

Examensarbete, Högskolan på Åland, Utbildningsprogrammet för vård

Mödrar som kämpar mot postpartum depression

**- en litteraturstudie om sjukskötaren som en
potentiell resursperson för mödrar**

Samuel Kasujja, Jenny Espinosa Gustafsson och Jonathan Carlsson



2025:40

Datum för godkännande: 30.05.2025
Handledare: Katarina Ulenius

EXAMENSARBETE

Högskolan på Åland

Utbildningsprogram:	Social- och hälsovård
Författare:	Samuel Kasujja, Jenny Espinosa Gustafsson och Jonathan Carlsson
Arbetets namn:	Mödrar som kämpar mot postpartum depression - en litteraturstudie om sjukskötaren som en resursperson för mödrar
Handledare:	Katarina Ulenius
Uppdragsgivare:	-

Abstrakt
Bakgrund: Postpartum depression är vanligt förekommande bland mödrar runt om i världen. Alla mödrar ska utredas och sjukskötaren ska fråga om deras välbefinnande vid alla vårdkontakter.
Syfte: Att undersöka hur sjukskötaren kan vara en potentiell resursperson till mödrar som har postpartum depression.
Metod: En kvalitativ litteraturstudie med deduktiv ansats där Hildegard Peplaus interpersonell teori har använts som referensram.
Resultat: Tolv artiklar gav ett huvudtema <i>know-how</i> där tre subteman: <i>Att uppfatta det tysta budskapet</i> , <i>Att bry sig</i> och <i>Att vägleda</i> upptäcktes.
Slutsats: Sjukskötaren kan skapa meningsfulla vårdrelationer med mödrar som kämpar mot postpartum depression och därmed vara en resursperson för dem. Sjukskötarens <i>Know-how</i> är den språngbräda i dessa interaktioner som används att stödja dessa mödrar genom de olika stadierna av återhämtningsresan.

Nyckelord (sökord)
Postpartum depression, sjukskötare, mödrar, vårdrelation, omvårdnad

Högskolans serienummer:	ISSN:	Språk:	Sidantal:
2025:40	1458-1531	Svenska	43

Inlämningsdatum:	Presentationsdatum:	Datum för godkännande:
30.5.25	22.5.2025	30.5.25

DEGREE THESIS

Åland University of Applied Sciences

Degree Programme:	Bachelor of health care
Author:	Samuel Kasujja, Jenny Espinosa Gustafsson and Jonathan Carlsson
Title:	Mothers Fighting Postpartum Depression - a Literature Study of the Nurse as a Potential Resource Person for Mothers
Academic Supervisor:	Katarina Ulenius
Commissioned by:	-

Abstract

Background: Postpartum depression is common among mothers around the world. All mothers should be assessed and the nurse should ask about their wellbeing at all healthcare encounters.

Purpose: To explore how the nurse can be a potential resource person to mothers who have postpartum depression.

Methods: A qualitative literature study with a deductive approach where Hildegard Peplau's interpersonal theory has been used as a frame of reference.

Result: Twelve articles provided a main theme of *know-how* where three sub-themes of *to perceive the silent message*, *to care* and *to guide* were discovered.

Conclusion: The nurse can create meaningful caring relationships with mothers struggling with postpartum depression and thus be a resource person for them. The nurse's *Know-how* is the springboard in these interactions used to support these mothers through the various stages of the recovery journey.

Keywords

Postpartum depression, nurse, mothers, care relationship, nursing care

Serial number:	ISSN:	Language:	Number of pages:
2025:40	1458-1531	Swedish	43

Handed in:	Date of presentation:	Approved:
30.5.25	22.5.2025	30.5.25

INNEHÅLLSFÖRTECKNING

1. Inledning	5
1.1 Bakgrund	5
1.1.1 Postpartum depression	5
1.1.2 Omvårdnad	6
1.1.3 Teoretiskt utgångspunkt	7
1.2 Problemformulering	7
2. Metod	9
2.1 Datainsamling	9
2.2 Urval	9
2.3 Analys	10
2.4 Forskningsetik	10
3. Resultat	11
3.1 Att uppfatta det tysta budskapet	12
3.2 Att bry sig	13
3.3 Att vägleda	16
4. Diskussion	18
4.1 Resultatdiskussion	18
4.2 Metoddiskussion	21
5. Slutsats	25
KÄLLFÖRTECKNING	26
BILAGOR	31
Artikelsökning	31
Artikelöversikt	33

1. Inledning

Postpartumdepression är vanligt förekommande bland mödrar. De kan få ångest- och överväldigande känslor som kan gå över på några veckor. Det är konstaterat i vissa fall att dessa känslor kan vara mer intensiva för andra mödrar och kan visa sig allt från ett par veckor till några månader och även upp till över ett år efter förlossningen. Mödrar, för att inte tala om barnen, är mycket sårbara under denna fas och behöver därför hjälp att hantera den komplexa postpartum depressionen. Med denna litteraturstudie undersöker författarna hur sjukskötaren kan vara en potentiell resursperson till mödrar som har postpartum depression. Studien baserar sig på vetenskaplig forskning med berättelser från både sjukskötare och hälsovårdare/distriktssköterskor som deltagare.

1.1 Bakgrund

Psykiska störningar såsom depression och ångest efter förlossningen orsakar funktionsnedsättning hos mödrar runt om i världen med en uppskattad prevalens på 13 % i höginkomstländer och 19,8 % i låginkomstländer. Stigmatisering och otillräcklig förmåga att söka hjälp är några av de faktorer som hindrar mödrar från att rapportera sina symtom till vårdpersonal, och endast 20 % av de drabbade mödrarna rapporterar sina symtom (WHO, 2022). Ytterligare 1 av 5 mödrar upplever postpartum depression kopplat till inkomster och härstammar från lågutvecklade länder (Cai et al., 2021). WHO, (2022) rekommenderar att mödrar ska utredas för psykisk ohälsa, dvs. depression och ångest under postpartum perioden, med hjälp av ett verifierat screeninginstrument såsom Edinburgh Postnatal Depression Screening Scale (EPDS). Dessutom rekommenderas att vårdpersonal ska fråga om mödrarnas känslomässiga välbefinnande vid alla besök efter förlossningen. I Finland används Antenatal Risk Questionnaire (ANRQ) och Edinburgh Postnatal Depression Scale (EPDS) för bedömning av humöret och screening av depression efter förlossningen (Riekkilä & Jussila, 2022).

1.1.1 Postpartum depression

Postpartum depression beskrivs som ett depressivt tillstånd som drabbar mödrarna inom de första sex veckorna efter de har fött barnet. En del mödrar utsätts för postpartum depression

på grund av relaterade faktorer såsom substansbruk bland deras partner, lågt socialt stöd för mödrar, könsrelaterat våld, manlig partner som är missnöjd med könet på barnet som föddes, låg utbildningsnivå och sexuella problem efter förlossningen (Wedajo et. al., 2023).

Postpartum depression förekommer under det första året efter förlossningen. En signifikant ökning av svår depression observerades vid två månader (10,3 %), sex månader (10,9 %) och ett år (14,8 %) efter förlossningen (Míguez. M.C & Vázquez. M.B., 2023). Symtom vid postpartum depression kan fortsätta dagligen och kan vara kvar i mer än två veckor innan det betraktas som en störning. Ängest, låg energi, sömnstörningar, hopplöshet, låg aptit, bristande intresse och svårigheter att ta hand om barnet, osäkerhet kring barnet eller egna förmågor att ta hand om barnet och i vissa fall självmordstankar är vanliga symtom vid postpartum depression (Hertzberg, 2022).

1.1.2 Omvårdnad

Psykosociala insatser såsom psykoedukation under den postnatale perioden rekommenderas som ett sätt för mödrar att adaptera copingstrategier, hantera stress och bygga upp ett stödnätverk. Dessutom rekommenderas psykologiska interventioner såsom kognitiv beteendeterapi för mödrar med betydande riskfaktorer. Dessa insatser bör ske i samarbete med dem och hänsyn ska tas till deras preferenser och vårdgivarens förmåga att genomföra insatserna (WHO, 2022).

Omvårdnaden syftar till att hjälpa till bästa möjliga hälsa. Det är en givande men krävande uppgift som underbyggs av kunskap. Omvårdnaden bygger på den värdegrund som vården enligt lag ska utgå från. Alla människor betraktas ha samma värde och ingen ska diskrimineras på grund av faktorer som ålder, kön, social ställning, etnicitet och sexuell läggning. Omvårdnaden ska ha samma höga kvalitet i hela landet. Omvårdnaden ska ges på ett etiskt gott sätt, både när det gäller relationer till patienter, deras närstående och medarbetare och när det gäller val av omvårdnadshandlingar (Ehrenberg & Wallin, 2021). Omvårdnad är sjukskötarens ansvarsområde och ordet har under historiens gång kommit att användas för att beskriva såväl *en förmåga som ett behov, en professionell kompetens och ett kunskapsområde*. Trots att termen omvårdnad används på olika sätt så har disciplinen generellt fyra utmärkande drag: omsorgstradition, hälsoorientering, praktisk inriktning, samt humanvetenskapligt fokus. (Björkman, Lütznén & Jakobsson, 2021).

1.1.3 Teoretiskt utgångspunkt

Några antaganden som anges i Hildegard Peplaus omvårdnadsteori interpersonell relationsmodell (1952) är interaktionen mellan sjukskötaren och patienten, den terapeutiska relationen, kommunikationsfärdigheter som är avgörande i denna interaktion samt sjukskötarens medvetenhet om sina förmågor som har en inverkan på patienten. Teorin beskriver den terapeutiska relationen som omvårdnadens kärna. Den professionella relationen bör fokusera på patientens behov, känslor, problem och idéer. Kommunikation, verbal eller icke-verbal, är en av de interpersonella processer som nämns i teorin. Sjukskötaren bör kunna fånga upp nya mönster under alla interaktioner med patienten. Peplau menar att vissa patienter kan uppvisa ett visst beteende men inte prata om det och att det de visar kan motsäga det de säger. Å andra sidan bör sjukskötaren kunna visa empati och omtanke på ett icke-verbalt sätt (Eide, H. & Eide, T., 2011; Forchuk, 1993; Pokorny, 2018).

