

Psykologisk och social bedömning – Stöddokument med förslag på åtgärder

Första trimestern (fusionsfas)			
Uppmärksamma	Förväntat beteende	Observandum	Åtgärder
<ul style="list-style-type: none"> • Reaktion på graviditetsbeskedet • Tidigare erfarenheter av graviditet/förlossning 	<ul style="list-style-type: none"> • Ambivalens • Både glädje/förväntan och viss oro • Den gravida och partner kan ta in graviditeten i olika takt 	<ul style="list-style-type: none"> • Oönskad graviditet • Negativ erfarenhet av sexualitet och reproduktion • Olika inställning till graviditet hos kvinnan/partner • Idylliserad graviditet/inga reaktioner på eller tankar kring att vara gravid 	<ul style="list-style-type: none"> • Fråga vidare om det framkommer negativa föreställningar och erfarenheter • Ta upp i konsultation/remittera till Malinamottagning vid svårigheter kring acceptans/stark oro
<ul style="list-style-type: none"> • Livsstil 	<ul style="list-style-type: none"> • Osäkerhet kring vad som är ok att fortsätta äta/göra 	<ul style="list-style-type: none"> • Inga anpassningar till graviditeten • Tecken på ätstörning 	<ul style="list-style-type: none"> • Ta upp i konsultation/remittera till Malinamottagning vid större svårigheter att ta till sig graviditet • Rådfråga Stockholms Centrum för Ätstörning vid tecken på ätstörning
<ul style="list-style-type: none"> • Välbefinnande 	<ul style="list-style-type: none"> • Humörsvängningar • Osäkerhet/lättare oro inför förändringarna 	<ul style="list-style-type: none"> • Nedstämdhet, stark ängslan/oro, eller annan psykisk ohälsa • Sömnsvårigheter, återkommande mardrömmar • Negativa reaktioner på kroppsliga symtom • Låg självskattad hälsa 	<ul style="list-style-type: none"> • Vid psykisk ohälsa, ta upp i konsultation med Malinapsykolog för stöd i bedömning • Erbjud remiss/hänvisa till vårdcentral • Fråga vidare kring låg självskattad hälsa, hur upplever den gravida sin hälsa och välmående
<ul style="list-style-type: none"> • Relationen till och stödet från eventuell partner 	<ul style="list-style-type: none"> • Parrelationen ses på ett annat sätt 	<ul style="list-style-type: none"> • Bristande stöd/konflikt 	<ul style="list-style-type: none"> • Familjerådgivning vid svårigheter i par-/föräldrarelationen

Första trimestern (fusionsfas)

Uppmärksamma	Förväntat beteende	Observandum	Åtgärder
<ul style="list-style-type: none"> Stöd av andra Relation till egna föräldrar 	<ul style="list-style-type: none"> Relationer förändras/får annat innehåll 	<ul style="list-style-type: none"> Bristande socialt stöd/nätverk Ingen eller konfliktfylld kontakt med egna föräldrar Trauma under uppväxten 	<ul style="list-style-type: none"> Föräldrastödjare i stadsdelen kan vara en länk till aktiviteter Vid påtaglig osäkerhet kring att bli förälder pga. trauma/bristande förebilder kan remiss till Malinamottagningen vara indikerad
<ul style="list-style-type: none"> Social/ekonomisk situation Arbetsituation 	<ul style="list-style-type: none"> Funderingar och viss oro kring ekonomi/bostad/arbete 	<ul style="list-style-type: none"> Ekonomiska problem, bostadsproblem, arbetslöshet Stressfyllda händelser senaste året Ingen/osäker sysselsättning Hög/långvarig stress Låg grad av integration i Sverige Indikationer på våldsutsatthet 	<ul style="list-style-type: none"> Kontakt med socialtjänst vid större sociala/ekonomiska svårigheter Läkarkontakt vid hög stress som kan motivera sjukskrivning Misstänkt våldsutsatthet, följ riktlinje (Våld i nära relation - Kunskapsstöd för vårdgivare)
<ul style="list-style-type: none"> Acceptans av graviditeten 	<ul style="list-style-type: none"> Förändrad självbild Börjar se sig som en blivande förälder Letar tecken/symtom på graviditet 	<ul style="list-style-type: none"> Inga reaktioner på graviditeten Olust kring/förnekande av graviditet/kommande föräldraskap Ihållande ambivalens mot slutet av första trimestern. Påtaglig oro kring graviditet/förlossning/Föräldraskap 	<ul style="list-style-type: none"> Remiss till Malinamottagning vid större svårigheter kopplade till det kommande föräldraskapet eller vid kvarstående tecken på svårigheter att acceptera graviditeten
<ul style="list-style-type: none"> Att dela graviditeten med andra 	<ul style="list-style-type: none"> Börjar berätta för någon/några 	<ul style="list-style-type: none"> Olust och stark oro inför att berätta 	<ul style="list-style-type: none"> Undersök bakgrunden till olust /oro

