

Bemötande och stöd till föräldrar efter beskedet om intrauterin fosterdöd

- ett informationsblad för vårdpersonalen

Jasmin Koivisto

Utvecklingsarbete för barnmorske (YH)-examen

Utbildningsprogram inom social- och hälsovård

Vasa 2018



UTVECKLINGSARBETE

Författare: Jasmin Koivisto

Utbildning och ort: Barnmorska, Vasa

Handledare: Eva Matintupa

Titel: Bemötande och stöd till föräldrar efter beskedet om intrauterin fosterdöd
– ett informationsblad för vårdpersonalen

Datum 2018

Sidantal 6

Bilagor 1

Abstrakt

Syftet med detta utvecklingsarbete är att öka vårdpersonalens förmåga att identifiera behovet av stöd och att erbjuda föräldrarna tillräcklig beredskap för att klara sig över krisen efter att de förlorat sitt barn intrauterint. Detta görs genom att utforma ett informationsblad om hur man ska bemöta och stöda föräldrar efter beskedet om intrauterin fosterdöd (Bilaga 1).

Utvecklingsarbetet baserar sig på examensarbetet "Att vara mamma åt ett änglabarn - en kvalitativ studie av kvinnors upplevelser och känslor kring intrauterin fosterdöd". I examensarbetets resultat framkom att det var flera av kvinnorna som saknade förståelse av omgivningen om hur de skulle bemöta kvinnorna som förlorat sitt barn i intrauterin fosterdöd. Utgående från examensarbetets resultat och Cullbergs kriteori sammanställdes ett informationsblad som vårdpersonalen kan använda som stödmaterial under vården av föräldrar som förlorat sitt barn intrauterint.

Språk: Svenska

Nyckelord: Intrauterin fosterdöd, vårdpersonal, stöd, bemötande

KEHITYSTYÖ

Tekijä: Jasmin Koivisto

Koulutus ja paikkakunta: Kätilö, Vaasa

Ohjaaja: Eva Matintupa

Nimike: Kuinka kohdata ja tukea kohtukuoleman kohdanneet vanhemmat
– opaslehtinen hoitohenkilökunnalle

Päivämäärä 2018

Sivumäärä 6

Liitteet 1

Tiivistelmä

Tämän kehitystyön tarkoituksena on lisätä terveydenhuollon ammattilaisten kykyä tunnistaa tuen tarvetta sekä osata antaa kohtukuoleman kohdanneille vanhemmille riittävät valmiudet selviytyä kriisistä. Tähän avuksi laaditaan opaslehtinen siitä, kuinka kohdata ja tukea kohtukuoleman kohdanneet vanhemmat (Liite 1).

Tämä kehitystyö perustuu opinnäytetyöhön ”Äiti enkelilapselle – kvalitatiivinen tutkielma naisten kokemuksista ja tunteista kohdunsisäisen kuoleman ympärillä”. Opinnäytetyön tuloksissa kävi ilmi, että monet naiset kokivat kaipaavansa ympäristöltä ymmärrystä, kuinka kohdata nainen jonka lapsi on kuollut kohtuun. Opinnäytetyön tulosten sekä Cullbergin kriisiteorian perusteella laadittiin opaslehtinen hoitohenkilökunnan tueksi kohtukuoleman kohdanneiden vanhempien hoidossa.

Kieli: Ruotsi Avainsanat: Kohtukuolema, hoitohenkilökunta, tuki, kohtaaminen

DEVELOPMENT PROJECT

Author: Jasmin Koivisto

Degree Programme: Midwifery, Vaasa

Supervisor: Eva Matintupa

Title: How to confront and support parents affected by intrauterine foetal death
– a guide for health care professionals

Date 2018

Number of pages 6

Appendices 1

Abstract

The purpose of this development project is to increase the ability of health care professionals to identify the need for support and to offer parents adequate preparedness to cope with the crisis after losing their child in intrauterine foetal death. This is done by compiling a guide of how to confront and support parents affected by intrauterine foetal death (Appendix 1).

Development project is based on the thesis "To be the mother of an angel -a qualitative study of women's experiences and feelings about intrauterine foetal death". The results of the thesis showed that there were several women who longed for understanding from the environment about how they would confront the women who's lost their child in intrauterine foetal death. Based on the results from thesis and Cullbergs theory of crisis a guide has been compiled that healthcare professionals can use as support material in the care of parents who's lost their child in intrauterine foetal death.