Enligt Peplau sker interaktionen mellan sjukskötaren och patienten i fyra olika faser, dvs. orienteringsfasen, identifieringsfasen, utforskningsfasen och upplösningsfasen. Den här studien fokuserar på orienteringsfasen och identifieringsfasen för att representera en interaktion som befinner sig i ett tidigt skede. I orienteringsfasen börjar sjukskötaren och patienten lära känna varandra så att patienten börjar få tillit till sjukskötaren och denna fas kan ta allt ifrån några minuter vid första besöket upp till flera månader vid regelbundna besök. Vid denna fas identifierar sjukskötaren problem som finns och lyssnar utan att styra patienten. I identifieringsfasen utforskar patienten sina känslor med hjälp av sjukskötaren för att kunna identifiera ett eller flera problem som patienten har. Teorin nämner även olika roller som sjukskötaren kan ta på sig i interaktionen med patienten. Dessa roller som bygger på antagandet av vad sjukskötaren blir för patienten är av betydelse för vad patienten kommer att lära sig samt att dessa roller beror på patientens behov och hur vårdrelationen utvecklas. Under orienteringsfasen är sjukskötaren och patienten främlingar men när vårdrelationen fortskrider till identifieringsfasen kan sjukskötaren bli en resursperson, lärare eller ledare (Eide, H. & Eide, T., 2011; Forchuk, 1993; Pokorny, 2018).

1.2 Problemformulering

Postpartum depression kan drabba alla mödrar efter förlossningen runt om i hela världen och

orsakar stora problem för kvinnan själv, familjemedlemmar och för barnet. Diagnosen kommer inte direkt utan kan komma allt mellan två veckor och upp till 12 månader postpartum. Om tillståndet förvärras och går obehandlat kan det leda till stora risker hos kvinnan och det är därför av allra största vikt att i ett tidigt skede identifiera kvinnor som löper risk att utveckla sjukdomen. Sjukskötaren har i sin profession att ge en god omvårdnad och brukar vara den person patienten möter först och det är därför en förutsättning att sjukskötaren vet hur hen ska bemöta modern med postpartum depression för att kunna ge god omvårdnad. Däremot vid brister i omvårdnad och kunskap hos sjukskötaren löper mödrarna stor risk att fortsätta lida av postpartum depression om de inte identifieras i tidigt skede.

1.3 Syfte

Syftet är att undersöka hur sjukskötaren kan vara en potentiell resursperson till mödrar som har postpartum depression.

2. Metod

Detta arbete är en litteraturstudie utifrån en sammanställning av kvalitativ forskning med ett deduktivt förhållningssätt där författarna undersöker hur sjukskötaren kan vara en resursperson till mödrar med postpartum depression. Kvalitativ forskning bygger på ökad förståelse som yttersta mål (Billhult & Henricson, 2017; Friberg, 2022). Att göra en sammanställning av publicerad kvalitativ forskning innebär att bland annat öka förståelsen för de valda fenomenet och att den nya identifierade vetenskapliga kunskapen kan bidra till praktiskt användande (Friberg, 2022). Deduktivt förhållningssätt innebär att forskaren väljer en teori eller modell att utgå ifrån redan vid planeringen och denna sedan går som en röd tråd genom forskningsprocessen från bakgrund, syfte till resultat och diskussion (Henricson & Billhult, 2017).

2.1 Datainsamling

Datainsamlingen har genomförts från databaserna Pubmed och Cinahl. Båda dessa databaser har inriktning på omvårdnad och eftersom syftet handlade om sjukskötaren, som arbetar med omvårdnad, var det motiverat att använda dessa databaser. Under sökandet efter artiklar användes funktionerna AND och OR, som är en del av de booleska operationerna, för att göra sökningen bredare till en början och sedan mera avgränsad i finandet av artiklar (Karlsson, 2017). Sökorden som användes var: *Postpartum depression, nurses, nursing, nurse, postnatal care, postnatal depression, nurses management, women, mental health, postnatal care*. Databassökningar som gjorts redovisas i tabellform och även de artiklar som valts ut till vårt resultat redovisas i tabellform (Bilaga 1 och 2).

2.2 Urval

De artiklar som valdes ut till detta arbete har valts på basen av inklusionskriterierna att artiklarna är skrivna på svenska eller engelska, maximalt 10 år gamla, ha ett sjukskötare - och/eller hälsovårdare/distriktsjukskötare, *public health nurse, maternal child health nurse* samt *antenatal nurse* synvinkel, innehålla abstrakt, genomgått peer-review, ha en kvalitativ metod samt ha artiklar som är delvis i fulltext och också artiklar som handledande lärare

hjälp att ge som inte haft fulltext . Exklusionskriterierna har varit artiklar äldre än 10 år och artiklar som varit skrivna på annat språk än engelska och svenska. Till resultatdelen användes 12 artiklar där 10 av artiklarna haft kvalitativ metod och två av artiklarna har haft mixad metod där endast den kvalitativa delen tagits ut. Artiklarna som valdes ut granskades enligt en bedömningsmall gjord för studier av kvalitativ metod (Olsson & Sörensen, 2021). Av de 12 artiklar som valdes ut hade åtta artiklar grad 1 och fyra artiklar grad 2.

2.3 Analys

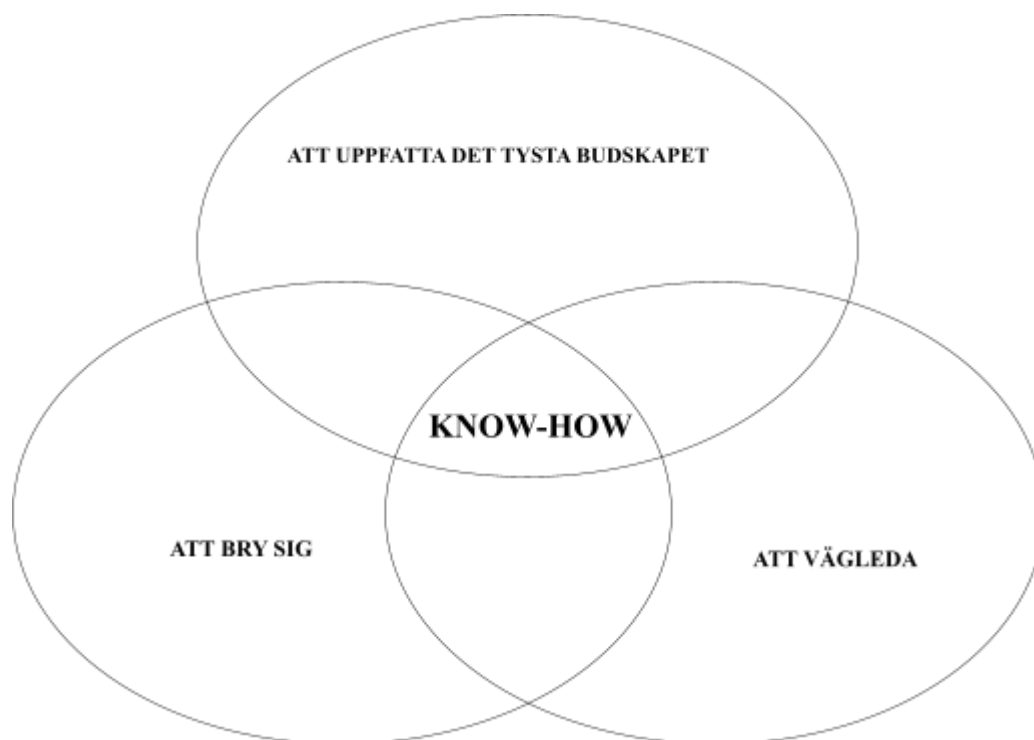
När artiklarna analyserades läste alla författarna först igenom hela texterna var och en för sig för att förstå materialet som första steg. Detta ökade förståelsen. I andra steget togs text ut som motsvarade vårt syfte, så kallade meningenheter, som senare kodades och formades till teman så att en tematisk analys utformades (Billhult & Henricson, 2017).

2.4 Forskningsetik

Detta examensarbete arbetade utifrån etiska värderingar och riktlinjer som gjorts enligt internationella regler med fokus på Helsingforsdeklarationen. Denna deklARATION säger att behovet av ny kunskap till befolkningen är till för att öka intresset och hälsan. Det var etiskt motiverat att utföra denna studie eftersom undersökningen har betydelse för att öka kunskapen och förståelsen hos sjukskötaren samt att förbättra människors liv, i det här fallet mödrarna (Kjellström, 2017). I detta arbete följs god vetenskaplig praxis (GVP) som har utformats av forskningsetiska delegationen (TENK) från Finland. I god vetenskaplig praxis står det att forskning skall göras noggrant, hederligt och vara omsorgsfullt när resultaten av studien presenteras. Arbete har gjorts helt utan att tjäna någon vinst, texterna skrivits noggrant utifrån akademiskt skrivande, arbetat utifrån ett omsorgsfullt sätt genom att vara helt neutrala och att ingen författare haft någon jäv eller bias situation under arbetets gång. Vidare kommer detta examensarbete att tillämpa metoder som är förenliga med kriterierna i vetenskapligt arbete och etisk forskning, det vill säga datan som analyserats fram, undersöknings- och anskaffningsmetoder. I detta examensarbete redovisat har andra forskares publikationer refererats till på ett korrekt sätt . Därmed har deras arbete respekteras och deras resultat tillmäts de värde och dess betydelse som tillkommer dem (TENK, 2025).