Andra trimestern (differentieringsfas)

Uppmärksamma	Förväntat beteende	Observandum	Åtgärder
<ul style="list-style-type: none"> • Reaktionen på fosterrörelser • Reaktionen på ultraljud 	<ul style="list-style-type: none"> • Börjar relatera till och fantasera om det väntade barnet • Bekräftar graviditeten och barnet • Graviditeten blir verkligare efter ultraljud 	<ul style="list-style-type: none"> • Kvarvarande ambivalens till graviditeten • Känner inte fosterrörelser sent eller inte alls • Reagerar med olust/obehag på fosterrörelser • Svåra besked vid ultraljud • Inga reaktioner på ultraljud 	<ul style="list-style-type: none"> • Ta upp i konsultation/remittera till Malinamottagning vid större svårigheter att acceptera graviditet, relatera till barnet i magen eller vid kvarstående stark ambivalens • Vid svåra besked vid ultraljud, hör om de fått stöd via kliniken
<ul style="list-style-type: none"> • Dialog med barnet 	<ul style="list-style-type: none"> • Börjar lyssna till och pratar med barnet • Funderingar kring barnets utveckling 	<ul style="list-style-type: none"> • Saknas föreställningar om barnet • En ovilja att prata om det väntade barnet • Stark oro/olust kring det väntade barnet 	<ul style="list-style-type: none"> • Ta upp i konsultation/remittera till Malinamottagning vid svårigheter/oro kring att föreställa sig barnet
<ul style="list-style-type: none"> • Planera inför barnets ankomst 	<ul style="list-style-type: none"> • Börjar ”boa”, skaffa vagn/kläder, sovplats, prata om namn 	<ul style="list-style-type: none"> • Ingen planering för det kommande barnet. 	<ul style="list-style-type: none"> • Fråga vidare, hur känns det att bli förälder? Vilket stöd finns? • Ta upp i konsultation/remittera till Malinamottagning
<ul style="list-style-type: none"> • Parrelation 	<ul style="list-style-type: none"> • Förändringar i relationen för att få plats med nya roller 	<ul style="list-style-type: none"> • Problem/konflikt i relationen • Social isolering 	<ul style="list-style-type: none"> • Familjerådgivning vid konflikter i par/föräldrarelationen • Föräldrarådgivare arbetar ofta med blivande föräldrar, kan stötta om familjen behöver stöd för att bryta isolering

Andra trimestern (differentieringsfas)

Uppmärksamma	Förväntat beteende	Observandum	Åtgärder
<ul style="list-style-type: none"> • Tankar inför föräldraskapet • Coparenting-relationen/ det gemensamma föräldraskapet 	<ul style="list-style-type: none"> • Diskussioner i paret om föräldraskap och föräldraroller • Diskussion om värderingar • Självstände tänker kring vilka viktiga vuxna det kommande barnet kan ha 	<ul style="list-style-type: none"> • Stark oro/osäkerhet inför föräldraskapet • Påtagligt negativa tankar kring föräldraskap • Saknar tankar inför föräldraskapet • Stark idealisering av föräldraskap och bebistid • Stor skillnad i hur paret ser på föräldraskap, ansvar etc. 	<ul style="list-style-type: none"> • Föreslå att partner följer med på besök om detta är aktuellt • Konsultation/remiss till Malinamottagning vid ensidigt negativ inställning till kommande föräldraskap eller stor oenighet i paret eller starka negativa förväntningar på varandra • Hänvisa till familjerådgivning vid konflikter i parrelationen
<ul style="list-style-type: none"> • Välbefinnande och stöd 	<ul style="list-style-type: none"> • Den gravida mår ofta bättre andra trimestern • Söker stöd i relation och nätverk • Viss oro inför förlossning 	<ul style="list-style-type: none"> • Ihållande illamående • Nedstämdhet/oro och ångest/annan psykisk ohälsa • Påtaglig förlossningsrädsla • Saknar socialt stöd • Påtaglig stress/belastning 	<ul style="list-style-type: none"> • Fråga vidare kring eventuell stress/belastning • Ta upp i konsultation med Malinapsykolog för stöd i bedömning kring vårdnivå vid psykisk ohälsa eller hög stress • Erbjud remiss till vårdcentral för bedömning/behandling av psykisk ohälsa. • Förlossningsrädsla enligt riktlinje • Illamående – se riktlinje Hyperemesis • Undersök den gravidas nätverk för eventuell aktivering av stödpersoner • Föräldrarådgivare kan stötta om familjen behöver stöd för att bryta isolering