Language: Swedish

Key words: Intrauterine foetal death, healthcare professionals, support, confront

Innehållsförteckning

1	Inledning.....	1
2	Syfte	1
3	Teoretiska utgångspunkter	1
3.1	Cullbergs kristeori	2
3.1.1	Chockfasen	2
3.1.2	Reaktionsfasen.....	2
3.1.3	Bearbetningsfasen.....	3
3.1.4	Nyorienteringsfasen	3
4	Informationsblad.....	3
5	Kritisk granskning och diskussion	4
	Källförteckning	7

Bilaga 1

1 Inledning

Detta utvecklingsarbete baserar sig på examensarbetet Att vara mamma åt ett änglabarn (Jorpes, Koivisto & Sandberg, 2017). Syftet med examensarbetet var att lyfta fram de upplevelser och känslor kvinnor i Finland har kring att förlora sitt barn efter minst 22 fullgångna graviditetsveckor. I examensarbetets resultat framkom att flera av kvinnorna upplevde att de inte fått stöd och förståelse av omgivningen. En av skribenterna vill nu sprida information till vårdpersonalen och skapa större förståelse för de föräldrar som i framtiden kommer förlora sitt barn i intrauterin fosterdöd.

I detta utvecklingsarbete kommer jag att ha vårt examensarbete som grund men även nytt material kommer användas. Utvecklingsarbetet resulterar i ett informationsblad som vårdpersonalen kan använda som stöd under vården av föräldrar som mist sitt barn intrauterint.

2 Syfte

Syftet med detta utvecklingsarbete är att öka vårdpersonalens uppfattning om hurudant stöd föräldrar, som förlorat sitt barn i intrauterin fosterdöd, önskar sig få och hur föräldrarna önskar bli bemötta efter budskapet om intrauterin fosterdöd. För att uppnå syftet görs ett informationsblad om hur vårdpersonalen ska bemöta och stöda föräldrarna efter besked om intrauterin fosterdöd.

3 Teoretiska utgångspunkter

Det här utvecklingsarbetet har de teoretiska utgångspunkterna i Morses (2001) teori om lidande samt Cullbergs (1992) teori om kriser. Morses (2001) lidande teori finns presenterad i examensarbetet (Jorpes, et.al., 2017) och Cullbergs (1992) kristeori kommer att presenteras här nedan. Eftersom föräldrarna vistas en kort stund på sjukhuset, är det viktigt för vårdpersonalen att koncentrera sig på att känna igen den akuta fasen av krisen.

Därför kommer jag att fördjupa mig speciellt i identifieringen av krisens chock- och reaktionsfas.

3.1 Cullbergs kriteori

Enligt Cullberg (1992) är orsaken till den traumatiska krisen någon yttre prövning, vilket hotar individens existens, säkerhet eller sociala status. En nära människas död är ett exempel på en sådan yttre prövning. Krisens akuta fas utgörs av chock- och reaktionsfas. (Cullberg, 1992).

3.1.1 Chockfasen

Krisens första fas, chockfasen, startar omedelbart efter krisutlösande händelsen och kan hålla på från några sekunder upp till några dagar. Under chockfasen reagerar man olika, en kan skrika, upprepa sig om och om igen medan en annan ligger tyst och paralyserad. Människan försöker med all kraft undvika verkligheten och det går inte att ta in något av det som hänt och bearbeta det. En del kan förneka att händelsen ägt rum. (Cullberg, 1992).

Människan kan utifrån se lugn ut och verka ha allt under kontroll, men insidan är i verklighet kaos. Det är bra att ta hänsyn till att ofta är kommunikations försöken värdelösa och man borde inte ge någon viktig information under denna fas eftersom människan ofta inte minns senare vad som sagts under den här perioden. (Cullberg, 1992).

3.1.2 Reaktionsfasen

Krisens andra fas, reaktionsfasen, håller på från någon vecka till några månader. Reaktionsfasen kan sägas påbörja då människan sakta men säkert tvingas öppna ögonen för det som hänt och möta den förändrade verkligheten. En väsentlig del av reaktionsfasen är människans sätt att finna mening i det skedda. Känslor av orättvisa är normala i den här fasen, tankar om varför detta hände just mig. (Cullberg, 1992).

