

Foretræde for Sundhedsudvalget den 22. januar 2019

## Finansloven 2019:

”Styrket indsats over for fødselsdepression”

---



## Finansloven for 2019 siger:

---

Det står centralt i indsatsen at **opspore tidlige tegn** på fødselsdepressioner ... (og) ... **sætte tidligt ind.**

## Til det siger vi:

---

- at vi på Rigshospitalet har udviklet et **screeningsinstrument til tidlig opsporing af fødselsdepression hos mødre og fædre**

# Skemaet – for og bagside

Navn:	_____
Cpr. nr.:	_____
Adresse:	_____
Telefon:	_____

Spørgeskema om:  
**Reaktioner på  
at vente barn/blive forældre**



Om baggrunden for skemaet: Se sidste side

Lægens stempel:

--

#### Information om spørgeskemaet:

Skemaet bruger en række forskellige redskaber til at opfatte mulig fødselsdepression. Svarene bruges til at vurdere om der er behov for give et støttet/behandlings tilbud.

Ansvarelig for udformning: Chefpsykiolog Svend Aage Madsen, ph.d., Rigshospitalet, Af: 9512, Blegdamsvej 9, 2100 København Ø. Tlf: 35453686. © 2009.

Spørgeskemaet består af følgende dele:

- **Edinburgh Post-natal Depression Scale** (Cox, J. & Holden, J. (2003): Perinatal Mental Health: A Guide to the Edinburgh Post-natal Depression Scale. London: Gaskell).
- **Gotland Male Depression Scale**. (Rutz, W., Rihmer, Z. & Dalteg, A. (2002): The Gotland Scale for assessing male depression. Nord J Psychiatry, 56(4): 265-71).
- Udvalgte spørgsmål fra **The Masculine Depression Scale** (Hagovcic, M. & Addis M. (2009) The Masculine Depression Scale: Development and Psychometric Evaluation).
- Spørgsmål udformet i **Rigshospitalets Fødselsundersøgelser** (Madsen, S.Aa. (2008) Spødsbarnet i faderens verden. Psyke & Løps, 7, 2, 669-687).

Hovedparten af spørgsmålene er anvendt i den danske undersøgelse: **Paternal depression in the postnatal period assessed with traditional and male depression scales** (Madsen, S.Aa. & Juhl, T. (2007). Int Journ Men's Health & Gender. Vol 4 Issue 1, March, 26-31). Edinburgh Post-natal Depression Scale og Gotland Male Depression Scale er validerede skalaer.

# Skemaet - skalaerne

De følgende 10 spørgsmål skal belyse, 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)  Lige så meget som jeg altid har kunnet  
 (1)  Ikke helt så meget som tidligere  
 (2)  Afgjort ikke så meget som tidligere  
 (3)  Overhovedet ikke

## B Jeg har med glæde set frem til forskellige ting

- (0)  Lige så meget som jeg tidligere har gjort  
 (1)  En del mindre end jeg tidligere har gjort  
 (2)  Afgjort mindre end jeg tidligere har gjort  
 (3)  Næsten ikke

## C Jeg har unødvendigt bebrejdet mig selv, hvis noget er gået galt

- (3)  Ja, det meste af tiden  
 (2)  Ja, af og til  
 (1)  Nej, sjældent  
 (0)  Nej, aldrig

## D Jeg har været nervøs og bekymret uden god grund

- (0)  Nej, overhovedet ikke  
 (1)  Meget sjældent  
 (2)  Ja, nogle gange  
 (3)  Ja, meget ofte

## E Jeg har været angst og panikslagen uden god grund

- (3)  Ja, en hel del  
 (2)  Ja, nogle gange  
 (1)  Nej, ikke meget  
 (0)  Nej, overhovedet ikke

## F Jeg har haft svært ved at overskue min situation

- (3)  Ja, det meste af tiden  
 (2)  Ja, nogle gange  
 (1)  Nej, det meste af tiden har jeg kunnet overskue min situation  
 (0)  Nej, jeg har kunnet overskue min situation lige så godt, som jeg plejer

## G Jeg har været så uheldig, at jeg har haft svært ved at sove

- (3)  Ja, det meste af tiden  
 (2)  Ja, nogle gange  
 (1)  Nej, sjældent  
 (0)  Nej, aldrig

## H Jeg har været ked af det og uheldig

- (3)  Ja, det meste af tiden  
 (2)  Ja, ret tit  
 (1)  Nej, sjældent  
 (0)  Nej, aldrig

## I Jeg har været så uheldig, at jeg har grædt

- (3)  Ja, det meste af tiden  
 (2)  Ja, ret tit  
 (1)  Nej, kun ved enkelte lejligheder  
 (0)  Nej, aldrig

## J Tænk om at gøre skade på mig selv har strejft mig

- (3)  Ja, ganske ofte  
 (2)  Nogle gange  
 (1)  Meget sjældent  
 (0)  Aldrig

Adresse: Afrnit 9512 – Rigshospitalet – Blegdamsvej 9 – 2100 København Ø. Tlf: 33454767

Har 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)

	Slet ikke (0)	Til en vis grad (1)	Passer meget godt (2)	I høj grad (3)
1 Lavere stressniveau/ mere stresset end du plejer	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
2 Mere aggressiv, uadægerende, besvær med selvkontrol	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
3 Følelse af udbændthed 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 irriteret, 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/uroligt, besvær med at falde i søvn/vågne tidligt	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
8 Især om morgenen at have en følelse af uro/angstelse/ 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 rastløst, 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 bange for 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 klagede 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, on/nedtrykthed, forsøg på selvmord eller tilbøjelighed til en adfærd der indebærer fare.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

