

Liite 1.



VAUVAPERHETYÖNTEKIJÄN MASU-HAASTATTELU:

Osa I: raskaus

Muokattu yhdessä prof. Pirkko Niemelän kanssa: prof. Ian Brockingtonin *The Structured Interview for Pregnancy-related Disorders* (1995;1996) ja *Turku version (1999) of Birmingham Interview for Maternal Mental Health* -haastattelujen pohjalta.

Mirja Sarkkinen, vauvaperhepsykologi ja -psykoterapeutti
SYLKKY-vauvaperhetyöryhmä
HUS/HYKS, Pienten lasten psykiatrisen klinikka
Jorvin sairaala, Espoo
mirja.sarkkinen@hus.fi; mirja.sarkkinen@pionnet.net

VAUVAPERHETYÖNTEKIJÄN MASU-HAASTATTELU

Yleiset ohjeet

Sanalla 'äiti' viitataan läpi tämän haastattelun haastateltavaan.

Haastattelukysymykset ovat kunkin aukeaman **vasemmalla** ja **luokitushjeet** **oikealla** puolella, **pääkysymykset on lihavoitu** ja **ohjeet alleviivattu**.

Jokaisen tehdyn luokituksen evidenssi/aineisto on aina tallennettava narratiivina tai videointina, niin että mahdolliset muut arvioijat, jotka eivät ole mukana haastattelutilanteessa, voivat arvioida oireiden luonnetta ja vakavuutta. Jos mahdollista, tulisi käyttää haastateltavan omia sanoja. Sanatarikka tallenne mahdollistaa myös muiden kuin tässä haastattelurungossa olevien luokitusten tekemisen.

Katkaisupisteet on tarkoitettu lyhentämään haastattelua tietyssä olosuhteissa ja niiden yhteydessä on annettu ohjeet haastatteluosioiden ohittamiseen.

HENKILÖTIEDOT

ÄIDIN NIMI _____ ISÄN NIMI _____
SYNTYMÄAIKA/SOTU _____ SYNTYMÄAIKA/SOTU _____
SIVILISÄÄTY _____
AMMATTI _____ AMMATTI _____
OSOITE _____
PUH.NRO _____
NEUVOLA _____
ALUE _____

RASKAUSKOT TÄLLÄ HETKELLÄ _____ LASKETTU AIKA _____

_____ ENSISYNNYTTÄJÄ _____ JUDELLEENSYNNYTTÄJÄ,
lasten syntymävuodet: _____

VAUVANVAUVOJEN NIMI/NIMET tai KOHTUVAUVAN "TYÖNIMI" _____

VAUVAN SUKUPUOLI _____ TYTTÖ _____ POIKA _____

SYNTYMÄAIKA _____

RASKAUDEN KESTO _____ RASKAUSVIIKKOA _____

HAASTATTELUPÄIVÄMÄÄRÄ:

HAASTATTELIJA:

HAASTATELUN KESTO:

1. raskaus _____
2. synnytys _____
3. puerperaali _____

HAASTATTELUUN ORIENTOINTI

Kerro äidille, että

- haastattelu sisältää kolme osaa: raskaus, synnytyks ja synnytyksen jälkeinen vauva-alku
- samoilta tuntuvia asioita kysytään useampaan otteeseen/eri kohdissa haastattelua, mikä saattaa tuntua toistolta
- haastattelu voidaan välillä katkaista taolla/tauoilla, jos siltä tuntuu ja vauvakin sitä vaatii

Jokainen nainen kokee äitiyden, vauvan syntymän ja vauva-ajan omalla tavallaan, äidit ovat erilaisia. Haastattelu on pyritty luomaan niin, että sillä voidaan haastatella monenlaisia, erilaisia äitejä. Siksi jotkut haastattelun kohdat eivät ehkä tunnu sopivan juuri sinun kokemuksemaailmaasi...

Toivomme, että voit tässä haastattelussa rauhassa miettiä ja pohtia, miten luuri sinä olet tuntenut ja kokenut äitiyteen ja tähän vauvaan liittyviä asioita, tapahtumia ja tunteita.

1. HOITON- TAI HAASTATTELUUNOHJAUKSEN OLOSUHTEET

Kirjaa tapahtumat/syyt, jotka johtivat äidin psykiatriseen hoitoon tai tähän haastatteluun:

Luokitus

Haastatteluun orientointi

Hoitoon- tai haastatteluunohjauksen olosuhteet

Tallenna tapahtumat, jotka johtivat äidin hakemaan psykiatrista apua, tai muiden ihmisten tähän liittyvä toiminta äidin vuoksi.

Katkaisupiste

Mikäli äiti on liian sairas yksityiskohtaiseen haastatteluun, se voidaan siirtää toipumisen jälkeiseen aikaan. Sovelointa lienee siirtä suoraan haastattelun osioon III: "psykootiset oireet" tai käyttäytymisen havainnointiin ja/tai täydentää tutkimusta sukulaisilta.

2. RASKAUS

2.1. RASKAUTEEN SOPEUTUMINEN

Ensinnäkin, kertoisitko raskaudestasi. Mitä sinulle tulee päällimmäisenä mieleen raskaudestasi?

Millainen olit raskauden aikana? Miten koit asioita?

Miltä raskaus tuntui?

Monesko raskaus tämä oli, keskeytyneet mukaanoluukien?

(tutki onko keskeytyneissä raskauksissa spontaaneja keskenmenoja vai keskeytettyjä, abortoituja raskauksia, ja miten ne ovat vaikuttaneet tähän raskauteen)

Millainen elämäntilanteesi oli, kun tulit raskaaksi? (työtilanne, talous, parisuhde, erityiset elämäntapahtumat yms.)

Oliko raskaus suunniteltu?

Jos 'kyllä', Kuinka kovasti halusit tulla raskaaksi tuolloin? Miksi?

Kuinka kauan "yrittyritytte" tätä raskautta?

Saitko/saitteko jotakin lapsettomuushoitoa? Mitä?

Mikä merkitys lapsettomuushoidoilla oli tässä raskaudessa?

Jos 'ei', Miten vauva sai alkunsa? Käyttitkö ehkäisyä?

Jos "kyllä", Mitä ehkäisyä käytitte, ja miten se petti?

Mitä sen jälkeen tapahtui?

Jos "ei", Miksi ette käyttäneet ehkäisyä?

Oliko sinulla voimakkaita tunteita ja ajatuksia siitä, ettet halua tulla raskaaksi? Miksi?

Kuinka yhteinen päätös raskaudesta ja raskauden jatkamisesta oli teille miehesi/kumppanisi kanssa?

Luokitus

Raskauden suunnittelu

Tämä viittaa äidin omiin, ei parin yhteisiin aikomuksiin, vaikkakin on hyödyllistä tallentaa kumppanin näkemys, jos se eroaa äidin näkemyksestä.

0 = Raskaus oli erittäin epäsoviva, tai siihen liittyi häpeää tai tuomitsemista

1 = Äiti oli välinpitämätön raskauden mahdollisuuden suhteen (ns. vahinkoraskaudet tulisi kirjata tähän)

2 = "Vauva saa tulla, jos on tullakseen" -luokka

3 = Raskaus oli suunniteltu

4 = Raskaus oli erittäin toivottu, esim. hedelmättömyyskauden jälkeen

Milloin tulit tietoiseksi raskaudestasi tai aloit ajatella, että olet raskaana
([raskausviikkoina](#))? Mistä merkeistä päätelit, että saataisit olla raskaana?

Kuinka sitten reagoit, kun kuuliit/sait tietää olevasi raskaana?
(Tutki ambivalenssi, erityisesti, jos äiti tuottaa vain myönteistä.
Pyydä äitiä kuvailemaan tunteitaan laajemmin):

Kuvailisitko tunteitasi tarkemmin?

Oliko sinulla toisenlaisiakin tunteita, oloja tai ajatuksia?
([tutki mahdollista ristiriitaisuutta](#))

Kenelle kerroit ensimmäisenä raskaudestasi?

Milloin kerroit raskaudestasi

_____ miehellesi/lapsesi isälle (käytä tästä alkaen miehen nimeä)
äidillesi ja muulle perheellesi
ystävillesi
työpaikallasi

Jos on todisteita raskauden kieltämisestä, **tallenna yksityiskohdat**, mukaanlukien kieltämisen **kesto**. Tiedusteile miten **raskauden merkit** (esim. pahoinvointi) selitettiin. Jotkut raskaudet tiedostetaan vain osittain, "kuin unessa", ja kieltämisen **syvyyttä ja johdonmukaisuutta** on tutkittava.

Kuinka puoliso (kumppanisi) reagoi tietoon raskaudestasi (silloin kun kerroit asiasta)? Voisitko kuvailla hänen reaktiotaan? Mitä hän sanoi?
Miltä hän vaikutti?

Jos neg.: Miltä puoliso (kumppanisi) reaktio raskauteesi tuntui sinusta?

Kuinka oma äitisi reagoi tietoon raskaudestasi? Voisitko kuvailla hänen reaktiotaan? Mitä hän sanoi? Miltä hän vaikutti?

Jos neg.: Miltä äitisi reaktio raskauteesi tuntui sinusta?

Jos äiti on kuollut, Jos äitisi eläisi, miten kuvittelisit äitisi reagoineen raskauteesi?

Miten isäsi ja sisaruksesi reagoivat tietoon raskaudestasi?