Tredje trimestern (separationsfas)

Uppmärksamma	Förväntat beteende	Observandum	Åtgärder
<ul style="list-style-type: none"> Tankar och förväntningar inför förlossningen 	<ul style="list-style-type: none"> Oro/osäkerhet Förbereder sig inför förlossningen Samlar kunskap Börjar längta till att graviditeten tar slut 	<ul style="list-style-type: none"> Påtaglig rädsla, oro inför förlossningen Inga förberedelser/ undviker att tänka på förberedelser för förlossningen Stark rädsla/oro inför förlossningen/barnets hälsa 	<ul style="list-style-type: none"> Förlossningsrädsla enligt riktlinje Vid behov remiss till Spec-MVC för förlossnings-planering Fråga vidare kring ambivalens eller olust. Ta upp i konsultation/remittera till Malinamottagning vid undvikande eller negativ inställning till föräldraskapet
<ul style="list-style-type: none"> Förberedelser för barnet och föräldraskapet Eventuell parrelation/coparenting-relation 	<ul style="list-style-type: none"> Längtar efter och är nyfiken på barnet Ser fram emot och tänker kring att bli förälder Ser positivt på den andra som en blivande medförälder 	<ul style="list-style-type: none"> Ingen nyfikenhet/inga fantasier kring barnet Låg tilltro till den egna förmågan att bli förälder Låg tilltro till partner/andra blivande förälder Självstående som inte tänker kring andra viktiga vuxna för det kommande barnet 	<ul style="list-style-type: none"> Ta upp i konsultation/ remittera till Malinamottagning vid undvikande eller låg tilltro till egen förmåga/låg tillit paret emellan Föräldrastödjare kan stötta vid mildare oro inför kommande föräldraskap. Överrapportering till BVC
<ul style="list-style-type: none"> Planerar för familjen post-partum 	<ul style="list-style-type: none"> Planerat och förberett för den första tiden hemma Planerat och fördelat föräldraledighet 	<ul style="list-style-type: none"> Ingen planering eller förberedelse för barnets ankomst Oro/orealistiska tankar inför att bli förälder Bristande stöd Omständigheter som gör att familjen inte kan planera för det kommande föräldraskapet 	<ul style="list-style-type: none"> Ta upp i konsultation/ remittera till Malinamottagning vid svårigheter kring att bli förälder Föräldrastödjare kan stötta vid frågor inför kommande föräldraskap som ej kräver psykolog Aktivera nätverk vid bristande stöd/överbäg information till Socialtjänst. Överrapportering till BVC