Människans försvarsmekanismer komplicerar reaktionsfasen. Människan har en tendens att vägra och förneka det skedda vilket gör det svårare att komma vidare i läkningsprocessen. En av de vanligaste försvarsmekanismerna är isolering av känslor. En människa som utåt sett kan påverka lugn och hanterar situationen bra, kan i verkligheten bära en stor psykisk börda vilket kan leda till negativa följder. (Cullberg, 1992).

3.1.3 Bearbetningsfasen

Den akuta fasen är nu förbi och människan har tagit sig vidare till bearbetningsfasen. Bearbetningsfasen pågår ungefär ett halvt eller ett år efter att krisutlösande händelsen skett. Människan börjar nu acceptera det som hänt och slutar sakta mak förneka det. Hon kan börja planera sin framtid igen och med tiden släpper skuldkänslorna. Ifall människan inte lyckas acceptera inom en rimlig tid det hända och anpassa sig till situationen, kan det vara ett tecken på att hon behöver sakkunnig hjälp. (Cullberg, 1992).

3.1.4 Nyorienteringsfasen

Nyorienteringsfasen är den sista av de fyra faserna i Cullbergs kristeori. Denna fas har ingen avslutning. Människan lär sig leva ett fullständigt liv oberoende av det hända och krisen förblir som ett ärr i hennes liv. Återhämtningen är aldrig okomplicerat men till exempel nya förluster eller situationer som påminner om den tidigare trauman kan utlösa symtom av reaktionsfasen hos människan igen. (Cullberg, 1992).

4 Informationsblad

I en bra guide skall språket vara tydligt, smidigt och förståeligt. Vid sammanställningen av guiden är struktureringen av texten relevant, eftersom läsaren måste kunna få den mest väsentligaste informationen ur guiden. De viktigaste delarna för läsbarhet och layout är rubrikerna. Man kan även uppehålla läsarens intresse med hjälp av illustrationer som stöder och kompletterar texten. (Torkkola, Heikkinen & Tiainen, 2002). Enligt Dimpleby & Graeme (1999) krävs det en kombination av både bilder och ord för att åstadkomma ett lyckat informationsblad. Det är viktigt att klargöra sitt syfte, sin målgrupp och hur informationsbladet ska användas. Det är bra att samla åt sig några färdiga broschyrer och analysera deras starka och svaga sidor. Det är även bra att göra layoutskisser för att få åt sig över hur den färdiga produkten kommer sedan att se ut.

Det är viktigt att bestämma innehållet inklusive ord, bilder och diagram men även att bestämma om man vill framföra det personligt eller formellt. Som näst skall man bestämma sig om format och layout. Hit hör även sidantalet och storlek. Det är också viktigt att tänka på texten och fundera ut hur man vill behandla den, färger, teckensnitt, fontstorlek och ramar. De mest läsbara teckensnitten Times New Roman eller motsvarande. Det är viktigt att inte

blanda på flera olika teckensnitt i samma text utan ha en och samma genom hela texten för att få ett sammanhängande resultat. I löpande text ska man använda sig av fontstorlek 12. I rubrikerna ska det användas större fontstorlek. Framsidan och baksidan är det viktigt att tänka på, en inledning och avslutning. Det är bra att lämna tomrum runt textblock och bilder så att man kan urskilja dem ur bakgrunden. (Dimbleby & Graeme, 1999; Strömquist, 2014). Det är värt att tänka på hur man använder sig av färger, eftersom de påverkar på människans humör och känslor. Den blåa färgen uppfattas ha en lugnande effekt och symboliserar även odödlighet och balans. De medelljusa och ljusa nyanserna har en positiv inverkan på människans humör och känslor. (Rihlama, 1997).