Mitä he sanoivat? ([Jos jotain erityistä ilmenee, tarkenna edellisten tapaan](#))

Luokitus

Äidin tunnereaktio raskauteen

- 0 = Vahvasti kielteinen (esim. paniikki, epätoivo, suuttumus)
- 1 = Kielteinen (pettymys, mielihäpä)
- 2 = Maltillinen tai välinpitämätön
- 3 = Myönteinen (tyytyväinen)
- 4 = Vahvasti myönteinen (iloinen, hurmioitunut)
- 5 = Ristiriitainen

Äidin normaali ambivalenssi (tunnistaa ja sietää pos. ja neg. tunteita)

- 0 = ei tiedosta ambivalenssia, vahva split
- 1 = tiedostaa vähän ambivalenssia
- 2 = tiedostaa ja sietää ambivalenssia

Raskauden kieltäminen

Raskauden kieltäminen on harvinaista. Älä luokitä "kieltäminen", ellei raskaus ollut ilmiselvää. Ei ole epätavallista, että naiset eivät ole tietoisia raskaudestaan jopa sen toiseen kolmannekseseen asti. Erotä toisistaan *muille kieltäminen* (esim. perhe), sillä heidät saatetaan tahallisesti harhauttaa, ja *itselle kieltäminen* - henkilökohtainen tietämättömyys raskaudentilasta.

- 0 = Ei kieltämistä
- 1 = Salattu raskaus (muille kieltäminen)
- 3 = Raskauden kieltäminen (itselle kieltäminen)

Aviomiehen/kumppanin tunnereaktio raskauteen

- 0 = Vahvasti paheksuva (tuomio tai rankaisu)
- 1 = Kielteinen (tytymättömyys, moite, arvostelu)
- 2 = Maltillinen tai välinpitämätön
- 3 = Myönteinen (tyytyväinen)
- 4 = Vahvasti myönteinen (iloinen, hurmioitunut)
- 5 = Ristiriitainen

Oman äidin ja muun perheen tunnereaktio raskauteen

Luokittelu ks. edellinen kohta.

KYSY KAIKILTA:

Miten mielestäsi sopeuduit raskauteesi?

Mietityttiikö tai harmittiko sinua joskus, että olit raskaana?

Toivoitko joskus, ettet olisikaan raskaana?

Kuinka usein toivoit näin?

Kuinka pitkään nämä toiveet kestivät?

Missä tilanteissa toivoit näin?

Mihin liität nämä toiveet (itseän, mieheen, jne.)?

_____ *Katkaisupiste*

Jos ei ole näyttänyt äidin, hänen kumppaninsa tai perheensä kielteisistä reaktioista raskauteen, ei ole tarpeen tutkia ajatuksia raskauden keskeyttämisestä. Siirry sivulle 12.

Jos on näyttänyt kielteisistä tunnereaktioista raskauteen:

Minkälaista aikaa alkuraskaus, siis aika sen jälkeen kun olit saanut tietää olevasi raskaana, oli sinulle? Mitä ajattelit? Miten tunteesi kehittyivät alkuraskaudessa? Mitä koit/miitit sinusta tuntui alkuraskaudessa?

Muuttuivatko ajatuksesi ja tunteesi alkuraskauden kuluessa? Miten?

Kuinka puolisisi (kumppanisi) sopeutui raskauteesi?

Kuinka perheesi (äitisi, isäsi ja muu perheesi) sopeutui raskauteesi?

Toivoitko keskenmenoa? Jos kyllä, Voitko kertoa enemmän?

(tutki, yrittikö aiheuttaa keskenmenon)

Harkitsitko raskauden keskeyttämistä, tai ehdottiko joku muu sitä sinulle?

Jos "kyllä", Mikä esti sen?

Mikä vauvan isän ja/tai perheesi asenne oli raskaudenkeskeytykseen - vaativatko he jotenkin raskauden jatkamista tai sen keskeytystä?

Harkitsitko adoptiota?

Yrittikö salata raskautta?

Tähän päätyvät kysymykset, jotka esitetään ainoastaan niille, jotka reagoivat kielteisesti raskauteensa.

Luokitus

Raskaudenkeskeytyksen harkitseminen tai yrittäminen

Jos äiti järjestää raskaudenkeskeytyksen, mutta peruuttaa sen, luokittele (3). Toisinaan äidit tekevät jotakin aiheuttaakseen keskenmenon; tätä on tutkittava, jos vastaus kysymykseen "Toivoitko keskenmenoa?" on myöntävä. Huomaa, että tämä luokittelu ei ole oikea skaala, koska se sisältää sekä äidin että muiden reaktiot.

0 = Raskaudenkeskeytystä ei koskaan harkittu

1 = Äiti olisi halunnut keskeyttää raskauden, mutta hänellä oli eettisiä esteitä

2 = Raskaudenkeskeytys oli etusijalla, mutta lääkärit kieltäytyivät siitä, tai puoliso (kumppani, poikaystävä) tai perhe vastusti sitä

3 = Raskaudenkeskeytystä harkittiin aktiivisesti

4 = Äiti yritti aiheuttaa keskenmenon (huomaa, että sen jälkeen kun vauvan liikkeet ovat havaittavissa, tämä luokitellaan sikiön pahoinpitelyksi s. 19)

Äidin ajatukset raskaudenkeskeyttämisestä

1 = Äiti ei koskaan ajatellut keskeyttävänsä raskautta

2 = Ajatus raskaudenkeskeyttämisestä kävi äidin mielessä

3 = Äiti harkitsi aktiivisesti raskaudenkeskeyttämistä, mutta ei kuitenkaan päättänyt siihen

4 = Äiti yritti raskaudenkeskeytystä

Raskaudenkeskeyttämisen esteet

1 = Äiti ei voinut/tohtinut tehdä raskaudenkeskeytystä

2 = Aika kului umpeen

3 = Puoliso ja/tai muut sosiaaliset suhteet yms. seikat estivät keskeytyksen

4 = Hoitava lääkäri ei suostunut keskeytykseen

Kysy kaikilta äideiltä:

Millainen kokemus tämä raskaus oli sinulle?

Mikä oli helppoa, mikä oli vaikeaa/hankalaa?

Nautitko raskaudestasi?

Mistä asioista nautit raskaudessasi?

Millaisia raskauteen liittyvät tunteesi olivat ja miten ne muuttuivat raskauden aikana? Kuvailisitko tätä muutosta. (turki tässä keski- ja loppuraskautta):

Herkistyitkö jollakin tavalla tai koitko muuten muuttuvasi raskauden aikana?

Kärsitkö ylenmääräisestä pahoinvoinnista tai raskauskomplikaatioista?

Mitä hoitoja sait vaivoihisi/raskauskomplikaatioihisi?

Miten nämä ongelmat vaikuttivat raskauteesi, siihen miten koit raskauden ja sikiövauvan?

Miten koit kehosi muuttumisen raskauden aikana?

Olitko tyytyväinen ulkonäköösi?

Huomasitko muutosta ruokahalussasi?

Kuinka sait nukuksi raskauden aikana?

Mitä muutoksia (asioita, joista sinun täytyi luopua) jouduit tekemään tämän raskauden aikana?

Jos äiti oli työssä: Miten pitkään jatkoit työssä? Miten työnantajasi suhtautui raskauteesi?

Miten raskaus vaikutti tulevaisuudennäkymiisi tai uraasi?

Tapahituiiko elämässäsi raskautesi aikana jotain vaikeaa, raskasta tai hämmäntävää? (esim. vaikeudet parisuhteessasi, perhetapahtumat, taloudelliset ongelmat)

Ajattelitko raskauden aikana sitä, miten oma elämäsi muuttuisi vauvan syntymän myötä, mitä lapsi toisi mukanaan ja mistä joutuisit luopumaan?

Mistä koit joutuvasi luopumaan, kun olit tulossa äidiksi? (tytön roolista äidin rooliin, pari- ja ystävyysuhteet, oma aika/vapaus, työelämä/lura, elämäntyyji jne.?)
Miltä nämä muutokset ja luopumiset tuntuivat?

Jos ollut aikaisemminkin raskaana:

Jos vertaat tätä raskautta aikaisempiin raskauksiisi, miten nyt mielestäsi sopeuduit raskauteen?

Miten tämä raskaus poikkesi aikaisemmista raskauksistasi?

Miten tämä oli erilainen?

Luokitus

Raskauteen sopeutuminen keskiraskaudessa

- 0 = Äidin asenne oli kielteinen
- 1 = Äidin asenne oli ristiriitainen/ambivalentti
- 2 = Äidin asenne oli välinpitämätön
- 3 = Raskaus oli täysin hyväksyty
- 4 = Asenne oli vahvasti myönteinen

Raskauteen sopeutuminen loppuraskaudessa

- 0 = Äidin asenne oli kielteinen
- 1 = Äidin asenne oli ristiriitainen/ambivalentti
- 2 = Äidin asenne oli välinpitämätön
- 3 = Raskaus oli täysin hyväksyty
- 4 = Asenne oli vahvasti myönteinen

Raskauteen sopeutuminen verrattuna aikaisempiin raskauksiin

- helpompaa
- samanlaista
- vaikeampaa

Raskauden kokeminen

- helppo
- neutraali
- vaikea

2.2. SUHDE SIKIÖVAUVAAN

[Vuorovaikutus sikiövauvan kanssa](#)

Milloin tunsit ensimmäistä kertaa vauvasi liikkeet (raskausviikkoina)?