Post partum			
Uppmärksamma	Förväntat beteende	Observandum	Åtgärder
<ul style="list-style-type: none"> Förlossningsupplevelse 	<ul style="list-style-type: none"> Kan reflektera över förlossningsupplevelse och se både positiva och negativa sidor av förlossningen 	<ul style="list-style-type: none"> Traumatisk upplevelse Tecken på PTSD 	<ul style="list-style-type: none"> Förlossningsklinikerna har uppdrag att ta emot upp till 42 dagar efter förlossningen vid särskilda tillstånd/diagnoser och däribland räknas traumatisk förlossning. Remiss till psykiatri/vårdcentral om föräldern har stora psykiska svårigheter Ta upp i konsultation med Malinapsykolog för stöd i bedömning av problematik och vårdnivå
<ul style="list-style-type: none"> Relationen till och känslor för barnet 	<ul style="list-style-type: none"> Känner ett band till barnet (anknytning/bindning till barnet) Positiva känslor till barnet Viss osäkerhet inför det nya Försöker förstå barnets signaler 	<ul style="list-style-type: none"> Negativa känslor kring /frånvaro av känslor för barnet. Problem i relation till barnet Påtagliga svårigheter att förstå barnets signaler 	<ul style="list-style-type: none"> Ta upp i konsultation/remittera till Malinamottagning när föräldern har svårt i relation till barnet antingen utifrån svårigheter att läsa av eller svårt med de egna känslorna för barnet. Informera BVC om att remiss skickats Alternativt be BVC remittera till Malinamottagning
<ul style="list-style-type: none"> Ta hand om barnet (Amma/mata, söva, trösta, barnets temperament) Problem relaterade till barnets utveckling och hälsa. 	<ul style="list-style-type: none"> Börjat lära känna varandra Övergående osäkerhet i föräldrarollen 	<ul style="list-style-type: none"> Problem i omvårdnaden av barnet, till exempel amningsproblem, skrikighet Stark oro för barnets hälsa Stark osäkerhet/oro kopplat exempelvis till barnets gråt/skrik 	<ul style="list-style-type: none"> Informera BVC, ta upp i konsultation/remittera till Malinamottagning eller be BVC remittera Vid behov ge informationen När små barn skriker - 1177 Socialtjänsten vid oro att barn far illa.

Post partum			
Uppmärksamma	Förväntat beteende	Observandum	Åtgärder
<ul style="list-style-type: none"> • Välbefinnande • Mat • Sömn • Återhämtning 	<ul style="list-style-type: none"> • Reaktionen på förändringar • Vissa övergående svårigheter med dygnsrytm och rutiner 	<ul style="list-style-type: none"> • Nedstämdhet, stark oro/ångest/annan psykisk ohälsa • Glömmer att äta/dricka • Sömnbrist som påverkar vardagen. 	<ul style="list-style-type: none"> • Remiss till vårdcentral för bedömning och behandling vid psykiska besvär • Konsultera akutpsykiatri vid tecken på mer akut dåligt psykiskt mående, se även Psykiatrisk problematik under graviditet och postpartum - Kunskapsstöd för vårdgivare (kunskapsstodforvardgivare.se)
<ul style="list-style-type: none"> • Relation • Samliv och sexualitet. • Coparentingrelation • Socialt stöd • Syskon till barnet 	<ul style="list-style-type: none"> • Förändrad relation och förändrat samliv • Vissa diskussioner om arbetsfördelning i hemmet • Viss svartsjuka hos äldre syskon 	<ul style="list-style-type: none"> • Problem/konflikt i relationen. • Negativ syn på medförälder • Konflikter kring arbetsfördelning • Stark oro kopplat till att införliva ett spädbarn med andra syskon • Orimlig stress/krav på att återgå till det normala samlivet • Oförståelse/bristande acceptans kring kroppsliga förändringar och påverkan på samlivet 	<ul style="list-style-type: none"> • Hänvisa till familjerådgivning vid konflikter i parrelationen • Ta upp i konsultation/remittera till Malinamottagning vid låg tilltro eller oenighet i föräldraskapet mellan föräldrarna • Ta upp i konsultation/remittera till Malinamottagning kring syskonrelationer • Erbjud information /normalisera samlivet post partum
<ul style="list-style-type: none"> • Socialt nätverk – familj, släkt, vänner 	<ul style="list-style-type: none"> • Svårigheter att hitta balans mellan den lilla familjen och större nätverket 	<ul style="list-style-type: none"> • Bristande socialt stöd. • Social isolering • Svårt att hitta eget utrymme för den lilla familjen • Konflikter med medlemmar i familj/släkt 	<ul style="list-style-type: none"> • Föräldrastödjare kan stötta familjer vid social isolering och familjekonflikter • Tipsa om öppna förskolan • Informera BVC om familjens situation • Socialtjänsten vid oro att barn far illa