3. Resultat

Syftet med litteraturstudien var att undersöka hur sjukskötaren kan vara en potentiell resursperson till mödrar med postpartum depression. Artiklarna som användes för att sammanställa resultatet till denna litteraturstudie var tolv (12) stycken. Materialet ur de valda artiklarna var ur sjukskötares och hälsovårdar/distriktsjukskötares perspektiv. Denna litteraturstudie avsåg att visa hur en sjukskötare och annan vårdpersonal kan använda sig av kunskapen i olika sammanhang för att ge en god omvårdnad till mödrar med postpartum depression. Vid sammanställning av resultatet identifierades *know-how* som övergripande tema och tre subteman: *Att uppfatta det tysta budskapet*, *Att bry sig* och *Att vägleda*. Det övergripande temat och subteman redovisas i figur 1 nedan.



Figur 1: *Know-how* i förhållande till subteman.

Det övergripande temat för denna litteraturöversikt handlar om *know-how* som sjukskötaren använder sig av för att ge god omvårdnad till mödrar med postpartum depression. Enligt Peplaus interpersonella relationsmodell bygger en professionell omvårdnadsrelation på

sjuuskötaren och patienten. I denna vårdrelation kan sjuuskötaren vara den resursperson som mödrarna behöver och det är sjuuskötaren som ansvarar för det första mötet, vilket kan vara avgörande för den fortsatta vården.

3.1 Att uppfatta det tysta budskapet

Sjuuskötarna identifierade, genom sin kunskap om kvinnors fysiologiska och psykologiska förändringar, varningssignaler för postpartum depression. Studien beskriver att vissa mödrar uppvisar beteendeförändringar såsom självisolering, försummelse av barnet, vägran att amma, ignorering av barnets behov samt ovanliga reaktioner på barnens skrik. Kroppsliga förändringar såsom viktnedgång, ätstörningar och blodtrycksfall kan indikera ett underliggande problem som motiverar en närmare undersökning för postpartum depression (Arifin et al., 2022). Sjuuskötarna har en viktig roll i diagnostiseringen av postpartum depression och sjuuskötarna kan ibland vara de första som upptäcker postpartum depression i början av vårdrelationen om de lägger märke till hur den gravida kvinnan betar sig eller om det rör sig om en oönskad graviditet (Avelar Rosa et al., 2021).

“Through prenatal care, the nurses is the professional who has the most continuous contact with the pregnant woman during pregnancy and he /she must have sensitivity to understand the pregnant woman, listen and talk to her, knowing her fears about motherhood, and can help her to face them.”
(Avelar Rosa et al., 2021, s. 7816).

Det framkom att sjuuskötarna anpassade sin screening teknik utifrån sin kliniska bedömning för att hjälpa mödrar från olika bakgrunder att förstå och samtidigt kunna få meningsfulla resultat från bedömningen. Detta garanterade att mödrar från olika kulturer också kunde screenas för postpartum depression trots att EPDS screening verktygets originalspråk var ett hinder för dem att förstå (Ben-David et al., 2017).

Att använda sig av sin intuition och magkänsla var något som sjuuskötare i flera studier lyfte fram som ett viktigt verktyg att ha i verktygslådan när man träffade mödrarna och märkte att något inte riktigt var bra (Arefadib et. al., 2022; Ben-David et. al., 2017; Langvik et. al., 2020; Skoog et al., 2017,). Genom att observera och interagera med mödrarna, trots vissa kommunikationssvårigheter, upplevde sjuuskötarna att deras intuition sällan var fel (Skoog,

et al., 2017). Andra sätt att använda sin magkänsla var att kunna inleda en konversation och ställa enkla, slutna frågor som: “Är du ledsen och gråter ofta?”, att observera ansiktsuttryck, handspråk och övrig kroppsspråk där man behövde förlita sig på att kvinnan talade sanning på de frågor hon fick om hon upplevd postpartum depression förut (Arefadib, et. al., 2022).

En sak som uppmärksammades var att användningen av EPDS och dess poäng inte helt kunde litas på alla gånger. En moder kunde ha låga och bra värden enligt EPDS men verkligheten sade något helt annat och sjukskötaren upptäckte beteenden hos mödrarna genom observation och magkänsla och med blicken. Trots att mödrarna nekade några depressionssymtom i EPDS så visade de klara tecken på depression i samband med att sjukskötaren träffade dem och de kunde upptäckas genom en enkel observation (Ben David, et al., 2017). Sjukskötarna kände att deras professionella beslut och erfarenhet som de kallade “gut feeling” eller magkänsla var säkrare att använda än EDPS: *“The Edinburgh just usually ends up confirming what you were thinking about with that mum”* (Arefadib, et al., 2022).

Sjukskötarna beskrev hur de hade upptäckt kvinnor som hade tecken på postpartum depression baserat på sitt intuitiva beslut genom att observera förändringar i kroppsfunktioner och förändringar i beteendet (Arefadib, et al., 2022; Arifin, et al., 2022). Trots att magkänslan och intuitionen var ett mycket viktigt verktyg tillsammans med den kliniska blicken så var dessa verktyg inte bra i alla situationer. Ibland var det inte möjligt att upptäcka tecken på depression och om humöret var nere hos mödrarna. Det som alla sjukskötare var överens om var att genom observation och att kunna se på om modern mådde bra eller inte tillsammans med att använda sin magkänsla har varit en betydelsefull faktor för att upptäcka postpartum depression. Dessa egenskaper lyfts fram som viktiga när de skulle föreslå vidare vård åt modern med postpartum depression (Langvik, et al., 2020).

3.2 Att bry sig

En vårdrelation mellan sjukskötaren och patienten visade sig vara viktigt och betydande för god omvårdnad. Sjukskötarna byggde upp denna relation genom att lyssna, visa respekt och använda tydlig kommunikation. Genom att lyssna på mödrarnas upplevelser fick de en bättre bild av hur mödrarna hanterade moderskapet för att sedan kunna anpassa stödet och

informationen till dem. Ytterligare betonade de att vårdrelationen var avgörande i den fortsatta sjukvården och omvårdnadsarbetet (Giltenane et al., 2021).

Under den prenatala vården visade sjukskötarna förståelse, pratade och lyssnade på mödrarna för att de visste att postpartum depression drabbar många mödrar och att de uthärdar det ensamma utan att söka hjälp. När de sökte och fick hjälp och stöd av sjukskötarna tyckte mödrarna att det var lättare att hantera postpartum depression och att möta rädslor inför moderskapet (Avelar Rosa et al., 2021). Det framkom att det fanns brist på att ge postpartum support-möjligheter åt mödrarna och då kände sjukskötarna ett etiskt och moraliskt ansvar att stötta mödrarna med postpartum depression när ingen annan service var tillgänglig (Arefadib, et al., 2022). Sjukskötarna såg till att mödrarna kände sig trygga genom att dela med sig av sina kontaktuppgifter, information om när klinikerna var tillgängliga och information om nästa planerade besök, vilket uppskattades eftersom mödrarna ville vara säkra att de kunde nå ut till en sjukskötare om och när det behövdes (Giltenane et al., 2021).

Sjukskötarna tog försiktigt upp samtalet om psykisk hälsa under sjukskötar-patientmötet utan att låta invasiva eller utan att riskera att kränka patientens integritet. De avsatte gott om tid för att screena mödrar för postpartum depression och på så sätt kunde de ingripa och hjälpa mödrar som visade tecken på postpartum depression (Langvik et al., 2020).

En sjukskötare i Rowe & Fisher (2015) uppgav att de var noga med att inte benämna mödrarna med termen '*PND groups*' för att det var stigmatiserande och förhindrade dem från att söka hjälp. Hon berättade att de istället använde frasen '*Enjoy being a mum*' som visade sig locka fler mödrar att söka hjälp. Ben David et al., (2017) bekräftade i deras studie att sjukskötare upptäckte att mödrarna kände stigma över att ha postpartum depression och det sågs som ett tecken på svaghet. Mer stigmatisering lyftes upp i samband med psykiatrisk vård. Det visade sig att när de rekommenderade en träff med en rådgivare eller när de använde ordet '*antidepressiva medel*' orsakade det mer stress för mödrarna. Det framhävde därför behovet av att ge rätt information till dem och vikten av ordval i kommunikation med dem (Arifin et al., 2022).

Det kom fram i studien av Souza et al., (2018) att sjukskötare hade tidigare lagt mer fokus på mödrarnas fysiska aspekter, men en sjukskötare i studien berättade att det var viktigt att även

ta hänsyn till mödrarnas psykologiska tillstånd och hur hon mår. Hon sade att det var viktigt att lära känna mödrarna som helhet eftersom det gav henne en chans att förstå alla rädslor de hade kring moderskapet. När sjukskötare beaktade mödrarnas fysiska och psykologiska behov var de mer benägna att göra omfattande bedömningar och därmed erbjuda ett lämpligt stöd vilket betonade att ett helhetsperspektiv i vårdmötet gagnade mödrarna.