Muistatko missä tilanteessa? Mitä liikkeet tuntuivat ja miten reagoit vauvasi liikkeisiin ja läsnäoloon sisälläsi?

Kuvittelitko (raskauden aikana), millainen vauvasi on?

(esim. luonne, ulkonäkö, sukupuoli)

Jos "kyllä".

Millaiseksi kuvittelit vauvasi? Miksi kuvittelit vauvan sellaiseksi?
Missä kohtaa raskautta näitä mielikuvia syntyi?
Muuttuivatko mielikuviasi vauvastasi raskauden aikana?

Jos "ei".

Miksiköhän et kuvitellut sitä, minkälainen vauvasi mahtaisi olla?

Milloin olit ensimmäisen kerran ultrakuvauksessa? Mitä se tuntui sinusta?

Miten se vaikutti sinuun? Entäpä sinun ja vauvan suhteeseen?

Kumpaa sukupuolta ajattelit vauvan olevan? Miksi?

Kumpaa toivoit, tyttöä vai poikaa? Miksi?

Halusitko tietää etukäteen vauvasi sukupuolen (jos mahdollista esim. ultrakuvasta)? Miksi?

Jos sai tietää vauvan sukupuolen. Mitä tämä tieto merkitsi sinulle?

Miten reagoit tietoon vauvasi sukupuolesta? Mikä merkitys sillä tiedolla oli miehellesi?

Millaisia unia sinulla oli vauvastasi raskauden aikana?

Missä kohtaa raskautta näitä unia esiintyi?

Muuttuivatko unet vauvastasi raskauden aikana?

Olitko jossakin kohdassa raskautta, jollakin tavalla huolissasi vauvastasi?

(esim. hänen sukupuolestaan, voinnistaan tai terveydestään)

Jos huolia: Miten nämä huolet vaikuttivat ajatuksiisi vauvasta ja suhteestasi häneen?

Luokitus

Reaktio liikkeisiin

Vauvan mielikuvittelu

Ajatukset sukupuolesta

Unet vauvasta

Huolet vauvasta

Kertoisitko vuorovaikutuksestasi vauvasi kanssa raskauden aikana.

Puhelitko vauvallesi, tai olitko muuten vuorovaikutuksessa hänen kanssaan?

Puhelitko hiljaa mielessäsi vauvallesi, tai piditkö vaikka päiväkirjaa?
Millaisia asioita juttelit hänelle, ja kuinka paljon?

Miten paljon vauvasi oli mielessäsi? Millä tavalla?

Koskettelitko vatsaasi ja vauvaasi? Tunnustelitko hänen liikkeitään ja asentojaan kohdussasi?

Muuttuiko vuorovaikutus vauvan kanssa raskauden edetessä? Miten?

Muistatko milloin ja miten kasvava vatsasi ja sikiö sisälläsi muuttuivat ajatuksissasi vauvaksi, persoonaksi?

Kuvaillisitko tunteitasi vauvaasi kohtaan raskauden aikana.

Kiinnyitkö vauvaasi raskauden aikana?

Mitkä tekijät edesauttoivat tai estivät kiintymystä?

Kuvittelitko minkälaista elämäsi ja arkesi olisi, sitten kun vauva on syntynyt?

Kuinka realistinen kuvasi/käsityksesi vauvatodellisuudesta tai kahden/useamman pienen lapsen todellisuudesta oli?

Mitä käytännönjärjestelyjä teit vauvaasi varten, ja mistä lähtien?
(vauvaruusteiden ja -vaatteiden hankinta jne.)

Jos ei käytännönjärjestelyjä, Mistähän se mahtoi johtua, ettet tehnyt etukäteisvalmisteluja vauvaa varten?

Kuvittelitko etukäteen, minkälaista vauvan kanssa tulisi olemaan, ja mitä tulisit tekemään vauvasi kanssa?

Luokitus

Raskauden toisella kolmanneksella, erityisesti sen jälkeen kun vauvan liikkeet ovat havaittavissa, on nähtävissä kaksi psyykkistä pääprosessia. Ensimmäkin äiti saattaa alkaa puhua, lukea tai laulaa vauvalle. Sikiön kanssa käydyn 'keskustelun' sisältö voi heijastaa äidin asenteita itseä ja raskautta kohtaan. Äiti saattaa olla vuorovaikutuksessa liikkuvan vauvan kanssa mm. yrittämällä aikaansaada liikkeitä, ja hän voi myös ottaa kumppaninsa mukaan tutkimaan sikiön liikkeitä.

Toiseksi äiti voi viettää paljon aikaa mietiskelemällä elämänsä vauvan syntymän jälkeen, ja tavallisesti hän suunnittelee synnytystä ja vastasyntyneen hoitoa (ns. pesänrakentaminen').

Vuorovaikutus sikiön kanssa
(Tätä kutsutaan joskus 'synnytystäedeltäväksi liitoksi')

- 0 = Kielteinen reaktio sikiöön (esim. ärtymys sikiöliikkeistä)
- 1 = Ei reaktiota sikiöön (välipitämätön)
- 2 = Vähäinen vuorovaikutus
- 3 = Sisäistä puhetta vauvalle (ajatukset, päiväkirja)
- 4 = Puhuu, lukee, laulaa vauvalle
- 5 = Vahva vuorovaikutus (äiti käyttää jokaisen tilaisuuden vuorovaikutukseen)

Valmistelut vastasyntynyttä varten

- 0 = Ei tehty valmisteluja
- 1 = Tehty tavalliset käytännön järjestelyt
- 2 = Äiti voimakkaasti vastasyntyneen hoitoa koskevien fantasioiden valtaama

Katkaisupiste

Jos ei ole näyttöä kielteisestä tai välipitämättömästä reaktiosta sikiöön, älä kysy seuraavia kysymyksiä. Siirry sivulle 20.

[Kysy niiltä äideiltä, joilla oli kielteinen tai välinpitämätön reaktio sikiöön:](#)

Suojelitko aina mahassasi olevaa vauvaa?

Mitä et esim. enää voinut tehdä raskautesi vuoksi?

Tuuliko sinulle joskus mieleen vahingoittaa vauvaa?

Mitä ajattelit tehdä ja/tai teit?

Mihin nämä asiat mielestäsi liittyivät?

Luokitus

Sikiön pahoinpitely

0 = Ei sikiön huonosti kohtelua

1 = Äiti ei normaaliilla tavalla varjele vatsaansa ja sen sisällä olevaa sikiötä

2 = Äiti on yrittänyt vahingoittaa sikiötä; huomaa että yritykset aiheuttaa keskenmeno raskauden varhaisessa vaiheessa olisi pitänyt luokitella edellä (raskaudenkeskeyttämisen harkitseminen ja yrittäminen, luokka 4.)

2.3. RASKAUDENAIKAISET PSYKIATRISET HÄIRIÖT

Puhutaan seuraavaksi vielä tarkemmin sinusta - tuntemuksistasi ja psyykkisestä voimistasi raskauden aikana.

Kysy kaikilta äideiltä

Noin ylipäätään, miten tunsit ja voit raskauden aikana?

Huomasitko raskauden aikana erityistä parannusta mielialassasi?
Olitko mielestäsi epätavallisen onnellinen?

Vähentikö taipumuksesi ärsyyntyä jokapäiväisistä asioista?
Olitko mielestäsi epätavallisen tyyni tai rauhallinen?

Mihin kyseiset tuntemuksesi mielestäsi liittyivät?

Olitko poikkeuksellisen ärtynyt tai riidanhaluinen raskauden aikana?

Jos niin, Mitkä asiat lähinnä laukaisivat ärtymyksen?
(esim. aviomiehen ja/tai lasten käyttäytyminen, raskauteen sopeutuminen)

Kun olit ärtynyt, mihin se johti?
(esim. riiteily, huutaminen, lyöminen, esineiden rikkominen, uhkailu)

Luokitus

Raskaudenaikainen epätavallisen myönteinen mieliala

- 0 = Ei lainkaan
- 1 = Epätavallisen tyyni ja rauhallinen
- 2 = Epätavallisen onnellinen
- 3 = Molempia

Epätavallisen myönteisen mielialan taustatekijät

Raskaudenaikainen epätavallinen ärtynisyys

- 0 = Ei lainkaan
- 1 = Ärtynisyys, joka johti riitoihin, purkauksiin, sanallisiin hyökkäyksiin tai uhkauksiin. Luokittele tässä mielijohteet aggressiivisiin toimiin.
- 2 = Vähä, joka johti tavaroiden vahingoittumiseen.
- 3 = Hyökkäykset ihmisiä kohtaan.

Ärtynyvyyden taustatekijät

- 0 = Ei
- 1 = Kyllä

tai

- 0 = Ei
- 1 = Jonkin verran: äiti kertoo, että häntä on vaivannut tämä ongelma
- 2 = Erittäin paljon: tämä on häiriön päätekijä ja se tuottaa paljon kärsimystä

tai

- 0 = Ei
- 1 = Kyllä
- 2 = Vain (esim. pääoireet johtavat hoitoonohjaukseen)

tai

- 0 = ei mainita
- 1 = mahdollinen syy
- 2 = todennäköinen syy
- 3 = varma syy

tai asteikko 0-4 (ei yhtään - erittäin paljon)

Raskaudenaikainen masennus

Masennuksen tutkiminen vaatii aikaa. Tätä tarkoitusta varten on olemassa omia haastattelumenetelmiä. Haastattelussa, jolla on myös muita päämääriä, on tärkeää käyttää haastatteluaika taloudellisesti.

