Rygraden er ved at blive dannet





- Den kan fås som både papirbog og på nettet på www.farforlivet.dk
- Inspiration fra, hvad andre har tænkt om temaerne, kan man hente på bl.a. Far for Livet-portal: www.farforlivet.dk. Her er der også henvisninger til andre input.

FORUM FOR MÆND SUNDHED - SVEND AAGE MADSEN


62

9

Uge 8
*Er der noget du gerne vil nå at gøre/opleve inden jeres barn kommer?
 Skal det være jer sammen eller hvor for sig?*

Hendes svar

Hans svar



Jeres barn: Ligner nu et lille menneske på størrelse med en vindrue, og det bevæger sig en del. 

FORUM FOR MÆNDS SUNDHED - SVEND AAGE MADSEN

63


12



Hendes svar

Uge 11
*Hvordan tænker du, at jeres forhold vil blive forandret, når i bliver 3 (eller evt. flere)
 i familien? Er der noget du glæder dig til – og noget du er bekymret for?*


Hans svar

Jeres barn: Kan nu åbne og lukke munden og der kan anes personlige ansigtstræk, som kan minde om forældrenes. 

FORUM FOR MÆNDS SUNDHED - SVEND AAGE MADSEN

64


22



Hendes svar

Uge 21
Er der nogen måder, som din mor eller far har været forældre på, som du gerne selv vil ligne. Er der nogen måder de har været på, du ikke vil ligne?


Hans svar

 Jeres barn bevæger sig mere og mere, og de fleste kvinder kan nu mærke det.

FORUM FOR MÆND SUNDHED - SVEND AAGE MADSEN

65


26



Hendes svar

Uge 25
Er der noget du særligt glæder dig til at gøre/opleve med dit barn? Tænk du så evt. på det i en bestemt alder?

Hans svar

 Jeres barn: Det er i stand til at klare sig - med lidt hjælp - også uden for livmoderen, hvis det skulle ske. Fra nu af handler det mest om vækst og modning.

FORUM FOR MÆND SUNDHED - SVEND AAGE MADSEN

66

38



Uge 37
*Har I aftalt, hvordan I gerne vil have, at det skal være under fødslen?
Hvor skal manden være, og hvad skal han gøre?*

Hendes svar


Hans svar

 Jeres barn optager næring til at stå igennem fødselsforløbet med. Det er vente- og hviletid i den lille familie.

FORUM FOR MÆNDS SUNDHED - SVEND AAGE MADSEN

67

**GUIDE TIL BEHANDLING
AF FÆDRE MED
FØDSELSDEPRESSION**



Svend Aage Madsen

FORUM FOR MÆNDS SUNDHED - SVEND AAGE MADSEN

68



68



69