Arifin et al., (2022) studien lyfte att faktorer såsom begränsade resurser, avsaknad av specifika postpartum screeningförfaranden och oklara riktlinjer orsakade sjuksköternas fokus att ligga mer på den fysiska hälsan. Dock försökte de att arbeta med ett helhets- och förebyggande arbetssätt genom att kontrollera och fråga om mödrarna hade andra problem än de rutinkontroller de kom in för på mottagningen. Sjukskötare i Avelar Rosa et al., (2021) studien arbetade också med ett helhetsperspektiv när de screenade mödrarna som hade genomgått postpartum depression under tidigare graviditeter, vilket ytterligare visade deras omtanke genom att inte förbise mödrar som redan hade barn. Vikten av att arbeta förebyggande kom fram i Arifins et al., (2022) studie där sjuksköterna tillämpade sin kunskap om mödravård i tidigt skede under gravida kvinnors rutinmässiga vård. De gav de gravida kvinnorna professionella råd om olika frågor som amning, smärta och förberedelser efter förlossningen så att kvinnor inte ska utveckla postpartum depression: *“That is why when they come for a check-up in our clinics, we also check for other issues faced by them in addition to routine maternal and child health care provided. We ask whether they have any other problems.”*

Sjuksköterna visade att de var engagerade och hade intresse för mödrarnas psykiska hälsa och även tog ansvaret för att kontrollera att de mår bra (Giltenane et al., 2020; Langvik et al., 2020). Svenska Child Health Nurses i Skoog et al., (2017) studie visade sitt engagemang i att bygga vårdrelationer med mödrar med utländsk bakgrund, eftersom de ansåg att detta var avgörande för identifiering av postpartum depression hos dessa mödrar. Med hjälp av kulturell kunskap, och utvecklandet av ett så kallat “transkulturellt partnerskap” med modern, hittade de olika sätt att kommunicera, bygga upp förtroende hos dem och stärka deras mentala hälsa. De visade medkänsla och vilja att förstå deras kulturer och omständigheter samt anlitate tolktjänster för att säkra att de förstår varandra (Skoog et al., 2017). Child health nurses använde sin egen tid för att nå ut till mödrarna och agerade utifrån sitt etiska och moraliska ansvar att stödja dem trots begränsade möjligheter till stöd och begränsade

tider för möten (Arefadib et al., 2022).

"It's important to know how much MCH nurses care. There comes a point where you've just got nothing else left to give and no other services that you can recommend (and) you're personally depleted. ...if we could do it the way we wanted to do it instead of what we are left with because there's no funding, you'd do what really needed to be done" (Arefadib et al., 2022, s. 402-403).

3.3 Att vägleda

Olika studier lyfte vikten av hälsoinformation till mödrarna. Sjukskötarna visade medkänsla och vilja att förstå deras kulturer och omständigheter samt använde tolktjänster för att kunna förmedla värdefull hälsoinformation (hälsolitteracitet) och annan information som hjälpte mödrarna att etablera sig i samhället (Skoog et al., 2017). Rowe & Fisher (2015) fann i sin studie att sjukskötare spelade en viktig roll i att bygga upp mödrarnas självkänsla, vilket de gjorde genom att uppmuntra dem, vilket stärkte deras mentala hälsa. Giltenane et al., (2021) skrev också i sin studie att mödrarnas självförtroende och tilltro till sin egen förmåga förstärktes när de fick information och praktiska råd om bland annat kost, sömn, att ta hand om barnen och sig själva. Sjukskötarna gav hälsofrämjande information både skriftligt och muntligt och erbjöd även möjligheter att ställa frågor. Arifin et al., (2021) bekräftade också att sjuksköternas utbildningsinsatser och praktiska råd såsom amningsteknik, sovrutiner och familjeplanering var ett sätt att förebygga postpartum depression. Patabendige et al., (2020) konstaterade att det var viktigt att inkludera och informera familjemedlemmar om psykisk ohälsa hos mödrar, konsekvenser och varningssignaler. De betonade att mödrar behöver hjälp från sina egna familjer för att minska oron, men att det också skulle bidra till tidig upptäckt av mödrar i riskzonen. Rowe & Fisher (2015) konstaterade också att sjukskötarna uppmuntrade papporna att delta i samtalen, eftersom de ansåg att de har en roll i att förebygga psykiska problem hos mödrarna. De frågade mödrarna om de hade frågor med sig från papporna som ett sätt att inkludera dem i samtalen och tog hänsyn till deras åsikter och bidrag trots att de inte var fysiskt närvarande. Dessutom uppmuntrade de papporna att delta i grupper för förstagångsföräldrar men detta var fortfarande en utmaning. Arefadib et al., (2022) studien nämnde att sjukskötare agerade utifrån sitt etiska och moraliska ansvar att stödja mödrarna. I situationer med begränsade möjligheter till stöd och begränsade tider för

möten, använde de sin egen tid för att nå ut till mödrarna vilket antydde att mödrarna skulle få adekvat vård om tiden fanns tillgänglig.

Sjukskötarna rapporterade att mödrarna skulle få en gynnsam och bättre vård om det fanns ett multiprofessionellt team på plats. De menade att detta skulle öka nivån av expertis och stöd och att den enorma arbetsbördan för dem skulle minska. De berättade också att det skulle vara fördelaktigt om de direkt kunde hänvisa mödrarna till lämplig mentalvård och dessutom att kunna komma i kontakt med olika specialister som psykologer och socialarbetare för att säkerställa att de får mer hjälp med andra problem som de stod inför (Arefadib et al., 2022; Arifin et al., 2022).

“... a team of not just nurses but of counselors, and family support workers... I think that's crucial so they can all work together because it's a tough gig.” (Arefadib et al., (2022), sid nr 404).

Sjukskötarna använde sig av sin kunskap om samhället för att hjälpa mödrar att hitta rätt resurser i sitt lokalsamhälle (Giltenane et al., 2020). De visste även vart de skulle hänvisa mödrarna när de identifierade riskfaktorer. De arbetade tillsammans med psykiatriker samt följde upp med psykologer om det anses vara nödvändigt (Souza et al., 2018). När de identifierade en omedelbar risk för skada antingen på moder eller barnet, agerade de genom att uppmana modern att åka till närmaste akutmottagning eller att kontakta ambulansen som kunde bedöma risken och vidta åtgärder (Arefadib et al., 2022). Att kunna direkt skicka modern med postpartum depression på remiss till vidare vårdinstanser och passande mentala hälsotjänster var något som sjukskötarna önskade kunna göra och såg som en fördel i deras arbete, speciellt om de märkte att det var ett brådskande fall (Arefadib et al., 2022).

Sjukskötarna bildade stödgrupper och till och med organiserade samt övervakade gruppträffar för mödrarna genom att nyttja sin förmåga att leda dem i grupp. Gruppträffarna gav mödrarna tillfredsställelse i form av frihet att uttrycka sig och möjlighet att träffa andra mödrar i gruppen där de fick berätta personliga erfarenheter och influera varandra att öka livskvaliteten. Mödrarna verkade nöjda med kvaliteten på den vård och hälsoutbildning de fick (Lundeen et al., 2019).

4. Diskussion

Syftet med detta arbete är att undersöka hur sjukskötaren kan vara en potentiell resursperson till mödrar med postpartum depression. Diskussionen är indelad i resultatdiskussion och metoddiskussion. I resultatdiskussionen lyfts övergripande temat *Know-how* och de tre (3) subtemana *Att uppfatta det tysta budskapet*, *Att bry sig* och *Att vägleda* som diskuteras med referens till tidigare forskning, den valda teoretiska referensramen, sjukskötaryrket och ansvaret. Kapitlet avslutas med kliniska implikationer och slutsats. I metoddiskussionen tar författarna upp om vald metod var rätt för detta arbete och vilka styrkor och svagheter det fanns med vald metod.

4.1 Resultatdiskussion

Efter förlossningen kan vissa mödrar drabbas av en depression som klassificeras som postpartumdepression. Mödrarna kanske inte ens är medvetna om situationen eftersom de kan vara upptagna med att försöka navigera i det nya tillståndet moderskap. När mödrarna är tyngda av svårigheterna med moderskap och eventuellt en postpartum depression, är sjukskötaren den potentiella resurspersonen som kan använda sin *know-how* för att se och ta hand om mödrarna i sin helhet. I sjukskötare-patientrelationen kan sjukskötaren skapa en miljö som gör det möjligt för mödrar att bearbeta sina känslor medan sjukskötaren kommer fram till det lämpligaste sättet att hjälpa dem.

I första sub temat *Att uppfatta det tysta budskapet* kom det fram att sjukskötarna kunde upptäcka postpartum depression genom att observera och att känna igen varningssignaler hos mödrarna. De behövde lita på och använda sin magkänsla och intuition i mötet med mödrarna där de observerade avvikelser i deras beteende och kroppsliga förändringar. I tidigare studier kommer det fram att magkänslan styr 95 % av allt vi gör varje dag och den skapar omedvetna minnen. Ju mer erfarenhet vi har desto bättre är människans magkänsla och förmågan att fatta beslut mycket snabbare. Erfarna sjukskötare inom olika vårdavdelningar använder sin magkänsla i sitt yrke för att tillkalla läkare (Stolper et al., 2009). I en studie gjord från Sverige av Borglin et al., (2015) bekräftar de att *public health nurses* använde deras “tysta kunskap” som ett sätt att upptäcka när modern inte mådde bra och att många års erfarenhet

gjorde att magkänslan var starkare hos skötaren. Att det finns utmaningar och svårigheter att upptäcka postpartum depression är också något man måste ha i beaktande då det är vanligt att missuppfatta symtomen kring sjukdomen och man kan förväxla den med vanlig depression eller ångest. Ifall patienten uppvisar milda symtom kan det hända att man inte tar personen seriöst. Även bristande kunskap i vad postpartum depression är och bristande kunskap om hur man screenar kan påverka hur observationen blir och till slut hela omvårdnaden (Bianca et al., 2015). Enligt orienteringsfasen i Peplaus interpersonell teori börjar vårdrelation byggas när sjukskötaren och patienten börja lära känna varandra. I denna fas börjar patienten att få tillit till sjukskötare medan sjukskötaren analyserar patientens vårdbehov och även använder sin magkänsla att konstatera att något inte riktigt står rätt till och *uppfattar det tysta budskapet*.