On suositeltavaa, että pääkysymysten jälkeen jokainen oirealue käydään läpi näyttämällä haastatteluvälille oirekorttia, ja pyytämällä häntä arvioimaan onko hänellä ollut kyseistä ongelmaa. Jos tähän saadaan myönteinen vastaus, esitetään lisäkysymyksiä, jotta voidaan päättää, täytyvätkö joko ICD-10:n tai DSM-IV:n kriteerit.

Kysy kaikilta äidiltä nämä pääkysymykset

Tunsiitko, että mielialasi laski jossakin vaiheessa raskauden aikana?

Jos kyllä, Voisitko kuvailla, mitä se oli (olot, tunteet, ajatukset)?

Olitko esim. allapäin, surullinen, oliko mielesi maassa, tunsitko itsesi sisäisesti tyhjäksi?

Olitko mielestäsi masentunut raskauden aikana?

Menetitkö kiinnostuksesi asioihin, joista tavallisesti nautit?

Pystyitkö kokemaan mielihyvää?

Pystyitkö nauttimaan ajatuksesta, että olit raskaana ja tulossa äidiksi?

Pystyitkö keskittymään niin kuin tavallisesti?

Kuinka paljon energiaa sinulla oli? Jaksoitko tehdä asioita yhtä paljon kuin tavallisesti?

Väsyitkö helpommin kuin yleensä? Minkälaista väsymyksiä oli?

Liittyikö väsymyksesi nimenomaan mielialaasi?

OIREKORTTI 1.

Näytä äidille masennuksen lisäoirekortti. Hanki lisää yksityiskohtia.

Oliko mielialasi suurimman osan aikaa masentunut/jatkuiko masennuksesi koko päivän tai päivästä toiseen suurinpiirtein samantaisena?

Onko sinulla ollut masennusjaksoja joskus aikaisemmin, ennen raskautta?

(tutki minikäteisessä elämäntilanteessa, kuinka vaikeana ja kauan sekä mahdolliset hoidot)

Jos äiti on ollut masentunut aikaisemminkin:

Oliko raskaudenaikainen masennuksesi jotenkin erilaista kuin aikaisemmat masennuksesi? Millä tavalla?

Luokitus

Raskaudenaikainen masennus

0 = Ei masennusta

1 = Joitakin viitteitä masennuksesta, mutta diagnostiset kriteerit eivät täyty

2 = Lievän masennuksen kriteerit täytyvät

3 = Keski vaikean masennuksen kriteerit täytyvät

4 = Vakavan masennuksen kriteerit täytyvät

5 = Harhainen tai skitsoaaffiivinen masennus

Katso ICD-10:n ja DSM-IV:n MASENNUSKRITEREJÄ haastattelun lopusta kohdasta LIITE. Osoita mitkä diagnostiset kriteerit täytyvät ja kirjaa diagnoosin todistusaineisto. Esim. "Hänellä oli masentunutta mielialaa, haluttomuutta, voimattomuutta, iteluoftamuksen puutetta, keskittymisvaikeuksia, itsemurha-ajatuksia, unettomuutta ja ruokahaluttomuutta 4 viikon ajan." Tällainen kuvaus vastaisi ICD-10:n ja DSM-IV:n vakavaa masennusta.

Milloin raskaudenaikainen masennuksesi alkoi?

Kuinka kauan masennuksesi kesti? (väh. 2 viikkoa!)

Miten masennuksesi vaikutti ihmissuhteisiisi ja jokapäiväiseen elämääsi? Mitä et esim. enää kyennyt tekemään? Anna esimerkkejä!
(muista toimintakyvyn kriteerit: lievä, keskivaikea ja vaikea masennus)

Ymmärsikö/tajusiko miehesi, että olit masenut?

Haitko joltakin tai jostakin apua tai hoitoa masennukseesi?

Mitä apua, ja oliko siitä apua?

Mistä masennuksesi mielestäsi johtui tai mihin se liittyi?

Liittyikö masennus parisuhteeseen, muihin ihmissuhteisiin tai raskaudenaikaisiin muutoksiin itsessä/raskauteen sopeutumiseen?

Mikä edellämainituissa taustatekijöissä masensisi?

Kun mielesi oli maassa, mitä ajattelit vauvastasi ja mitä tunsit vauvaasi kohtaan?

Luokitus

Masennuksen ajoitus

- 1 = alkuraskaudessa
- 2 = keskiraskaudessa
- 3 = loppuraskaudessa

Masennuksen kesto

- 0 = Ei masennusta
- 1 = Vähemmän kuin yksi viikko
- 2 = 1-4 viikkoa
- 3 = 1-3 kuukautta
- 4 = Yli 3 kuukautta
- 8 = Masennusta jo ennen raskautta

Masennuksen vaikutus toimintakyvyyn

Masennuksen hoito

- 0 = Ei haettu apua
- 1 = Apua haettu luotetuilta ystäviltä tai perheeltä
- 2 = Apua haettu terveyskeskuksesta
- 3 = Hoitoa määrätty (joko masennuslääkkeitä tai enemmän kuin yksi käynti psykoneuvonnassa/ohjauksessa)
- 4 = Ohjattu psykiatriseen hoitoon
- 5 = Otettu sairaalaan

Masennuksen taustatekijät

- 0 = Ei
- 1 = Kyllä

Depression yhteys raskauteen sopeutumiseen

- 0 = depressio selitetään muilla tekijöillä
- 1 = syy tiedossa
- 2 = äiti ajattelee, että negatiiviset reaktiot raskauteen ovat depression osatekijä

Depressiiviset ajatukset sikiövauvasta (mm., että sikiövauva olisi kuollut, sairas, vammaainen tai poikkeava)

- 0= Ei
- 1= Kyllä, mutta eivät ole delusionaalisia
- 2= Kyllä, ovat delusionaalisia

Raskaudenaikainen ahdistus

Kuten masennuksen yhteydessä, myös tässä on tutkittava monia oireita, ja alustavaa seurantaa varten lienee parasta käyttää korttia, johon on kirjoitettu koko oirelista. Jos äiti osoittaa, että hänellä on ollut jokin tietty oire, sitä tulee tutkia tarkemmin ja päättää täytyvätkö ICD-10:n tai DSM-IV:n kriteerit.

Kysy kaiilta äideiltä

Mittä olivat päähuolesi, -murheesi tai -pelkosi tämän raskauden aikana?

Tuntuiko sinusta, että olit jossakin vaiheessa erityisen jännittyneyt, hermostunut, huolestunut tai pelokas raskauden aikana?

Jos kyllä, Voisitko kuvaila, mitä se oli (olot, tunteet, ajatukset)?

Olitko mielestäsi ahdistunut raskauden aikana - ahdistuneempi kuin yleensä?

Oliko sinulla ns. paniikkioireita?

OIREKORTTI 2.

Näytä äidille ahdistuksen lisäoirekortti. Hanki lisää yksityiskohtia.

Onko sinulla ollut aikaisemmin, ennen raskautta, ahdistusjaksoja tai paniikkioireita?

Jos äiti on ollut jo aikaisemminkin ahdistunut tai hänellä on ollut paniikkioireita:

Miten raskaudenaikainen ahdistuksesi oli erilaista kuin aikaisemmat ahdistuneisuusoireesi? Millä tavalla?

Luokitus

Raskaudenaikainen ahdistus

- 0 = Ei ahdistuneisuutta
- 1 = Ahdistuneisuutta, mutta se ei täytä diagnostisia kriteerejä
- 2 = Yleistynyt ahdistuneisuushäiriö (enemmän tai vähemmän jatkuva)
- 3 = Paniikkihäiriö (äkillisiä ylivoimaisia kohtauksia)
- 4 = Sekä yleistynyt ahdistuneisuushäiriö että paniikkihäiriö

Paniikkihäiriön ja yleistyneen ahdistuneisuushäiriön ICD-10 ja DSM-IV kriteerit löytyvät haastattelun lopusta osasta LIITE. Huomaa, että yleisen ahdistuksen kesto on tässä yksi kuukausi, eikä 6 kuukautta kuten ICD-10 ja DSM-IV edellyttävät, ja huomio voidaan tässä rajoittaa yhteen raskauden tai synnytyksen puoleen.

Milloin raskaudenaikainen ahdistukseksi alkoi?

Kuinka kauan ahdistukseksi kesti? (väh. 1 kuukauden!)

Miten ahdistukseksi vaikutti ihmissuhteisiasi ja jokapäiväiseen elämääsi?

Mitä et esim. enää kyennyt tekemään? Anna esimerkkejä!

Ymmärsikö/tajusiko miehesi, että olit ahdistunut?

Haitko apua tai hoitoa ahdistukseesi?

Mitä apua, ja oliko siitä apua?

Mistä ahdistus mielestäsi johtui tai mihin se liittyi?

Mistä olit eniten jännittänyt, hermostunut, huolissasi tai peloissasi raskauden aikana?

Kun olit ahdistunut, mitä ajattelit vauvasta ja mitä tunsit vauvaasi kohtaan?

KYSY KAIKILTA:

Olitko huolissasi vauvastasi raskauden aikana - että olisiko se normaali tai terve, tai ettei se pysyisi hengissä?