Då jag började planera informationsbladet (bilaga 1) för vårdpersonalen funderade jag först hurudant blad jag själv skulle vilja ta stöd av. Jag använde mig av kommentarer som vi fått av mammorna som varit informanter till examensarbetet (Jorpes, et.al., 2017) och läste mig in på Cullbergs (1992) kristeori. Jag sökte information om hur ett informationsblad ska byggas upp och vad som är väsentligt att ha med. Till näst tog jag reda på vad olika färger står för och bestämde mig för vilka färger som bäst passar till mitt informationsblad. Jag valde dessutom att göra ett kort och koncist informationsblad, för att vårdpersonalen ska ha lätt att ta in den väsentliga informationen snabbt. Jag ritade själv en bild, som ska föreställa ett litet änglabarn, till framsidan för att väcka intresset hos läsaren.

5 Kritisk granskning och diskussion

I sammanställningen av informationsbladet har jag använt mig av både resultat från examensarbetet (Jorpes, et.al., 2017) och Cullbergs (1992) kristeori. Informationsbladet gjordes kortfattat och tydligt så att vårdpersonalen skall ha lätt att hitta informationen eftersom det även är tungt för vårdpersonalen att ta hand om och stöda de familjer som drabbas av intrauterin fosterdöd. Målet med informationsbladet var att med hjälp av detta öka vårdpersonalens förmåga att identifiera behovet av stöd och kunna erbjuda föräldrarna tillräcklig beredskap för att klara sig över krisen. Informationsbladet ger nu en helhetsbild av behovet av stöd för föräldrar som mist sitt barn intrauterint. Informationsbladet fungerar som en checklista för vårdpersonalen.

Det är viktigt att tänka efter vilka färger man använder eftersom färgerna påverkar människans sinne och känslor. För att väcka intresset hos åskådaren är det bra att kombinera

text med bilder. (Rihlama, 1997; Torkkola, Heikkinen & Tiainen, 2002). Enligt Dimpleby & Graeme (1999) krävs det en kombination av både bilder och ord för att åstadkomma ett lyckat informationsblad. I informationsbladet har jag valt att använda mig av vitbakgrund men med olika nyanser av medelljus och ljusblå, eftersom den blåa färgen uppfattas ha en lugnande effekt och symboliserar odödlighet och balans. De ljusa och medelljusa nyanserna däremot har en positiv inverkan på människans humör och känslor. (Rihlama, 1997). Jag har även valt att ha med en bild, som jag själv ritat, i pärmen av informationsbladet för att väcka intresset hos läsaren.

Enligt Strömquist (2014) ska fontstorlek 12 användas i löpande text och rubrikerna ska skiljas åt med större storlek. För att texten ska vara lättläst ska den vara i motsvarande sort av Times. Enligt Dimpleby & Graeme (1999) är det viktigt att klargöra sitt syfte, sin målgrupp och hur informationsbladet ska användas. Som titel till informationsbladet har jag valt ”Hur ska man bemöta och stöda föräldrarna efter beskedet om intrauterin fosterdöd”. Titeln är ganska lång, men den berättar precis vad informationsbladet handlar om så att läsaren förstår det. Teckenstorleken på titeln är 26 och är därmed tillräckligt stor för att väcka upp intresset, skiljas ur innehålls texten och synas bra från lite längre håll också. Teckenstorleken i den löpande texten på informationsbladet är 12 och fonten är Garamond, vilken motsvarar Times.

Eftersom informationsbladet kommer att användas av personal inom undertecknads framtida yrke, var det viktigt att tänka på hurudant informationsblad jag själv skulle vilja ta stöd av. Jag funderade även på hur man skulle väcka intresset hos vårdpersonalen i förlossningssalen och på förlossningsavdelningen då informationsbladet delas ut på arbetsplatsen där de ofta har bråttom och lite tid att läsa broschyrer och informationsblad. Därför gjordes informationsbladet kortfattat och tydligt.

Jag anser att det här utvecklingsarbetet varit ett utmanande men väldigt givande projekt. Jag tycker att jag fått utveckla examensarbetet (Jorpes, et.al., 2017) så att den faktiskt kommer till nytta. Jag har känt att jag har gjort något meningsfullt eftersom det är ett mycket viktigt ämne. Flera av informanterna till examensarbetet (Jorpes, et.al., 2017) hade haft blandade känslor kring vården då babyn blivit dåligt hanterad och de hade känt sig ensamma då omgivningen inte visst hur de skulle bemöta dem. I informationsbladet finns det information om krisens olika faser (Cullberg, 1992) och hur man ska bemöta och stöda föräldrarna under dessa faser.