Den nya vårdrelationen fortsätter att utvecklas i andra subtemat *Att bry sig* där sjukskötaren visar sitt engagemang, intresse, sin medkänsla och vilja att hjälpa mödrar. Det kom fram att sjukskötaren använde sig av sin kompetens att föra samtal, aktivt lyssna, visa förståelse samt respekt. Samtidigt var sjukskötaren försiktig att undvika stigmatisering och arbetade med ett helhetsperspektiv. Sjukskötaren omhändertar personen, inte sjukdomen och symtom, vilket kräver att hen ska vara öppen och uppmärksam för vad personen förmedlar i sjukskötare-patientmötet (Gustin & Lindwall, 2012). När sjukskötaren för en konstruktiv dialog med modern genom att först lyssna aktivt på hennes berättelse, samt genom att prata och ha förståelse visar sjukskötaren medkänsla och att hen *bryr sig* om modern. Dessutom, när sjukskötaren är noga med att se mödrarna som person kan hon föra en god kommunikation samt väljer rätt ord som ger trygghet åt mödrarna och på så sätt undvika ord och termer som kan vara stigmatiserande. Detta stärker deras förtroende och därmed förutsätter att omvårdnaden skall bli så bra som möjligt. Brister det i kommunikationen kan mödrarna tappa förtroende för vården och kan få en högre tröskel att söka vård. Kommunikation kan anses som en av de mest väsentliga komponenterna i relationen mellan sjukskötaren och patienten, i detta fall mödrarna (Forchuk, 1993). Då sjukskötaren och patienten kommunicerar med varandra sker det ömsesidigt och interaktivt. Även samtal som berör annat än vård och hälsofrågor, så kallad småprat, där man talar om till exempel vädret eller något annat anses betydande för att skapa en relation (Baggens & Sanden, 2019).

Det finns också hinder som gör att vårdrelationen kan bli sämre genom att sjukskötaren har brist på tid och det är då ofta det goda samtalet som får ta stryk genom att sjukskötaren inte hinner sätta sig ner i lugn och ro för att samtala med patienten en längre stund (Nyström, 2019). Både Baggens & Sanden (2019) samt Peplau (1993) bekräftar att kommunikationen har stor betydelse i vårdrelationen och att sjukskötaren behöver visa bra kunskaper på att föra ett gott samtal för att hålla vårdrelationen på hög nivå men också att den relationen kan bli lidande om det uppstår situationer där tiden inte räcker till och man inte har tid avsatt att föra det goda samtalet, brytt sig, vilket Nyström (2019) bekräftar. Sjukskötaren *bryr sig* (genom kommunikation) när hon engagerar, förklarar, informerar och svarar på frågor men också tar in vad mödrarna förmedlar när de börjar uttrycka sig tydligare som indikeras i Peplaus orienterings- och identifieringsfasen.

I tredje sub temat *Att vägleda* kom vikten av att ge hälsoinformation åt mödrarna fram. Denna hälsoinformation stärkte mödrarnas tilltro samt vikten av ett multiprofessionellt team som kunde samverka till vården av mödrar. När vårdrelationen har utvecklats vidare, blir sjukskötarens roll som en resurs mer konkret. Hon ansvarar för att leda och planera omvårdnadsarbetet men denna roll förstärks om det finns ett multiprofessionellt team som sjukskötaren samarbetar med. Ett multiprofessionellt team garanterar kontinuitet i vården, ger möjligheter till specialiserad vård, sparar tid och resurser vilket innebär att den remitterade patienten har bättre chans att hitta en lösning. Å andra sidan, handlar det inte bara om att remittera vidare eller närvaron av ett multiprofessionellt team utan också om hur effektivt detta team arbetar med patienten i fokus. Sjukskötaren har ändå ett ansvar att följa upp och eventuellt se till att patienten kommer i kontakt med den mest lämpliga specialisten. ICN (2021) har utvecklat en kod för sjukskötare där samverkan i team är en av koderna och sjukskötaren samarbetar med andra hälsoprofessioner för att återupprätta principerna av rättvisa genom att visa ansvar i mänskliga rättigheter, jämlik och rättvis vård och genom det se till att vi har en frisk planet.

Under identifieringsfasen informerar sjukskötaren modern om vilka alternativ till professionell hjälp som finns och försäkrar henne att hon finns tillgänglig och är villig att stödja henne att hitta det mest lämpliga alternativet, *vägleder*. Mödrarna är mer mottagliga för sjukskötarens information och förslag i förhållande till de identifierade problemen och i

denna fas kan de till och med identifiera och utforska nya problem (Eide, H. & Eide, T., 2011; Forchuk, 1993; Pokorny, 2018).

Resultatet av denna studie kan bidra till att visa hur sjukskötarna kan tillämpa sin *Know-how* i mötet med mödrar. Denna *Know-how* finns redan i sjukskötarnas verktygslåda, däremot är det hur den tillämpas som avgör kvaliteten på omvårdnaden och hur det uppfattas av mödrarna. För att sjukskötarna ska kunna vara en resurs för mödrarna börjar det med att bygga upp en god vårdrelation. Vårdrelationen skapar en atmosfär där sjukskötaren observerar (även det tysta budskapet), visar omsorg och vägleder mödrarna för att hitta lösningar på de problem som identifierats. Sjukskötarna måste vara medvetna om sina begränsningar och därmed se till att dra nytta av tillgången till ett multiprofessionellt team som de kan samarbeta med för att ge mödrarna den bästa möjliga vården. Förmågan att dra nytta av sin *Know-how* skapar förutsättningar för sjukskötaren *Att uppfatta det tysta budskapet*, *Att bry sig* och *Att vägleda* mödrar som kämpar mot postpartum depression vilket gör sjukskötaren och annan vårdpersonal som arbetar med omvårdnad till en potentiell resursperson till mödrar som kämpar mot postpartum depression.

4.2 Metoddiskussion

Detta arbete är en litteraturstudie baserad på en kvalitativ metod där författarna undersöker hur sjukskötaren kan vara en potentiell resursperson till mödrar med postpartum depression ur sjukskötarens perspektiv. En deduktiv design valdes från början där två av de fyra faserna i Hildegard Peplaus interpersonal teori användes, det vill säga, orienterings - och identifieringsfasen, i studien. Detta examensarbete styrdes av Peplaus omvårdnadsteori redan från bakgrunden eftersom teorin lyfter vårdrelationen mellan sjukskötaren och patienten vilket passade bra med syftet som undersökts. Med val av en induktiv design kunde arbetet ha varit mera fritt och mer öppet när analyserna gjordes och inte styrts av teorin (Henricson, 2017). Ett annat exempel på teoretisk förankring vore Becks teori om postpartum depression vilken hade kunnat användas. Beck tar upp vikten av att förstå graviditet, förlossning och moderskap ur kvinnans perspektiv. Teorin tar bland annat också upp riskfaktorer till postpartum depression och vilka symtom sjukdomen ger bland annat. Teorin hade kunnat användas om man kopplar till vårt övergripande tema know-how och till subtema ett (1) Att

uppfatta det tysta budskapet där det tas upp en del om symtom som sjukskötaren observerar. Kopplar man teorin till subteman två (2) och tre (3) är teorin mer svåränvänd då teorin inte går djupare in på vårdrelationen och vägledning som är en av tyngdpunkterna i de andra subtemana.

Från början av denna studie fanns det ett intresse hos författarna att forska på sjukskötarens erfarenheter att vårda mödrar med postpartum depression. De utvalda artiklarna behandlar även informanter från andra hälso- och sjukvårdssammanhang såsom hälsovårdare/distriktsjukskötare, *public health nurse*, *maternal child health nurse* samt *antenatal nurse*. Synvinkel från annan vårdpersonal förstärker sjukskötarens know-how och ger därmed denna studie en bredare bas av information som är relevant för sjukskötare som arbetar på olika avdelningar, med andra ord, där interaktionen mellan sjukskötare och patient kan äga rum (Mårtensson & Henricson, 2017). Genom att arbeta med en kvalitativ metod låg fokus på att undersöka personers levda erfarenheter av ett fenomen och datainsamlingen styrdes av att hitta studier som innehöll intervjuer, berättelser och observationer (Henricson & Billhult, 2017). Utmaningen att hitta artiklar med endast kvalitativ metod uppmärksammades under arbetets gång och trots flertalet sökningar med både avgränsningar, bredd, fler sökord med mera så hittades inte tillräckligt antal artiklar av kvalitativ metod och därför övervägdes en mixad metod. En mixad metod använder både kvalitativa och kvantitativa metoder. Borglin (2017) beskriver fördelar med mixad metod att den är komplementär och syftar till att integrera både kvantitativ (numerisk data) och kvalitativ (textdata) samt att respektive methods begränsningar delvis elimineras och styrkorna kvarstår. Dock valdes metoden inte för att det skulle ha krävt mycket tid och resurser.