Pelkäsitko synnytystä? (tutki onko normaalia jännitystä/pelkoa vai varsinaista synnytyspelkoa)

Olitko huolissasi siitä, miten pärjäisit lapsen syntymän jälkeen?

Liittyikö ahdistuneisuutesi raskauteen ja lapsen syntymään liittyviin muutoksiin ja luopumisiin?

Mistä koit joutuvasi luopumaan, kun olit tulossa äidiksi? (tytön roolista äidin rooliin, pari- ja ystävyys-suhteet, oma aika/vapaus, työelämä/ura, elämäntyyli jne.)?

Miltä nämä luopumiset ja muutokset tuntuivat?

Pelottiko tai ahdistiko sinua tämä tuleva elämänmuutos?

Luokitus

Ahdistuksen ajoitus

- 1 = alkuraskaudessa
- 2 = keskiraskaudessa
- 3 = loppuraskaudessa

Ahdistuksen kesto

- 0 = Ei ahdistuneisuutta
- 1 = Vähemmän kuin viikko
- 2 = 1-4 viikkoa
- 3 = 1-3 kuukautta
- 4 = Yli 3 kuukautta
- 8 = Ahdistusta jo ennen raskautta

Ahdistuksen vaikutus toimintakykyyn

Ahdistuksen hoito

- 0 = Apua ei haettu
- 1 = Apua haettu luotetuilta ystäviltä tai perheeltä
- 2 = Apua haettu perusterveydenhuollosta
- 3 = Määrätty hoitoa (joko ahdistuslääkitys tai enemmän kuin yksi käynti psykoneuvonta/ohjaus)
- 4 = Ohjattu psykiatriseen hoitoon
- 5 = Oletettu sairaalaan

Ahdistuksen taustatekijät

- 0 = Ei
- 1 = kyllä

Ahdistuksen fokus

- 0 = ei
- 1 = kyllä, äiti kertoo toistuvasti olleen tämän asian valtaama
- 2 = vaikea, ahdistus tähän teemaan liittyen hallitsee kliinistä häiriötä ja aiheuttaa paljon kärsimystä

[Muut raskaudenaikaiset psykiatriset häiriöt](#)

[Kysy kaikilta äideiltä](#)

Oliko sinulla muita psyykkisiä ongelmia tai vaikeuksia raskauden aikana, tai voitko jotenkin muuten pahoin?

Oliko sinulla ns. pakkoajatuksia tai -toimintoja? Mitä? Mihin ne liittyivät?

Onko sinulla joskus ollut ns. syömishäiriötä?

[Jos niin](#), Milloin ja missä muodossa?

Mikä vaikutus raskaudella oli syömishäiriösi/tähän problematiikkaasi?

Kuinka paljon tavallisesti käytät alkoholia?

Miten raskaus vaikutti alkoholin käyttöösi?

Käytätkö muita päihteitä? (lääkkeet, huumeeet)

[Jos niin](#), Mitä käytät ja kuinka paljon?

[Jos on näyttötöä aineiden väärinkäytöstä:](#)

Mikä vaikutus raskaudellasi oli aineen/aineiden käyttöön?

[Jos äiti ei voinut lopettaa päihteiden käyttöä:](#)

Miten tämä asia eli raskaudessasi?

Mitä merkityksiä se sai mielessäsi, erityisesti suhteessa sikiövauvaan?

Tunsitko syyllisyyttä tai häpeää?

Pystyitkö puhumaan tästä kenenkään kanssa?

Saitko apua?

[Jos äidillä on ollut jokin edellisistä muista psykiatrisista häiriöistä:](#)

Saitko lääke- tai muuta hoitoa kyseiseen ongelmaan?

Miten edellä kuvaamasi muut raskaudenaikaiset oireet vaikuttivat ihmissuhteisiisi ja jokapäiväiseen toimintaasi kotona? Mitä et esim. enää kyennyt tekemään?
Anna esimerkkejä!

[Luokitus](#)

[Muut raskaudenaikaiset psykiatriset häiriöt](#)

0 = Ei

1 = Kyllä, äidillä on ollut kyseinen häiriö.

2 = Vakava, eli häiriö on johtanut toimintakyvyn heikentymiseen, tai on vaatinut hoitoa.

[Muun raskaudenaikaisen psykiatrisen häirion vaikutus toimintakyvyyn](#)

0 = Ei heikentymistä

1 = Hiukan viivytelyä tai laiminlyöntiä kotitöiden tai perhevelvollisuuksien toteuttamisessa

2 = Selvä heikentyminen toimintakyvyssä, niin että kumppanin tai perheen on täytynyt ottaa vastuu

3 = Toimintakyvyn heikentyminen on valituksen syy

2.4. SUHDE VAUVAN ISÄÄN

Millainen parisuhteenne (lapsesi isän kanssa) oli

- a) ennen raskautta, eli mikä oli hyvää, mikä huonoa?
b) raskauden aikana

Voitko vielä tarkentaa? **Miten raskaus muutti suhdettanne?** (huononiko/paraniko?)

Mitkä asiat muuttivat suhteessanne raskauden myötä?

Miten arvioit miehesi kokeneen suhteenne raskauden aikana?

Miten arvioit oman vointisi vaikuttaneen siihen, miten miehesi koki suhteenne raskauden aikana?

Miten miehesi mielestäsi voi raskauden aikana?

Mitä tunsit miestäsi kohtaan raskauden aikana?

Miten raskaus vaikutti siihen, miten koit miehesi raskauden aikana?

Miten miehesi suhtautui sinuun raskauden aikana?

Oliko miehesi huomaavainen sinua kohtaan?

Oliko miehesi raskauden aikana sellainen kuin toivoit?

Jos "ei", Mihin petyt hänessä?

Toivoitko tukea mieheltäsi? Millaista tukea toivot?

Pystytkö ilmaisemaan tuen tarvettasi?

Saitko raskauden aikana riittävästi tukea puolisoiltasi/lapsen isältä?

Oliko hän kiinnostunut sikiöstä/tulevasta lapsesta?

Koito, että tämä oli teidän "yhteinen raskautenne"?

Oliko sinun vaikea ottaa miehesi mukaan raskauteesi, esim. kuuntelemaan ja tunnustelemaan vauvasi liikkeitä ja halusiko, uskalsiko miehesi kuunnella ja tunnustella vauvan liikkeitä tai puhua vauvalle?

Tuliko miehesi mukaan äitiysneuvolakäynnille?

Puhuitteko yhdessä siitä, minkälainen vauva mahtaisi olla (ns. fantasiavauva) ja minkälaista elämä vauvan syntymän jälkeen olisi? Oliko aikoja, jolloin ette voineet puhua? Miksi? Mistä ette voineet puhua?

Oliko miehesi jossakin kohtaa raskautta paljon poissa luotasi? Milloin? Miksi?

Jos näyttöä epäsovusta, **Mistä riitelitte?** Mitä tapahtui, kun riitelitte (esim. huutamista, sanallista kiusantekoa, mykkäkoulua, iymistä, uhkauksia lähteä)?

Millainen seksuaalisuhteeseenne oli raskauden aikana?

Muuttuiko se siihen verrattuna, mitä se oli ennen raskautta?

Satiko tarpeeksi hellyyttä mieheltäsi raskauden aikana?

Minkälaiset asiat koit hellyytenä miehesi taholta raskauden aikana?

Tunsitko, että voit luottaa mieheesi (kumppaniisi)?

Luokitus

'Absoluuttinen parisuhde' ennen raskautta

'Absoluuttinen parisuhde' raskauden aikana

Muutos suhteessa vauvan isään raskauden aikana
(tai aviomieheen/kumppaniin, jos ei isään)

0 = Raskaus paransi suhdetta

1 = Ei muutosta, eikä suurempia ongelmia

2 = Suhde huonontui

3 = Suhde huonontui vahvasti, johtuen väkivaltaan tai uhkauksiin lähteä

4 = Suhde päättyi

Parisuhdetta huonontaneet tekijät raskauden aikana

0 = Ei

1 = Kyllä

Vauvan isältä saatu tuki

Seksuaalisuhde

"Vauvaprojektin" yhteisyys

2.5. MUUT IHMISSUHTEET

Minkälainen vaikutus raskaudellasi oli muihin lapsiisi?
Miten paljon mietit, miten uuden vauvan tulo vaikuttaisi muihin lapsiin?

Millainen suhde sinulla oli äitiisi

- a) ennen raskautta,
 - b) raskauden aikana
- eli mikä oli hyvää, mikä huonoa?

Miten raskautesi muutti suhdettanne? (mielikuvataso, jos äiti on kuollut)

Jos jo aikaisempia raskauksia,

Muuttuiko äitisuhteesi aikaisempien raskauksiesi aikana? Miten?

Miten äitisi suhtautui sinuun tämän raskauden aikana?

Oliko äitisi raskauden aikana sellainen kuin toivoit?

Jos "ei": Mihin petyt hänessä?

Oliko äitisi kiinnostunut sikiövauvasta/tulevasta vauvasta?

Halusitko ja pystyitkö jakamaan raskauttasi äitisi kanssa?

Puhuitteko siitä, minkälainen vauva mahtaisi olla ja minkälaista elämäsi olisi vauvan syntymän jälkeen?

Mitä äitisi on kertonut sinulle omista raskauksistaan ja synnytyksistään? Milloin?

Missä sävyssä, tunnelmissa? Minkälaisen kuvan äitisi näistä tapahtumista on sinulle antanut, välittänyt?

