

Gravide og fødende

Opgaveudvalg



Opgaveudvalget om gravide og fødende

I december 2020 godkendte Regionsrådet kommissoriet for et nyt opgaveudvalg om gravide og fødende. Antallet af fødsler stiger i Region Hovedstaden, og det forventes, at der i 2030 vil være omkring 4.800 flere fødsler om året sammenlignet med i dag. Der er allerede travlt på regionens fødesteder og med udsigten til endnu flere fødsler, står regionen overfor en stor opgave de kommende år.

Regionen spiller en stor rolle i forløbet før, under og lige efter fødslen, hvorfor opgaveudvalget i sit arbejde har set nærmere på, hvordan regionen kan skabe bedre forløb for borgerne i disse tre faser:

- Tema for møde 1: Tiden som gravid
- Tema for møde 2: Fødselsoplevelsen
- Tema for møde 3: Den første tid som ny familie

Opgaveudvalget blev afholdt i form tre møder, der blev afviklet virtuelt grundet situationen med COVID-19. Udvalget bestod af 10 borgere fra planområde Byen, der inden for det seneste år er blevet forældre til et barn født på Rigshospitalet, Herlev Hospital eller Hvidovre Hospital. I udvalget deltog også tre regionspolitikere og to kommunalpolitikere samt repræsentanter fra administrationen og hospitalerne. Annie Hagel (Ø) har været formand for udvalget, Lars Gaardhøj (A) har været næstformand og Freja Elleboe Marinus Södergran (O) har været medlem af udvalget. Kommunerne var repræsenteret ved Sundheds- og Omsorgsborgsmester Sisse Marie Welling (SF) og medlem af Københavns Borgerrepræsentation Sofie Seidenfaden (A).

Tiden som gravid

1. Styrket fødselsforberedelse for førstegangsfødende

Behov for forventningsafstemning og forberedelse af den gravide og partner frem mod fødslen:

- Undervisning på mindre hold med praktiske øvelser fx tips til hvad den gravide og partner selv kan gøre derhjemme i tiden med veer frem mod aktiv fødsel
- Let tilgængelig information (fakta, videoer, podcast og lign.), der kan besvare spørgsmål som fx hvordan en ve føles? Hvad er en epidural? Hvad består en igangsættelse i?

Styrket fødselsforberedelse kan forberede den gravide og partneren både praktisk og mentalt på fødslen. Målet er færre skuffede gravide og forebyggelse af dårlige fødselsoplevelser.

2. Information til gravide, der skal føde hjemme

Skal indtænkes i tilbud om fødselsforberedelse og konsultationer hos jordemoder.

3. Jordemødrene skal have fokus på den enkelte i konsultationerne

- Øget fokus på forberedelse og opfølgning: den gravide og partner skal opleve sammenhængende jordemoderkonsultationer. Der skal være tid til de svære samtaler, også selvom alle konsultationer ikke sker med den samme jordemoder. Inspiration kan findes i tilbuddet til sårbare gravide.
- Den samme jordemoder ved alle jordemoderkonsultationer skaber trykthed og sammenhæng.

4. Byg bro mellem tiden før og efter fødslen

Mængden af information lige efter fødslen kan føles overvældende. Brug ventetiden i graviditeten til at oplyse og dermed bygge bro til tiden efter fødslen fx:

- Information om amning og sundhedsplejerskeordning, gerne med besøg inden fødslen
- Etablering af mødregrupper inden fødslen
- Bedre overlevering af viden om den gravide fra jordemoder til sundhedsplejerske

Fødselsoplevelsen

1. Fokus på den enkelte i kontakten til fødegangen

En stor del af fødslen foregår hjemme. Mange timer eller døgn med veer kan føles utrygt, hvis der ikke lægges en plan for forløbet i tæt (telefonisk) dialog med jordemoderen på fødegangen.

- Alle ved, at der kan være travlt på fødegangen. Det er nemt at føle sig lidt "til besvær", når man ringer eller kommer ind. Især hvis man ikke passer ind i *kasserne* – fx x antal veer på 10 min. Der vil altid være behov for en individuel vurdering og dialog.
- Behov for forventningsafstemning og rådgivning om, hvordan ventetiden hjemme håndteres. "Hvis du ikke får flere regelmæssige veer, kan det være en mulighed at sætte fødslen i gang"

2. Individuelt tilpassede fødselsforløb

God og smidig kommunikation med den fødende skaber tryghed omkring fødselssituationen, og der lægges vægt på:

- Forventningsafstemning og kommunikation undervejs i fødslen: Hvad er behovet? Hvad er vigtigt for den fødende?
- Forberedelse: fødeplanen kan give jordemødrene vigtig information om individuelle behov

3. Inddrag partneren som aktiv medspiller før, under og efter fødslen

Både de gravide og deres partnere efterspørger en højere grad af inddragelse af partneren som aktiv medspiller før, under og efter fødslen. Inddragelse rustar partneren til bedre at kunne støtte den gravide, og giver samtidig partneren en aktiv og meningsfuld rolle i forløbet omkring graviditet og fødsel

Den første tid som ny familie

1. Selvtillidsopbyggende kommunikation

Sundhedsfagligt personale kan bidrage til at styrke forældrenes selvtillid og mavefornemmelse ift. forælderrollen. Alle familier ønsker det bedste for deres børn, men opgaven er ny og ukendt. I omsorg for børnene kan sundhedspersonalets kommunikation desværre indimellem opleves som irettesættende frem for støttende, fx "Hvorfor har I ikke ringet før?"

2. Tryghed kommer af nærvær og omsorg

Tiden lige efter fødslen er sårbar for både børn og forældre. Der er behov for individuelt tilpassede forløb og tilbud når det brænder på. Der må fx ikke være for lang ventetid på ammetelefonen. Og barselsophold, hvor personalet har for travlt, giver ikke det nærvær, som nybagte mødre og deres partnere efterspørger.

3. Større fokus på amning inden udskrivelse

Fokus på god opstart af amning inden udskrivelse. Behov for bedre ammevejledning, og mulighed for at blive lidt ekstra tid på hospitalet, hvis som ny familie føler sig utryk ved at tage hjem umiddelbart efter fødslen.

5. Bedre muligheder for at blive sammen som familie

Der bør være mulighed for, at partneren kan blive sammen med barnet og den nybagte mor under en evt. indlæggelse efter fødslen. Det skaber tryghed, at familien kan blive sammen, og partneren kan være en aktiv støtte og ressource som pårørende.

6. Velforberedte jordemoderbesøg i hjemmet

Øget fokus på forberedelse og opfølgning: Journalen skal læses inden besøg, og der skal følges op på spørgsmål og usikkerheder.

7. Utryghed tages alvorligt

Vigtigt at sundhedspersonale lytter til nybagte forældre, der siger de er utrygge og beder om hjælp. Det er udtryk for en misforstået omsorg, når bekymringer ikke tages alvorligt med ord som fx "det skal nok gå fint".

8. Efterfødselssamtalen er vigtig

Tilbuddet om en efterfødselssamtale er et godt og vigtigt tilbud til de, der sammen med en jordemoder, ønsker at bearbejde fødslen og få svar på uafklarede spørgsmål