De valda artiklarna till resultatet var från Australien, Brasilien, Irland, Malaysia, Norge, Rwanda, Sri Lanka, Sverige och USA. Artiklarna från de olika länderna kan medföra information som kan vara av betydelse för omvårdnaden och i form av överförbarhet till andra yrkesgrupper inom vården (Mårtensson & Henricson, 2017). Alla artiklar var peer-reviewed från åren 2015-2025 och söktes från databaserna PubMed och EBSCO Cinahl. Artiklar med kvalitativa ansatser och med motsvarigheten till sjukskötare samt hälsovårdare/distriktsköterskor i andra länder inkluderades. I samband med sökandet efter artiklar dök ett par samma identiska artiklar upp i olika databaser när både samma sökord och

även olika sökordskombinationer användes vilket ökar sensitiviteten och trovärdigheten genom att forskarna till original artiklarna är bekanta med forskningsmiljön innan studierna startat och genom att använda oss av "kritiska vänner", i författarnas fall handledaren, kunde författarna få en andra titt att artiklarna var av bra kvalitet (Mårtensson & Fridlund, 2017). Artiklar som innehöll ett abstrakt och delvis i fulltext valdes ut. Dock valdes även några artiklar ut vars fulltext inte var tillgänglig för författarna. Fulltexten erhöles efteråt från den handledande läraren och biblioteket. Eftersom inklusionskriterierna var delvis i fulltext och artiklar som inte fanns i fulltext erhöles från handledande lärare är det möjligt att andra artiklar som hade varit värdefulla för detta arbete gått förlorad eftersom hade sökningarna gjorts utan fulltext kunde fler artiklar hittats som varit värdefulla för arbetet vilket kan ses som en svaghet. Ingen av författarna till denna litteraturstudie har engelska som modersmål och samtidigt är det bara en av författarna som har svenska som modersmål vilket denna litteraturstudie är skriven på. Detta kan ha haft en inverkan på tolkning och analys av artiklarna eftersom den största delen av materialet var skrivet på engelska och därför kan det konstateras som en svaghet i detta arbete.

Beteckningen 'sjukskötare' i denna studie inkluderar '*nurse*', '*public health nurse*', '*maternal nurse*', '*child health nurse*', '*maternal and child healthcare nurse*', '*specialist nurse*', '*antenatal nurse*' och '*labour ward nurse*' eftersom artiklarna med endast sjuksköttarperspektiv inte hittades. Dessa beteckningar accepterades för användning i denna studie för att utgöra det erforderliga antalet kvalitativa artiklar som detta resultat baserades på. Dessutom omfattar beteckningen 'mödrar', 'new mothers', 'pregnant women', 'first-time mothers' and 'mothers with children'. I de utvalda artiklarna använde sjuksköttarna en eller båda av de ovan nämnda beteckningarna för att referera till mödrarna beroende på vilket sammanhang sjuksköttare-patientmöten ägde rum. Kvalitetsgranskningen av artiklarna till resultatet granskades utifrån en mall av Sörensen & Olsson (2021) med fokus på kvalitativ metod. Författarna till denna studie valde att var och en för sig granska alla tolv artiklar och genom att använda en interbedömarreliabilitet metod kunde man se om analysen blev densamma och på så sätt visa att reliabiliteten ökade trots att graderna kunde variera (Mårtensson & Fridlund, 2017). Analysen på två av de valda artiklarna gjordes med hjälp av samma mall som de övriga artiklarna. Författarna insåg senare att de skulle ha tagit sig tid att söka granskningsmallar för mixad metod. Granskningen kunde ha fått en annorlunda

kvalitetsgrad om en särskild mall för mixad metod använts. Detta konstaterades som en svaghet hos denna studie.

De utvalda artiklarna lästes och innehållet kodades enligt insikter och mönster från sjukskötarens arbete och uttalanden. Kategorier valdes ut där huvudkategorierna verkade representativa för den kunskap sjukskötarna har därav det övergripande temat Know how medan underkategorierna valdes i relation till Hildegard Peplaus omvårdnadsteori vilket är den teoretiska referensramen till detta arbete. Vad sjukskötaren gjorde med den identifierade kunskapen från artiklarna klassades till tre subteman: Att uppfatta det tysta budskapet, Att bry sig och Att vägleda. Författarna enades om att gå vidare med dessa kategorier eftersom de fick mer klarhet efter att ha läst artiklarna flera gånger. Det faktum att artiklarna lästes flera gånger om och enskilt innan de slutliga resultaten var sammanställt kan tala för styrkan i denna litteraturstudie eftersom datan verkade mer giltiga och trovärdiga och författarna blev mer medvetna om sina fördomar och därmed var mer benägna att låta data tala för sig själv.

Det etiska förhållningssättet till denna studie har arbetats enligt de ställningstaganden som redovisades i etikavsnittet i metoddelen. Författarna har visat styrka på att skriva fram vart källorna tagits och referera till dem, samt att det har varit etiskt motiverade att göra denna studie på grund av nyttan och kunskapen som förts fram där sjukskötaren är en potentiell resursperson hos mödrarna. Denna litteraturstudie har gjorts enligt kriterier för vetenskaplig kvalitet där forskningsprocessen har gått som en röd tråd genom hela arbetet. Genom teoretiska kriterier och empiriska kriterier har författarna visat noggrannhet och pålitlighet genom att i detalj beskriva problemet som undersökts redan i det inledande bakgrundsavsnittet. Dessutom, genom att beskriva vilket teoretiskt begrepp som har varit röda tråden till att syftet har besvarats och vidare till metod, resultat och diskussion har författarna visat att den vetenskapliga kvalitén hållit och att den röda tråden inte glidit iväg utan följts hela vägen genom arbetet (Mårtensson & Fridlund, 2017).

5. Slutsats

När sjukskötaren arbetar enligt Peplaus teori har hen ökade möjligheter att skapa meningsfulla vårdrelationer med mödrar som kämpar mot postpartum depression. *Know-how* är den språngbräda i dessa interaktioner som sjukskötaren använder för att stödja dessa mödrar genom de olika stadierna av återhämtningsresan. *Know-how* är dock inte bara relevant för sjukskötare utan även för annan vårdpersonal som möter mödrarna på andra vårdenheter såsom i primärvården eller på andra avdelningar där vårdpersonal- och mödrars interaktion kan ske på grund av andra orsaker. Om vårdpersonal kan tillämpa *Know-how* har de bättre förutsättningar att identifiera en problemsituation och därmed kunna ingripa. Sjukskötarens *know-how* är ett kraftfullt verktyg som kan användas för *Att uppfatta det tysta budskapet*, för *Att bry sig* och för *Att vägleda* mödrar som kämpar mot postpartum depression. När den används och tillämpas på rätt sätt gör den sjukskötaren till en potentiell resursperson som ser mödrarnas kamp, som är villig att finnas där för dem och som är villig att stötta dem genom kampen tills hälsan återgår till det positiva.

KÄLLFÖRTECKNING

Arefadib, N., Cooklin, A., & Shafiei, T. (2022). Barriers and enablers to postpartum depression and anxiety screening: A qualitative study of Victorian maternal and child health nurses' practices. *Health & social care in the community*, 30(6), e5434–e5444.

<https://doi.org/10.1111/hsc.13966>

Arefadib, N., Shafiei, T., & Cooklin, A. (2022). Barriers and facilitators to supporting women with postnatal depression and anxiety: A qualitative study of maternal and child health nurses' experiences. *Journal of clinical nursing*, 32(3-4), 397–408.

<https://doi.org/10.1111/jocn.16252>

Arifin, S. R. M., Abdullah, K. H. A., Abas, N. A. H., Husain, R., & Che Man, M. (2022). Understanding the Healthcare Practitioners' Experience in Managing Women with Postnatal Depression: A Qualitative Study in Malaysia. *International Medical Journal Malaysia* 21(2), 95-105. <https://doi.org/10.31436/imjm.v21i2.1993>

Avelar Rosa, S. V., Silva de Matos, M., Dzivielevski, A. M. O., Soares Fonseca, J. P., Carvalho Ribeira, N. A., & Santos Silva, R. (2021). Postpartum depression: an approach to the level of preparation of nurses. *Saúde Coletiva*, 11(68), 7814–7818.

<https://doi.org/10.36489/saudecoletiva.2021v11i68p7825-7834>

Baggens, C. & Sanden, I. (2019). Kommunikativa handlingar. I F. Friberg, & J. Öhlen, (Red.). *Omvårdnadens grunder - Perspektiv och förhållningssätt* (s. 585-624).

Studentlitteratur.

Ben-David, V., Jonson-Reid, M., & Tompkins, R. (2017). Addressing the Missing Part of Evidence-based Practice: The Importance of Respecting Clinical Judgment in the Process of Adopting a New Screening Tool for Postpartum Depression. *Issues in mental health nursing*, 38(12), 989–995. <https://doi.org/10.1080/01612840.2017.1347221>

Billhult., A. & Henricson., M. (2017). Kvalitativ metod. I M. Henricson, (Red.). *Vetenskaplig teori och metod - från idé till examination inom omvårdnad* (s. 111-119). Studentlitteratur.

Borglin, G. (2017). Mixad metod - En introduktion. I M. Henricson, (Red.). *Vetenskaplig teori och metod - från idé till examination inom omvårdnad* (s. 233-250). Studentlitteratur.

Borglin, G., Hentzel, J., & Bohman, D. M. (2015). Public health care nurses' views of mothers' mental health in paediatric healthcare services: a qualitative study. *Primary health care research & development*, 16(5), 470–480. doi:10.1017/S1463423615000055

Cai, X., Fu, X., Krabbendam, E., Li, Z., Liu, J., Liu, S., Liu, Y., Liu, Z., Wang, Z., Xiao, X., Zhang, W., Yang, B. (2021). Mapping global prevalence of depression among postpartum women. *Translational Psychiatry*, 11(1):543. <https://doi.org/10.1038/s41398-021-01663-6>

Ehrenberg, A., & Wallin, L. (Red). (2021) *Omvårdnadens Grunder*. Studentlitteratur.

Eide, H., & Eide, T. (2011). *Omvårdnadsorienterad kommunikation: Relationsetik, samarbete och konfliktlösning*. Studentlitteratur.

Forchuk, C. (1993). Hildegard E. Peplau: Interpersonal nursing theory. I L. Rooke, (Red.) *Omvårdnadsteorier II* (s. 19-39). Studentlitteratur.

Forskningsetiska delegationen. (14 maj 2025). *Godvetenskaplig praxis*.
<https://tenk.fi/sv/forskningsfus/god-vetenskaplig-praxis-gvp>

Friberg, F. (2022). Att göra en integrerande sammanställning av kvalitativ forskning - inspirerad av metasyntes. I F. Friberg, (Red.). *Dags för uppsats - vägledning för litteraturbaserade examensarbeten* (s. 169-183). Studentlitteratur.