Toivoitko tukea äidiltäsi? Minkälaista tukea?

Pystyitkö ilmaisemaan tuen tarvettaisi?

Saitko riittävästi tukea äidiltäsi raskauden aikana?

Millainen vaikutus raskaudellasi oli isääsi ja sisaruksiisi?

Onko sinulla ystäviä?

Millainen vaikutus raskaudellasi oli ystävyssuhteisiisi?

Miten ne muuttuivat raskauden aikana?

Saitko raskauden aikana riittävästi tukea ystäviiltäsi?

Luokitus

Raskauden vaikutus muihin lapsiin

'Absoluuttinen äitisuhde' ennen raskautta

'Absoluuttinen äitisuhde' raskauden aikana

Muutos äitisuhteessa raskauden aikana

Äitisuhdetta huonontaneet tekijät raskauden aikana

Raskauden vaikutus muihin ihmissuhteisiin

Missä vaiheessa otit ensimmäisen kerran yhteyttä äitiysneuvolaan?
Millaista yhteistyö oli?

Olitko tyytyväinen raskausajan äitiysneuvolapalveluihin?

Saitko raskauden aikana riittävästi tukea äitiysneuvolasta?

Mikä oli tukevaa? Mikä vähemmän tukevaa?

Saitko raskauden aikana ylipäätään riittävästi tukea?

Minkälaista tukea halusit?

Pystytkö ilmaisemaan tuen tarvettesi?

Oliko sinulla sellainen olo, että voit saada tukea, jos sitä tarvitsisit?

Minkälaista tukea sait

mieheiltäsi
äidiltäsi
ystäviltäsi
äitiysneuvolasta

Olitko tyytyväinen saamaasi tukeen?

Keiden tuki oli tärkeintä?

Ketkä olivat sinulle läheisimpiä raskauden aikana?

Tuntuiko sinusta, että voit ylipäätään vapaasti kokea ja näyttää raskauteen liittyviä tunteitasi vai koitko jonkun taholta paineita tuntea ja näyttää tunteitasi eri tavalla, tai olla juuri tietynlainen odottava nainen?

[Jos niin](#), Kenen taholta koit tällaisia paineita? Missä tilanteissa?

Pystytkö puhumaan raskauteen liittyvistä tunteistasi?

Kenen kanssa?

Mistä tunteista puhuitte?

Mistä oli hankalampi tai vaikeampi puhua?

Luokitus

Tyytyväisyys äitiysneuvolapalveluihin

Paineet raskauden aikana tuntee tiettyjä a) tunteita, b) asioita

Paineita luoneet tahot

VAUVAPERHETYÖNTEKIJÄN MASU-HAASTATTELU:

Osa II: synnytys ja ensihetki

Muokattu yhdessä prof. Pirkko Niemelän kanssa: prof. Ian Brockingtonin *The Structured Interview for Pregnancy-related Disorders* (1995;1996) ja *Turku version (1999) of Birmingham Interview for Maternal Mental Health* -haastattelujen pohjalta.

Mirja Sarkkinen, vauvaperhepsykologi ja -psykoterapeutti
SYLKKY-vauvaperhetyöryhmä
HUS/HYKS, Pienten lasten psykiatrinen klinikka
Jorvin sairaala, Espoo
mirja.sarkkinen@hus.fi; mirja.sarkkinen@pionnet.net

3. SYNNYTYS

3.1. SYNNYTYSKOKEMUS

Kuvaillisiko raskautesi loppuvaiheita. Toivoitko jo raskauden päätyvän? Teitkö jotakin saadaksesi synnytyksen käynnistymään?

Kertoisitko synnytyksestäsi. Kuinka vauvasi synnytys eteni ja sujui?

Oliko synnytyksesi ns. normaali alatiiesynnytys vai ns. epäsäännöllinen synnytys (käynnistetty-, imukuppi- tai pihitsynnytys, suunniteltu keisarileikkaus tai hätäsektio)?

Jos hätäsektio: Miten ja mistä syystä hätäsektioon päädyttiin? Miten selkeästi tilanne ilmaistin sinulle? Ymmärsitkö mitä oli tapahtumassa? Mitä ajattelit siinä tilanteessa? Miltä sinusta tuntui? Kuinka kovasti pelkäsit tuossa tilanteessa? Miltä hätäsektioon päätyminen tuntui? Oliko pettynyt/olisitko halunnut synnyttää alateitse?

Jos suunniteltu keisarileikkaus: Miten ja miksi suunniteltuun keisarileikkaukseen päädyttiin?

Jos lääketieteellinen syy: Miltä suunniteltuun keisarileikkaukseen päätyminen tuntui? Oliko pettynyt/olisitko halunnut synnyttää alateitse?

Jos svvnä äidin synnytyospelko: Miltä suunniteltuun keisarileikkaukseen päätyminen tuntui? Oletko ollut ratkaisuaan tyytyväinen?

Älä kysy seuraavia kysymyksiä niiltä, joille tehtiin suunniteltu keisarileikkaus:

Kuinka kauan synnytys kesti? Kuinka kauan olitte synnytysklinikalla ennen kuin vauva syntyi? Kuinka pitkä avautumisvaihe oli? Entä ponnistusvaihe?

Liittyikö synnytykseen komplikaatioita, erityistä vaaraa sinulle tai vauvalle?

Kärsitkö kovasti? Halusitko jotakin kivunlievitystä?

Saitko haluamaasi kivunlievitystä silloin kun halusit, vai pitikö kivunlievitystä odotella? Miltä kivunlievitystä kokeilit ja sait? Miten kivunlievitys toimi?

Tuntuiko sinusta jossakin synnytyksen vaiheessa, että menetit häiritsevästi kontrollin?

Oliko joitakin muita syitä, joiden vuoksi synnytys tuntui tuskalliselta, vaikealta tai hämmeltävältä kokemukseksi?

Onko sinulla selkeä kuva synnytyksestä eri vaiheista ja kuluista?

Tuntuiko sinusta, että pystyit vaikuttamaan tapahtumien kulkuun? Saitko äänesi ja toiveesi kuuluviin?

Kysy kaikilta: Reagoitko synnytykseen omasta mielestäsi jotenkin epätavallisesti, esim. tulemalla äärimmäisen ärtyneeksi, sekavalle mielelle tai uupuneeksi?

Luokitus

Synnytystyyppi

Hätäsektio

Suunniteltu keisarileikkaus

Synnytyksen kesto

Synnytykskomplikaatiot

Synnytykskokemuksen kivuliaisuus ja raskaus

- 0 = Helppo synnytys
- 1 = Synnytys oli kivulias, mutta äiti ei ollut kovin uupunut
- 2 = Kipu oli kova tai pitkittynyt tehden synnytyksestä hyvin raskaan kokemuksen
- 3 = Äärimmäinen kipu ja kärsimys

Kivunlievitys

Kuva synnytyksen eri vaiheista ja kuluista

Synnytykseen liittyvä hallinnantunne

Synnytyksenaikainen psykiatrinen häiriö

Joitakin tietyjä akuutteja häiriöitä tavattiin ennen kuin puudutus- ja nukutusaineet ja moderni synnytyslääketiede tekivät synnytyksen koetelemuksesta helpomman, mutta niitä voi edelleen iimeta tietyissä olosuhteissa.

- 0 = Ei
- 1 = Huomattava ja epäluonteellinen viha
- 2 = Sekavuus ja heikentynyt tietoisuus*
- 3 = Uupumus tai luhistuminen synnytyksen jälkeen.

* Jos tietoisuuden menettäminen liittyy kohtauksiin (kouristustila), luokittele se tässä, mutta kirjaa kyseinen tieto.

Synnytykseen liittyvät vaikeat kokemukset

- 0 = Ei
- 1 = Kyllä
- 2 = Vakavat

Oliko miehesi tai joku muu tukihenkilö mukana synnytyksessä?
Miten suhteenne toimi?

Mikä merkitys miehesi läsnäololla synnytyksessä oli sinulle? Entä teille parina?
Entä mikä merkitys sillä on ollut miehesi ja vauvasi suhteelle?

Jos mies ei mukana. Toivoitko, että miehesi olisi tullut mukaan synnytykseen?
Miksi hän ei tullut mukaan?

Olitko tyytyväinen kättilöosi/kättilöhisi? Miten yhteistyönne sujui?
(Jos suunniteltu keisarileikkaus): Oliko tyytyväinen leikkaussalihenkilökuntaan?

Olitko jossakin vaiheessa synnytystä huolissasi vauvasi kunnosta tai terveydentilasta?

Miten vauvasi voi synnytyksen aikana ja sen jälkeen?

Mikä oli vauvan kunto synnyttyä? Mikä oli vauvan syntymäpaino?

Jos tulee tuntu tai on tiedossa, että vauvan syntymään liittyy traagisia tapahtumia, esim. vauvan menettäminen tai syntyminen sairaana tai vammaisena.
Liittyikö vauvan syntymään traagisia tapahtumia?

Kuinka sait tietää näistä asioista?

Miten vahvasti pelkäsit vauvan menettämistä synnytyksen kuluessa ja välittömästi sen jälkeen?

Miten vauvan menettäminen todettiin? tai

Miten vauvasi todettiin sairaaksi tai vammaiseksi synnytyksen jälkeen?

Miten reagoit tähän tietoon?