Till slut vill jag tacka informanterna som möjliggjort examensarbetet (Jorpes, et.al., 2017) och därmed detta utvecklingsarbete. Jag vill även tacka handledaren för allt stöd under processen och för all handledning jag fått.

Källförteckning

Cullberg, J., 1992. *Kris och utveckling*. Stockholm: Natur och kultur

Dimbleby, R. & Burton, G., 1999. *Kommunikation är mer än ord*. Lund: Studentlitteratur

Jorpes, M., Koivisto, J. & Sandberg, J., 2017. *Att vara mamma åt ett änglabarn – en kvalitativ studie av kvinnors upplevelser och känslor kring intrauterin fosterdöd*. Opublicerad avhandling för barnmorskeexamen. Yrkehögskolan Novia, Vasa.

Rihlama, S., 1997. *Värioppi*. Helsinki: Rakennustieto Oy

Strömquist, S., 2014. *Konsten att tala och skriva*. Gleerups utbildning AB

Torkkola, S., Heikkinen, H. & Tiainen, S., 2002. *Potilasohjeet ymmärrettäviksi*. Tampere: Tammi

Referenser:

Jorpes, M., Koivisto, J. & Sandberg, J., 2017. *Att vara mamma åt ett änglabarn – en kvalitativ studie av kvinnors upplevelser och känslor kring intrauterin fosterdöd*. Opublicerad avhandling för barnmorskeexamen. Yrkeshögskolan Novia, Vasa.

Cullberg, J., 1992. *Kris och utveckling*. Stockholm: Natur och kultur

YRKESHÖGSKOLAN
NOVIA

Utvecklingsarbete för barnmorske (YH)- examen

Utbildningsprogram inom social- och hälsovård

Yrkeshögskolan Novia 2018

© Text, bild och layout:

Jasmin Koivisto 2018

Hur ska man bemöta och stöda föräldrarna efter beskedet om intrauterin fosterdöd



Chockfasen

- ◇ Förnekande av den intrauterina fosterdöden och självanklagelse är vanliga känslor hos föräldrarna efter beskedet.



- Viktigt att ge föräldrarna så mycket tid de behöver och vill ha tillsammans med baby.

- ◇ Det är svårt att kommunicera, vilket innebär att det är svårt att ta emot information om intrauterin fosterdöd och vad som händer närmast.



- Berätta och ge information om igångsättning, hur förlossningen går till och varför det är bra att baby föds vaginalt.
- Gå igenom informationen flera gånger och ge den både muntligt och skriftligt.
- Ordna eftervården (präst, psykolog, socialarbetare behövs)
- Ge tid att fatta beslut angående baby, det är den enda gången dessa beslut kan fattas.

- ◇ Föräldrarna får en känsla av trygghet av fysisk närvaro.



- Barnmorskan får gärna visa sina känslor, det ger en känsla av bekräftelse i sorgen.
- Bekräfta föräldraskapet, använd benämningen mamma och pappa.
- Ge möjligheten att bada baby och klä på egna kläder.

Reaktionsfasen

- ◇ Föräldrarna börjar förstå och ta in det som hänt samt hur det kommer påverka familjeliv och framtidsplaner.



- Lagg märke till hur du uttrycker dig. Använd inte fraser som "Ni är unga" eller "Nu går ni hem och prövar igen".
- Berätta att de kan ångra sig senare om de inte hållit eller sett på sin baby.

- ◇ För att orka med praktiska saker så som begravning trycker föräldrarna undan sina känslor för stunden.



- Uppmuntra att skapa minnen med baby, hålla och se på honom/henne.
- Ta foton, hand- och fotavtryck, klipp en hårlock, som minne.

- ◇ Tankar om orättvisa är normala.



- Hantera baby naturligt och värdefullt, inte som ett objekt. Prata och gosa med baby.
- Berätta om olika stödgrupper, t.ex. Käpy ry, kohtukuolema.fi

Bearbetningsfasen

- ◇ Föräldrarna accepterar att de förlorat sitt barn.
- ◇ Efter tillräckligt lidande börjar hoppet växa och livet kan planeras igen.
- ◇ Känslorna kan variera mycket från dag till dag.