Giltenane. M., Sheridan, A., Kroll, T & Frazer K. (2021). Identifying the role of public health nurses during first postnatal visits: Experiences of mothers and public health nurses in Ireland. *International Journal of Nursing Studies Advances*, 3(100017).

<https://doi.org/10.1016/j.ijnsa.2020.100017>

Henricson, M. (2017). Diskussion. I M. Henricson, (Red.). *Vetenskaplig teori och metod - från idé till examination inom omvårdnad* (s. 411-420). Studentlitteratur.

Henricson, M. & Mårtensson, J. (2017). Publicering av examensarbetet. I M. Henricson, (Red.). *Vetenskaplig teori och metod - från idé till examination inom omvårdnad* (s. 495-506). Studentlitteratur.

Hertzberg, T. (April 5, 2022). *Förlossningsdepression*. Duodecim hälsportal.
<https://www.terveyskirjasto.fi/dlk00505>

Langvik, E., Håberg, C. H., & Storholt, H. H. (2020). Routine screening for postpartum depression puts mental health on the agenda. *Norwegian Journal of Clinical Nursing / Sykepleien Forskning*, 1–18. <https://doi.org/10.4220/Sykepleienf.2020.81060en>

Lundeen, T., Musange, S., Azman, H., Nzeyimana, D., Murindahabi, N., Butrick, E., & Walker, D. (2019). Nurses' and midwives' experiences of providing group antenatal and postnatal care at 18 health centers in Rwanda: A mixed methods study. *PLoS ONE*, 14(7), 1–16. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0219471>

Meira, B. de M., Pereira, P. A. de S., Silveira, M. de F. A., Gualda, D. M. R., & Santos Jr, H. P. O. (2015). Challenges for primary healthcare professionals in caring for women with postpartum depression. *Text Context Nursing*, 24(3): 706–712.
<https://doi.org/10.1590/0104-0707201500049-14>

Míguez, M. C., & Vázquez, M. B. (2023). Prevalence of postpartum major depression and depressive symptoms in Spanish women: A longitudinal study up to 1 year postpartum. *Midwifery*, 126, 103808. <https://doi.org/10.1016/j.midw.2023.103808>

Mårtensson, J. & Fridlund, B. (2017). Vetenskapligt kvalitet i examensarbete. I M. Henricson, (Red.). *Vetenskaplig teori och metod - från idé till examination inom omvårdnad* (s. 421-438).

Studentlitteratur.

Nyström, N. (2019). Vårdrelationer. I F. Friberg, & J. Öhlen. (Red.), *Omvårdnadens grunder - Perspektiv och förhållningssätt* (s. 465-485). Studentlitteratur.

Karlsson, E-K. (2017). Informationssökning. I M. Henricson, (Red.). *Vetenskaplig teori och metod - från idé till examination inom omvårdnad* (s. 81-97). Studentlitteratur.

Kjellström, S. (2017). Forskningsetik. I M. Henrickson, (Red.) *Vetenskaplig teori och metod - från idé till examination inom omvårdnad* (s. 57-80). Studentlitteratur.

Olsson, H. & Sörensen, H. (2021). *Forskningsprocessen* (4 uppl.). Studentlitteratur.

Patabendige, M., Athulathmudali, S. R., & Chandrasinghe, S. K. (2020). Mental Health Problems during Pregnancy and the Postpartum Period: A Multicenter Knowledge Assessment Survey among Healthcare Providers. *Journal of pregnancy*, 2020, 4926702. <https://doi.org/10.1155/2020/4926702>

Pokorny, M. E. (2018). Nursing theorists of historical significance. I M. R. Alligood (Red.). *Nursing theorists and their work* (9 uppl., s. 12-27). Elsevier.

Riekki, T. & Jussila, H. (January 20, 2022). *Identifiera och förebygga depression och ångest under graviditet och postpartum*. Duodecim hälsportal. <https://www.terveysportti.fi/apps/dtk/ltk/article/nla00084/search/synnytyksen%20j%C3%A4rjestyksen%20keinen>

Rowe, H. J., & Fisher, J. R. W. (2015). Prevention of postnatal mental health problems in women: knowledge exchange in primary care in Victoria, Australia. *Health Promotion Journal of Australia*, 26(1), 64–69. <https://doi.org/10.1071/HE14062>

Skoog, M., Hallström, I., & Berggren, V. (2017). “There’s something in their eyes” - Child Health Services nurses’ experiences of identifying signs of postpartum depression in

non-Swedish-speaking immigrant mothers. *Scandinavian Journal of Caring Sciences*, 31(4), 739–747. <https://doi.org/10.1111/scs.12392>

Smythe, K. L., Petersen, I., & Schartau, P. (2022). Prevalence of Perinatal Depression and Anxiety in Both Parents: A Systematic Review and Meta-analysis. *JAMA network open*, 5(6), e2218969. <https://doi.org/10.1001/jamanetworkopen.2022.18969>

Souza, K. L. C., de Souza Santos, A. L., Sorte, E. T. B., Peixoto, L. C. P., & Carvalho, B. T. (2018). Knowledge of Nurses of Primary Care about Puerperal Depression. *Journal of Nursing UFPE / Revista de Enfermagem UFPE*, 12(11), 2933–2943. <https://doi.org/10.5205/1981-8963-v12i11a231699p2933-2943-2018>

Stolper, E., Van Royen, P., Van de Wiel, M., Van Bokhoven, M., Houben, P., Van der Weijden, T., & Jan Dinant, G. (2009). Consensus on gut feelings in general practice. *BMC Family Practice*, 10, 6p. <https://doi.org/10.1186/1471-2296-10-66>

Svensk Sjuksköterskeförening (2021). ICN etiska kod för sjuksköterskor. <https://swenurse.se/download/18.7104a0bd1817fce0092f0132/1656659417909/A4%20ICN%20Etiska%20kod%20enkelsidor.pdf>

Wedajo, L. F., Alemu, S. S., Jarso, M. H., Golge, A. M., & Dirirsa, D. E. (2023). Late postpartum depression and associated factors: community-based cross-sectional study. *BMC Women's Health*, 23(280), 1-11. <https://doi.org/10.1186/s12905-023-02444-7>

Wiklund Gustin, L., & Lindwall, L. (2012). *Omvårdnadsteorier i klinisk praxis*. Studentlitteratur.

World Health Organization. (2022). *WHO recommendations on maternal and newborn care for a positive postnatal experience*. <https://iris.who.int/bitstream/handle/10665/352658/9789240045989-eng.pdf?sequence=1>

BILAGOR

Artikelsökning

Datum	Databas	Sökord	Avgränsning	Träffar	Antal lästa rubriker	Antal lästa abstrakt	Antal lästa artiklar	Utvalda artiklar
20.03	CINAHL Complete	Postnatal depression in older mothers	10 år engelska, full text	245	6	1	1	1
28.03	CINAHL Complete	Nurse & nurses and nursing AND postpartum depression AND experiences	10 år, engelska, full text, peer-review	167	3	3	3	2
01.04	CINAHL COMPLETE	Postpartum Depression AND (nurses experience or perspective, or view, or attitude or knowle	10 år, full text, peer-review	784	130	11	7	3

		dge)						
01.04	Pubmed	Postpartum depression AND measures AND nurses	10 år, abstrakt, peer review, engelska	36			1	1
01.04	CINAHL COMPLETE	Postpartum depression AND (nurse approach or nurse attitude)	10 år, abstrakt, english full free text peer-review	2	2	2	2	1
02.04	Pubmed	Postpartum depression AND Nurses AND Identification	10 år, engelska, abstrakt, full free text	33	1	1	1	1
04.04	CINAHL COMPLETE	Nurses experience or perspective or view or attitude AND nurses role or role of the nurse	10 år, abstrakt full text, english, peer-reviewed	2	2	2	2	2
08.04	CINAHL	Postpartum	10 år, full-text	95	3	5	1	1

	COMPLETE	depression AND nurses and nurse and nursing AND experience AND nursing care	, peer-review					
--	----------	---	---------------	--	--	--	--	--

Artikelöversikt

Nr.	Referens: Titel, författare, tidskrift, årtal & land	Syfte	Urval och deltagare	Studiedesign, metod för datainsamling och analys	Resultat	Vetenskaplig kvalitet
1.	Titel: Nurses and midwives experience of providing group antenatal and postnatal care at 18 health centers in Rwanda: A mixed methods study	Syftet med studien var att förstå erfarenheterna av att leverantörer av grupp ANC/PNC och jämföra deras jobb tillfredsställelse och uppfatta stress med individuell ANC/PNC	Både sjukskötare och barnmorskor deltog i studien.	Både kvalitativa och kvantitativa data hämtades från deltagarna. Kvantitativa med ett frågeformulär och de kvalitativa med intervjuer i fokusgrupper.	86 procent av sjukskötarna och barnmorskorna rapporterade att de föredrar gruppvård än den traditionella individuella vården i vårdmötet med patienten.	Grad 1

	<p>Författare : Lundeen, T., Musange, S., Azman, H., Nzeyimana, D., Murindahabi, N., Butrick, E., & Walker, D.</p> <p>Tidskrift: Liverpool school of Tropical medicine</p> <p>Årtal: 2019</p> <p>Land: Rwanda</p>	arbetare.				
--	---	-----------	--	--	--	--