Tarvitsiko vauvasi tehohoitoa? Mitä? Kuinka kauan hän tarvitsi tätä hoitoa? Osallistuitko vauvan hoitoon?

Voisitko kuvailla näiden edelläkuvattujen vaikeiden tapahtumien vaikutusta sinuun?

Mikä merkitys tällaisilla varhaisilla kokemuksilla on suhteeseesi vauvaasi?

Saitko ja saitteko miehesi kanssa tilanteeseenne riittävästi tukea?

KYSY KAIKILTA:

Millainen olo sinulle jäi synnytyksestäsi?

Olisitko halunnut, että jokin asia synnytyksessä olisi mennyt toisin?

Petyttikö johonkin synnytykskokemuksessasi?

Oletko saanut riittävästi läpikäydä ja työstää synnytykskokemustasi?

Kenen kanssa olet tässä mielessä puhunut synnytyksestäsi?

Minkälainen synnytyksesi tämä oli verrattuna aikaisempiin synnytyksisi?

Luokitus

Yhteistyö puolison/kumppanin kanssa

Yhteistyö kättilön kanssa

Tyytyväisyys lapsivuodeosaston henkilökuntaan

Synnytykskokemuksen läpityöstäminen

Synnytykskokemus verrattuna aikaisempiin synnytyksiin

3.2. ENSIHETKI ***

Kuvaisitko ensihetkeänne vauvan kanssa - mitä tapahtui välittömästi, heti sen jälkeen kun vauvasi oli syntynyt?

Saitko vauvasi heti lähellesi/vatsallesi?

Jos kyllä:

Mitä vauvasi teki ja miltä hän näytti?

Mitä ajattelit vauvastasi?

Millaisia tunteita koit vauvaasi kohtaan?

Oliko tässä ensihetkessä jotakin yllätyksellistä tai hämmentävää sinulle?

Kuin ka kauan saitte olla vauvasi kanssa yhdessä?

Miltä miehesi vaikutti tässä tilanteessa? Miten hän kommentoi vauvaa?

Miltä hänestä mahtoi tuntua?

Jos ei:

Olisitko kuitenkin halunnut vauvasi lähellesi/vatsallesi?

Milloin sait/halusit vauvasi ensimmäisen kerran lähellesi?

Mitä vauvasi teki ja miltä hän näytti?

Mitä ajattelit vauvastasi?

Miltä sinusta silloin tuntui? Mitä tunteita koit vauvaasi kohtaan?

Miltä sinusta tuntui sillä aikaa, kun vauvasi oli poissa luotasi, ennen kuin olit saanut olla hänen kanssaan lähemmäs ensimmäistä kertaa?

Jos vauva oli isänsä kanssa: Mitä vauvan isä on kertonut tuosta ajasta, jolloin olit erossa vauvastasi? Mitä hän on kertonut vauvasta?

Miten isä koki tämän, että sai/joutui olemaan vauvan kanssa kaksistaan, ilman sinua?

*** tutki hienovaraisesti äidin mahdollisia **pettymyksen ja/tai vierauden tuntemuksia suhteessa vauvaan** (syntynyt vauva ei vastaakaan odotettua fantasiovauvaa)...

*** tutki hienovaraisesti äidin mahdollista **pettymystä itseän ja omiin tunteisiin vauvaa kohtaan**...

*** tutki, onko **äiti voinut puhua näistä hankalista ensihetken kokemuksista** kenenkään kanssa...

Luokitus

Ensihetki

0 = vauvaa kohtaan pettymyksen tunteita tai ajatuksia, ja/tai vierauden

kokemusta tai väliäpitämättömyyttä

1 = vauvassa sekä jotakin tuttua että jotakin uutta (syntymässä "päivittävä vauva")

2 = vauva vastaa "täydellisesti"/täysin fantasiovauvaa

3.3. SYNNYTYKSEEN LIITTYVÄT PSYKIATRISET HÄIRIÖT

_____ Katkaisupiste

Jos synnitys ei ollut erityisen kivulias tai raskas kokemus, jätä väliin osio posttraumaattisista ja jatkuvaan valittamiseen liittyvistä häiriöistä. Siirry seuraavaan osioon.

Kysy niiltä, joilla oli erityisen kivulias tai raskas synnitys:

Vaivasiko synnytyskokemus sinua häiritsevässä määrin vielä päivien tai viikkojen jälkeen?

Kalvoivatko synnytystapahtumat mieltäsi?

Huomasitko eläväsi uudelleen sitä, mitä sinulle oli synnytyksen yhteydessä tapahtunut?

Näitkö synnytyksestä unia tai painajaisia?

Jos on näyttöä uusituvista takauamista, painajaisista, synnytyksen uudelleenelämisestä tai muista häiritsevästä epämiellyttävistä synntymuistoista, kysy lisäkysymykset koskien traumaperäisen stressihäiriön kriteeristöä (ks. Liite).

OIREKORTTI 3.

Tuntuuko sinusta siltä, että joku on erityisesti syyllinen tähän epämiellyttävään synnytyskokemukseen?

Jos on näyttöä valitusreaktioista,

Onko sinun tehnyt mieli tehdä asialle jotakin?

Oletko antanut synnytyskokemuksestasi palautetta sairaalahenkilökunnalle tai onko sinulla ollut jonkinlaisia valitus- tai kostoajatuksia?

Oletko jo toiminut, tai aiotko vielä jotenkin toimia tässä asiassa?

Tähän päättävät kysymykset, jotka esitetään ainoastaan äideille, joista on näyttöä synnytyksenjälkeinen traumaperäisen stressihäiriön suhteen.

Luokitus

Synnytyksenjälkeinen traumaperäinen stressihäiriö

Raskasta synnytystä pidetään riittävän suurena traumana täyttämään ICD-10:n ja DSM-IV:n kriteeri A:n.

- 0 = Ei
- 1 = Kyllä, hieman näyttöä häiritsevistä "takaumista" jne. (Kriteeri B).
- 2 = Kyllä, oireet täyttävät joko ICD-10:n tai DSM-IV:n traumaperäisen stressihäiriön kriteeristön

Synnytystapahtumiin liittyvä jatkuva valitus

- 0 = Ei
- 1 = Merkkejä vihasta synnytyspalveluja kohtaan
- 2 = Kostohaaveita tai valituskirjeitä



VAUVAPERHETYÖNTEKIJÄN MASU-HAASTATTELU:

Osa III: puerperaali – vauva-aika

Muokattu yhdessä prof. Pirkko Niemelän kanssa: prof. Ian Brockingtonin *The Structured Interview for Pregnancy-related Disorders* (1995;1996) ja *Turku version* (1999) of *Birmingham Interview for Maternal Mental Health* -haastattelujen pohjalta.

Mirja Sarkkinen, vauvaperhepsykologi ja -psykoterapeutti
SYLKKY-vauvaperhetyöryhmä,
HUS/HYKS, Pienten lasten psykiatrinen klinikka
Jorvin sairaala, Espoo
mirja.sarkkinen@hus.fi; mirja.sarkkinen@pionnet.net

4. PUERPERAALI

4.1. SYNNYTYKSENJÄLKEISET PSYKIATRISET HÄIRIÖT

Kysy kaikilta äideiltä

Mitä sinusta tuntui synnytyksen jälkeen ja muutamana seuraavana päivänä ?

Oliko olosi euforinen/ekstaattinen/äärimmäisen onnellinen?

Jos niin, Kuinka kauan tunsit olosi niin onnelliseksi?

Olitko itkuinen tai muuten herkistynyt synnytyksen jälkeen?

Milloin itkuisuus tai herkistyneisyys oli voimakkaimmillaan (monentenako päivänä synnytyksestä)?

Jos niin, Minkälaista herkistymisesi oli? Mistä herkistyt?

Montako päivää olit sairaalan lapsivuodeosastolla?

Olitko kovin kipeä synnytyksen jälkeen?

Piditkö vauvaasi vierihoidossa?

Olitko tyytyväinen lapsivuodeosaston henkilökuntaan?

Miten imetyksesi käynnistyi?

Mitä ajatuksia ja tunteita imetyksessä sinussa herätti?

Mitä kotiutumisen ja ensimmäiset päivät kotona tuntuivat?

Kerro tästä vauva-ajasta - kotiutumisesi tähän päivään?

Minkälaista yhteiselämä vauvan kanssa on ollut?

Kysy kaikilta äideiltä

Kuinka paljon olet saanut nukkua vauvasi syntymän jälkeen verrattuna tavalliseen unentarpeeseen (kuinka paljon vähemmän tunteina kuin tavallisesti)?

Kauanko tätä unenpuutetta on ollut?

Miten synnytyksenjälkeinen unenpuute on vaikuttanut sinuun?

Kuinka usein vauvasi herättää sinut aamuyöstä?

Pystytkö nukahtamaan heti sen jälkeen?

Jos ei, Mitä ajattelet tai teet kun et saa unta? Miten selviät tilanteesta?

Tarvitsetko nykyään vähemmän unta kuin yleensä?

Luokitus

Synnytyksenjälkeinen euforia

0 = Ei

1 = Kuvattu voimakkaita onnontunteita

2 = Onni kuvattu ylitseutuvin sanoin, esim. "ekstaattinen", "pilven päällä"

3 = Euforiaan liittyy muita hypomaanisen häiriön merkkejä

Synnytyksenjälkeinen euforian kesto

Kirjaa kesto päivissä. 8 = yli viikko.