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

- Jeg føler mig låst fast  
 Jeg trækker mig fra min familie  
 Jeg vil helst være alene  
 Jeg føler ikke, jeg lever op til mit ansvar  
 Der er ikke længere noget, jeg synes, er spændende  
 Jeg oplever det meget krævende at være sammen med min familie  
 Jeg synes det er nemmest at klare situationen ved at jeg kaster mig over noget arbejde  
 Det er svært at fortælle til nogen, hvordan jeg har det  
 Jeg synes at jeg må klare mine problemer selv

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

- Jeg tror det vil være meget krævende  
 Jeg tror det kan blive svært at trøste mit barn  
 Jeg tænker indimellem, at jeg fortyder jeg sender barn  
 Jeg tror jeg får rigtig god kontakt med mit barn

Howden forestiller du dig selv som forælder?

- Meget god  
 God  
 Ikke så god  
 Slet ikke god

# Hvor langt er vi kommet?

---

I dag bruger op mod halvdelen af de danske kommuner skemaet.

På eget initiativ!

# Hvad har vi med at gøre?

---

- Omkring **7-10 pct.** fædre og **10-14 pct.** mødre får årligt en fødselsdepression
- Det er over 12.000 forældre - ca. 7.000 mødre og 5.000 fædre
- 10.000 familier
- 10.000 børn (+ søskende)

## Vi siger også til Finanslovsvedtagelsen:

---

- det er muligt **at opdage begyndende fødselsdepression allerede ved under graviditeten**

– og dermed igangsætte en forebyggende behandling allerede, inden barnet er født



# Finansloven for 2019 siger:

---

...at det bør sikres, at forældre med fødselsdepression ... får den nødvendige støtte og behandling

## Til det siger vi:

---

- at vi på Rigshospitalet har udviklet en **behandlingsmodel** for mødre og fædre med fødselsdepression

SVEND AAGE MADSEN

BÅND DER BRISTER

*Intervention  
ved  
forstyrrelser  
i den tidlige  
mor-spædbarn  
relation*

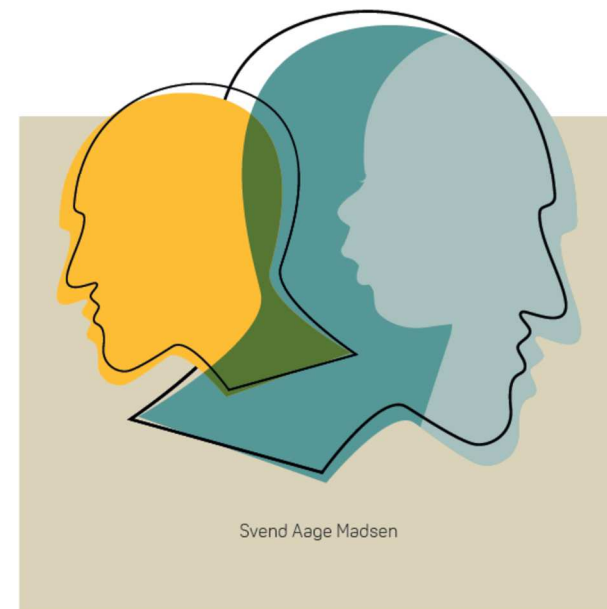


-BÅND DER KNYTTES

*Hans Reitzels Forlag*

Kun 5  
kommuner  
har tilbud til  
fædrene

GUIDE TIL BEHANDLING  
AF FÆDRE MED  
FØDSELSDEPRESSION



Bl.a. derfor en særlig "Guide til  
behandling af fædre med  
fødselsdepression"

## Finansloven for 2019 siger:

---

- at der skal sikres en mere effektiv og forebyggende indsats

## Til det siger vi:

---

- vi er ved at udvikle en "Parforberedelse", der har til formål at **forebygge fødselsdepression.**



# PARFORBEREDELSE

En bog til jer, der skal have barn, og som gerne vil have spørgsmål til refleksion og dialog om at blive forældre

Forum for Mænds Sundhed

## Finansloven formulerer målet:

---

- at udvikle en **national strategi** for forældre med fødselsdepression, der skal sikre en mere effektiv og forebyggende indsats

# Til den nationale strategi foreslår vi:

- 1) **Systematisk screening af begge forældre** – helst under graviditet og senest 6 uger efter barnets fødsel
- 2) At der skabes **støtte- og behandlingstilbud i alle kommuner og på hospitaler** for begge forældre – for at hjælpe forældre og for at forebygge problemer hos børnene
- 3) At der tilvejebringes **specialuddannelse** for behandlere og andet støttepersonale i kommuner og sundhedsvæsen til forældre med fødselsdepression
- 4) At der udvikles og forskes i **forebyggende tiltag** som - fx 'Parforberedelse' - og uddannes personale til at komme i dialog med forældre om dem
- 5) At det indgår i alle led, at også **fædre også kan få fødselsdepressioner**, som er lige så belastende som mødrenes – også for barnet



# TAK FOR ORDET



Rigshospitalet

FORUM FOR  
**MÆNDS  
SUNDHED**



**far**  
FOR LIVET