2.	<p>Titel: Barriers and facilitators to supporting women with postnatal depression and anxiety: A qualitative study of maternal and child health nurses experience</p> <p>Författare : Arefadib, N., Shafei, T., & Cooklin, A.</p> <p>Tidskrift Journal of clinical nursing Wiley</p> <p>Årtal: 2022</p> <p>Land: Australien</p>	<p>Att undersöka mödra och barnhälso sjukskötar es erfarenhet er av att stötta kvinnan med postnatal depression och ångest, och faktorer som påverkar dessa</p>	<p>Deltagarna i studien var 12 sjukskötar e inom barn- och mödravård som hade 6 månaders erfarenhet minst och såg ofta mammor.</p>	<p>En kvalitativ deskriptiv studie där semistrukturerade intervjuer hölls. En tematisk analys av materialet utfördes.</p>	<p>Tre övergripande teman hittades: 1. Steg tagna av sjukskötar en för att identifiera postpartum depression hos kvinnor, 2. sjukskötar ens erfarenhet er att stötta kvinnor som behöver specialistvård och barriärerna som kom, och 3. hur tillgänglig service och samverkan med andra professioner fungerade.</p>	Grad 1
----	--	---	--	---	---	--------

3.	<p>Titel: Barriers and enablers to postpartum depression and anxiety screening: A qualitative study of Victorian maternal and child health nurses practices</p> <p>Författare: Arefadib, N., Cooklin, A. & Shafei, T.</p> <p>Tidskrift: Health and social care in the community, Wiley</p> <p>Årtal: 2022</p> <p>Land: Australien</p>	Att få en djup förståelse av vårdpersonalens undersöknings praktiska erfarenhet och faktorer som påverkar dem	MCHN sjukskötare med minst 6 månaders erfarenhet deltog i studien och såg ofta mammor. 12 stycken sjukskötare valdes sedan ut.	En kvalitativ deskriptiv studie med semistrukturerade intervjuer. Tematisk analys gjordes av intervjuerna för att identifiera orsakerna.	Två teman identifierades: Tema 1 var variationer i screening praktisk och faktorer som påverkade dem, tema 2 var systematiska hinder och barriärer att screena kvinnor med postpartum depression	Grad 1
----	--	---	--	--	--	--------

4.	<p>Titel: Addressing the missing part of evidence-based practice: The importance of respecting clinical judgment in the process of adopting a new screening tool for postpartum depression</p> <p>Författare : Ben-David, V., Johnson-Reid, M., & Tompkins, R.</p> <p>Tidskrift: HHS Public Access</p> <p>Årtal: 2017</p> <p>Land: USA</p>	Undersöka rollen i sjuksköтарыns kliniska beslut i upptaget av en evidensbaserad skattningsskala till postpartum depression	Sjuksköтары som deltog i hembesöksprogram deltog i studien	En kvalitativ undersökning. Sjuksköтарыna deltog i semistrukturerade intervjuer.	3 teman hittades: Missnöje med att använda screeningverktyg, problemlösande och klinisk bedömning i ett nytt screeningverktyg	Grad 2
5.	<p>Titel: Understanding the healthcare practitioners experience in</p>	Undersöka förväntningarna av sjukvårdspersonal av postnatal depression och deras	18 sjukvårdspersonal deltog i studien som arbetade på kliniker	En kvalitativ undersökningsdesign med individuell intervjuer	Sjukvårdspersonalen rapporterade att deras vårdande av kvinnor med	Grad 2

	<p>managing women with postnatal depression : A qualitative study in Malaysia</p> <p>Författare Arfin, S., Abdullah, K., Abbas, N., Husain, R. & Man, M.</p> <p>Tidskrift: International islamic university Malaysia</p> <p>Årtal: 2022</p> <p>Land: Malaysia</p>	<p>erfarenheter att vårda kvinnor med postnatal depression</p>	<p>för mödrar och 1 psykolog.</p>	<p>utfördes. Intervjuerna analyserades genom transkription.</p>	<p>postpartum depression var begränsad när de kom till screening verktyg och stigmatiseringen associerad till postnatal depression</p>	
6.	<p>Titel: Routine screening for postpartum depression puts mental health on the agenda</p> <p>Författare : Langvik, E., Hystad-Håberg, C. & Storholt, H.</p> <p>Tidskrift: Sykepleien</p>	<p>Utforska sjuksköтарыs erfarenheter av att använda EPDS skattningsskalan som ett verktyg att screena postpartum depression hos nya mammor</p>	<p>8 sjukskötare deltog i studien.</p>	<p>En kvalitativ metod gjord på intervjuer hos deltagarna.</p>	<p>4 teman hittades: Förväntningarna att sätta mammans mentala hälsa på agendan, att screena postpartum depression är mindre, att EPDS tar upp vad magkänslan säger och klinisk</p>	<p>Grad 2</p>

	Forskning Årtal: 2020 Land: Norge				bedömning är viktigt komplement till EPDS screen	
7.	Titel: Mental health problems during pregnancy and the postpartum period: A multicenter knowledge assessment survey among healthcare providers Författare : Patabendige, M., Athulathmudali, S.R. & Chandrasinghe, S.K. Tidskrift: Journal of pregnancy Hindawi Årtal: 2020 Land: Sri Lanka	Undersöka förståelsen gällande mentala hälsoproblem under graviditeten och postpartum perioden bland sjukvårdspersonal	Av 300 deltagare deltog 152 i studien	En mixed metod studie bestående av både kvantitativa och kvalitativa metoder. Frågeformulär och intervjuer utfördes.	Överlag var vetenskapen och kunskapen om faktorer, symptom och konsekvenser gällande postpartum vården få aspekter var mindre bra, till exempel hälsoutbildning åt kvinnor och göra reklam för gruppträffarna.	Grad 2
8.	Titel: Prevention of postnatal	Att bedöma sjuksköters	Sjuksköterske från MCH kliniker	En kvalitativ studie gjord på	Sjuksköterskorna visade en villighet	Grad 1

	<p>mental health problems in women: knowledge exchange in primary care in Victoria, Australia. Författare : Rowe, H. & Fisher, J. Tidskrift: Health promotion journal of Australia Årtal: 2015 Land: Australien</p>	<p>förståelse i deras roll i att förhindra postnatal mentala hälsoproblem och sjuksköтарыns nutida övning och specifik träningsbehov.</p>	<p>deltog i studien</p>	<p>gruppintervjuer gjordes och intervjuerna analyserades tematiskt.</p>	<p>att strukturera den mentala hälsaförhindranden i verksamheten.</p>	
9.	<p>Titel: Postpartum depression: an approach to the level of preparation of nurses Författare : Rosa, S.V.A., Matos, M.S., Dzivielevski, A.M.O., Fonseca, J.P.S., Ribeiro, N.A.C. & Santos-Silva, R.</p>	<p>Att verifiera nivån av förberedelser hos sjuksköтары för att identifiera tecken och symtom av postpartum depression på hälsoavdelningen</p>	<p>6 stycken sjuksköтары deltog i studien som hade jobbat mer än 10 år på avdelningen</p>	<p>En kvalitativ deskriptiv studie där de utförde semistrukturerade intervjuer till deltagarna.</p>	<p>Kunskapen om allvarligheten i PPD och sjuksköтарыna kom ofta i resultatet att vikten av att assistera mamman i hennes hantering av sjukdomen och behovet av att alla i teamet är involverade.</p>	<p>Grad 1</p>

	Tidskrift: Artigo Årtal: 2021 Land: Brasilien					
10.	Titel: There's something in their eyes - child health services nurses experience of identifying signs of postpartum depression in non-swedish-speaking immigrant mothers Författare : Skoog, M., Hallström, I. & Berggren, V. Tidskrift: Scandinavian journal of caring sciences Årtal: 2017 Land: Sverige	Att klarlägga svenska sjuksköterskans erfarenheter av att identifiera tecken på postpartum depression i icke svenska talande invandrar mammor.	13 sjuksköterskor deltog i denna studie.	En kvalitativ metod där en latent contentanalys gjordes av data från intervjuer.	Att kunna förstå en icke svensk talande mamma från utlandet kräver ett etablerat och konstant förståelse för en transkulturell vårdrelation och förståelse för kulturella skillnader för att upptäcka postpartum depression	Grad 1
11.	Titel: Knowledge	Att analysera	11 stycken sjuksköterskor	En kvalitativ	Tre kategorier	Grad 1

	<p>e of nurses or primary care about puerperal depression Författare : Souza, K.L.C., Santos, A.L., Sorte, E.T.B., Peixoto, L.C.P. & Carvalho, B.T. Tidskrift: Journal of nursing UFPE on line Årtal: 2018 Land: Mexico</p>	<p>kunskapen hos sjukskötar na i familje hälsovårds avdelninge n om puerperal depression</p>	<p>e</p>	<p>deskriptiv studie där deltagarna intervjuade es i semistrukt urerade intervjuer. Intervjuer na analyserade es tematiskt.</p>	<p>upptäcktes : Sjukskötar e vårdrutine r hos mammor, sjukskötar ens syn på postpartu m depression och förhindran de av postpartu m depression</p>	
12.	<p>Titel: Identifying the role of public health nurses during first postnatal visits: experience of mothers and public health nurses in Ireland Författare : Giltenane, M., Sheridan,</p>	<p>Utforska synen och erfarenhet erna av kvalitativ vård utförd under det första postnatal besöket från förväntning g av mammor och sjukskötar e</p>	<p>19 sjukskötar e och 5 mammor intervjuade es. Sjukskötar na var från 4 olika distrikt och mammor na från ett och samma</p>	<p>En kvalitativ metod där intervjuerna utfördes i fokusgrupp er. Intervjuer na analyserade es tematiskt.</p>	<p>Mammor na och sjukskötar na identifierade att sjukskötar na var viktiga att ge support under vistelsen då mammor na behövde vård och råd om fysiska, psykiska och sociala välmående</p>	Grad 1

	A., Kroll, T. & Frazer, K. Tidskrift: International journal of nursing advances Årtal: 2020 Land: Irland				t för dem och för babin.	
--	--	--	--	--	--------------------------------	--