

Profylax

– ETT VERKTYG FÖR BÅDE PERSONAL OCH FÖRÄLDRAR

”Vad gjorde du med henne?!”

Kollegorna gjorde häpna miner när Kerstin Aderby, barnmorska på Varbergs sjukhus, lyckades där de andra gått bet efter flera dygns försök; att få en orolig och stressad mamma så lugn att hon somnade, utan de dubbla morfindoser hon först ropat efter.

Kerstin Aderby har gått certifieringsutbildning i AnnasProfylax – ett pedagogiskt verktyg som erbjuds all personal inom mödravården i Falkenberg, Kungsbacka och Varberg samt Förlossningen på sjukhuset i Varberg. Hösten 2010 kommer även föräldrarna att få ta del av utbildningen via mödravårdens föräldrakurser.

AnnasProfylax bygger på gamla goda kunskaper kring psykoprofylax med moderna tillsatser som coachning, samtalspedagogik och mental träning. Satsningen är ett led i ett samverkansprojekt som startade år 2008 för att knyta ihop hela vårdkedjan och hitta en gemensam nämnare i arbetet med patienterna.

Catrina Johansson är chef för obstet-riska enheten på Varberg och säger:

– Vi kan konstatera att otryggheten bland unga föräldrar ökar. Syftet med satsningen på samverkan är att skapa trygghet och kontinuitet för föräldrarna,

men också för personalen, genom att samlas kring en arbetsmodell och ett gemensamt mål.

Vågar kliva in

När man började se sig om efter lämpliga utbildningar dök AnnasProfylax upp i ett tidigt skede. En anledning var att man hade sett positiva resultat från Sahlgrenska sjukhuset i Göteborg där man satsat på stöd kring mamman à la AnnasProfylax och sett en nedåtgående kejsarsnittsfrekvens. Men det som framförallt kändes intressant var samtalspedagogiken – sättet att möta och tala med föräldrarna. Att istället för ”Hur mår vi i dag?”- tilltalet, våga kliva in, vara personlig och få föräldrarna att känna sig sedda och hörda.

– Det är lite ”reclaim the birth” över det hela. Föräldrarna fokuserar ju ofta på smärtan och vi förväntas åtgärda den. I och med att både föräldrar och personal har samma grundtänk kring födandet, kan vi arbeta på ett annat sätt. Innan vi tar till det medicinska kan vi försöka vägleda genom smärtan, ingjuta mod att möta den och få mamman att tro på sig själv.

Färre snitt och bättre teamkänsla

Förutom en bra förlossningsupplevelse, tryggare föräldrar, färre Aurorapatienter

och färre elektiva snitt, hoppas Catrina Johansson på en positiv spin-offeffekt bland personalen.

– Jag tror att teamkänslan ökar när alla jobbar mot samma mål. Och det är häftigt att se en erfaren barnmorska som Kerstin Aderby få en nytändning i arbetet efter alla år.

När Kerstin Aderby utbildade sig på 1980-talet ingick profylax i programmet.

– Andningen har alltid varit en naturlig del i mitt arbete, så jag ställde mig frågande till vad den nya utbildningen skulle tillföra, berättar hon.

I efterhand kan hon bara konstatera att det hon lärde sig förändrade hennes sätt att arbeta och närma sig föräldrarna radikalt. Som ett av sina första övningsexempel nämner hon mamman som ingen av personalen lyckats hjälpa trots idoga försök.

– Jag tog fasta på det vi tränat på under kursen helt enkelt. Lyckades fånga blicken, talade lugnt och arbetade mycket med kroppsberöring. Tillslut gick hon med på att lägga sig i ett bad och därefter lade hon sig att sova. Det var fascinerande för både mig och kollegorna att se att det faktiskt fungerade.

Spegling – ett sätt att bekräfta

Ett inslag i utbildningen som kändes knepigt att applicera i början var ”spegling” – att bekräfta genom verbal återspegling. Kerstin Aderby ger ett exempel hur hon kan arbeta med en mamma som är väldigt rädd.



Färre snitt, tryggare föräldrar och bättre teamkänsla hoppas Catrina Johansson om satsningen på profylax.

– Till att börja med bekräftar jag att jag förstår att hon är rädd. Jag frågar hur hon känner och upprepar vad jag hör henne säga. Därefter pratar vi om vad hennes rädsla handlar om, vilka konsekvenser hon ser framför sig. Vi löper så att säga linan ut, tillsammans, och hela tiden kvitterar jag att jag har hört. Gemensamt resonerar vi oss fram till hur vi kan hantera situationen och rädslan.

– Tidigare hade jag kanske inte frågat alls, jag visste inte hur. Dessutom fanns alltid ryggbedövning som utväg. Nu jobbar jag mycket mer med att försöka peppa föräldrarna och ingjuta mod och få dem att våga fortsätta själva.

Partnern viktig

Nytt är även att involvera partnern som en del i stödet kring mamman. Han eller hon vävs in i coachandet från första stund, får lära sig att beröra, massera och



Kerstin Aderby

andas ihop med mamman. Hittills har ingen protesterat.

– De flesta vill hjälpa och tycker om att ha något handfast att ta till.

Kerstin Aderby jobbar natt. På morgnarna delar hon med sig av sina upplevelser och försöker

sprida sina nyvunna kunskaper vidare bland kollegorna.

– Det är svårt att bryta mönster. Det professionella kommer alltid i första rummet. Man är så rädd att göra fel, kanske dra på sig en anmälan. Ber mamman om EDA, är det svårt att stå emot. I dag jobbar jag mycket mer med den mentala biten, att försöka lirka med henne för att våga lite till. Hitta mål och delmål som motiverar.

VINSTEN: Tryggare och lugnare föräldrar som upplever att de föder barn istället för att bli förlösta.

Paula Asarnej, Kommunikatör; Profylaxgruppen i Sverige AB
 paula.asarnej@profylaxgruppen.com