Synnytyksenjälkeinen herkistyneisyys

Tämä tarkoittaa odottamatonta ja tilapäistä herkistyneisyyden ja itkuisuuden tilaa, mikä on erotettava jatkuvasta onnettomudentunteesta tai masennuksesta.

0 = Ei todisteita ohimenevästä dysforiasta synnytystä seuraavien 10 päivän aikana

1 = Epävarmaa näyttöä

2 = Varmaa näyttöä

8 = Synnytyksenjälkeinen dysforia näyttää olevan osa kroonisempaa onnettomuuden tunnetta, joka on jatkunut raskauden ajasta

Synnytyksenjälkeisen herkistyneisyyden ajoitus/huippu

Kirjaa päivä, jolloin herkistyneisyysoireet olivat huipussaan.

Synnytyksenjälkeinen unenpuute

Tee tämä luokitus riippumatta siitä liittykö unettomuus tunne-elämän häiriöön.

0 = Ei unettomuutta

1 = Lievä (korkeintaan kaksi tuntia vähemmän unta kuin yleensä)

2 = Kohtalainen (2-4 tuntia vähemmän unta kuin yleensä)

3 = Vaikea (enemmän kuin 4 tuntia vähemmän unta kuin yleensä)

Synnytyksenjälkeisen unenpuutteen kesto

Luokittele viikkojen lukumäärä. 9 = ainakin 9.

Synnytyksenjälkeinen ahdistus

Mitkä ovat olleet päähuolesi, -murheesi tai -pelkosi vauvan syntymän jälkeen?

Tuntuuko sinusta, että olet ollut jossakin vaiheessa erityisen jännittynyt, hermostunut, huolestunut tai pelokas synnytyksen jälkeen?

Jos kyllä. Voisitko kuvailla, mitä se on ollut? (olot, tunteet, ajatukset)

Oletko ollut mielestäsi ahdistunut synnytyksen jälkeen - ahdistuneempi kuin yleensä?

Ovatko huolet pitäneet sinua hereillä/valvottaneet sinua?

Onko sinulla ollut synnytyksen jälkeen ns. paniikkioireita?

OIREKORTTI 4.

Näytä äidille ahdistuksen lisäoirekortti. Hanki lisää yksityiskohtia.

Luokitus

Synnytyksenjälkeinen ahdistus
(Kirjaa näyttö siitä, että kriteerit täyttyvät)

- 0 = Ei ahdistusta
- 1 = Ahdistusta, mutta ei täytä diagnostisia kriteerejä
- 2 = Yleistynyt ahdistushäiriö
- 3 = Paniikkihäiriö
- 4 = Sekä yleistynyt ahdistushäiriö että paniikkihäiriö

Milloin synnytyksenjälkeinen ahdistuksesi alkoi?

Kuinka kauan ahdistuksesi kesti/on kestänyt?

Miten ahdistus vaikutti/on vaikuttanut ihmissuhteisiisi ja jokapäiväiseen toimintaasi? Mitä et esim. enää kyennyt/kykene tekemään? Anna esimerkkejä!

Haitko/oletko hakenut apua tai hoitoa ahdistukseesi?

Mitä, ja oliko/onko siitä ollut apua?

Luokitus

Ahdistuksen ajoitus

- 0 = Ei ahdistusta
- 1 = Ensimmäisen viikon sisällä
- 2 = Ensimmäisen kuukauden sisällä
- 3 = Myöhemmin synnytyksenjälkeisenä aikana
- 8 = Alku oli raskauden aikana ja synnytyksenjälkeinen ahdistus on sille jatkoa

Ahdistuksen kesto

- 0 = Ei ahdistusta
- 1 = Vähemmän kuin yksi viikko
- 2 = 1-4 viikkoa
- 3 = 1-3 kuukautta
- 4 = Enemmän kuin 3 kuukautta
- 8 = Synnytystä edeltänyt ahdistus jatkaa synnytyksenjälkeiseen aikaan

Ahdistuksen vaikutus toimintakykyyn

Ahdistuksen hoito

- 0 = Ei haettu apua
- 1 = Apua haettu luotetuilta ystävilä tai perheeltä
- 2 = Apua haettu terveyskeskuksesta
- 3 = Hoitoa määrätty (joko ahdistuslääkkeitä tai enemmän kuin yksi käynti psykiatriassa/ohjauksessa)
- 4 = Ohjattu psykiatriseen hoitoon
- 5 = Otettu sairaalaan

Mistä ahdistukseksi mielestäsi johtui/johtuu tai mihin se liittyi/liittyi?
(Mistä olet ollut eniten jännittynyt, hermostunut, huolestunut tai pelokas synnytyksen jälkeen?)

KYSY KAIKILTA:

Millainen olo sinulla on, kun hoidat vauvaasi (syötät, vaihdat vaippoja, puut tai kylvetät häntä)?

Mitä sinusta on tuntunut ottaa vastuu lapsesta?

Tuntuuko sinusta, että olet murehtinut paljon vauvasi terveydestä ja turvallisuudesta?

Oletko pelännyt kätkykuolemaa?

Oletko nähnyt ahdistavia unia vauvasta?

Onko sinulla ollut ahdistavia mielikuvia vauvastasi?

Oletko ollut ahdistunut vanhemman lapsen käyttäytymisestä tai mustasukkaisuudesta vauvaa kohtaan?

KYSY VAIN AHDISTUNEILTA ÄIDEILTÄ:

Miten ahdistukseksi vaikutti/on vaikuttanut siihen, miten olet vauvan kanssa?

Oletko jännittynyt, hermostunut, huolestunut tai pelokas nimenomaan vauvan kanssa?

Onko sinun vaikea olla ahdistukseksi vuoksi vauvaa lähellä?

Onko sinulle tullut sellaista oloa, ettet voi olla vauvaa lähellä, ja oletko siksi jotenkin vähentänyt kontaktia häneen?

Luokitus

Ahdistuksen taustatekijät

0 = Ei
1 = Kyllä

Akuutti synnytyksenjälkeinen paniikki

Tämä on vaikean ahdistuksen tila, jota esiintyy yleensä ensisynnyttäjillä, pian synnytyksen jälkeen, ja liittyy pelkoon ottaa vastuu vauvasta.

Kätkykuoleman pelko

Tämä on pitkittynyttä ahdistusta, jonka aiheuttaa pelko vauvan äkillisestä kuolemasta, ja siihen liittyy toistuva yöllinen lapsen hengityksen tarkkailu.

Vauvanhoitoon liittyvä yleinen kiittynisyys

Jotkut äidit väsyttävät itsensä loppuun vauvan päivittäiseen hoitoon liittyvällä ylihuolehtivaisuudella. He täyttävät yleistyneen ahdistushäiriön kriteerit, ja sen kohde on vauvan hoito. Luokittele ylihuolehtivaisuus tässä.

Vauvaan liittyvät hypokondriset pelot

Nämä pelot ovat samanlaisia kuin aikuisten hypokondrisissa tai somatoformisissa häiröissä, joissa esiintyy aiheettomia huolia ruumiillisista oireista, mutta nyt oireet ovat vauvassa, eivät äidissä itsessään.

Vauvaan liittyvät mielikuvat ja/tai painajaisunet

Muiden lasten käyttäytyminen/mustasukkaisuus

Ahdistuksen vaikutus äiti-vauva -suhteeseen

0 = Ei vaikutusta
1 = Äiti on erityisen ahdistunut vauvan läsnäollessa
2 = Äiti vähentää kontaktia vauvaan ahdistuksen vuoksi
3 = Fobista vauvan välttelyä

Synnytyksenjälkeinen masennus

Oletko tuntenut, että mielialasi on laskenut jossakin vaiheessa synnytyksen jälkeen?

Jos kyllä, Voisitko kuvailla, mitä se on ollut? (olot, tunteet, ajatukset)

Oletko ollut allapäin, surullinen, onko mielesi ollut maassa, oletko tuntenut itsesi sisäisesti tyhjäksi?

Oletko ollut mielestäsi masentunut synnytyksen jälkeen?

Oletko menettänyt kiinnostuksesi asioihin, joista tavallisesti nautit?

Oletko pystynyt nauttimaan vauvastasi ja äitinä olemisesta?

Oletko pystynyt keskittymään niin kuin tavallisesti?

Kuinka paljon energiaa sinulla on ollut? Oletko jaksanut tehdä asioita yhtä paljon kuin tavallisesti tai pienten vauvojen äidit yleensä? Oletko väsynyt helpommin kuin yleensä?

Minkälaista väsymyksiä on ollut? Liittyykö se nimenomaan mielialaasi?

OIREKORTTI 5.

Näytä äidille masennuksen lisäoirekortti. Hanki lisää yksityiskohtia.

Luokitus

Synnytyksenjälkeinen masennus

(Kirjaa näyttö siitä, että diagnostiset kriteerit täyttyvät)

0 = Ei masennusta

1 = Hieman näyttöä masennuksesta, mutta diagnostiset kriteerit eivät täyty

2 = Lievän masennuksen diagnostiset kriteerit täyttyvät

3 = Keskivaikkeen masennuksen diagnostiset kriteerit täyttyvät

4 = Vaikean masennuksen diagnostiset kriteerit täyttyvät

5 = Harhainen tai skitsoafektiivinen masennus

Onko mielialasi ollut suurimman osan aikaa masentunut/kestääkö masennuksesi koko päivän?

Milloin synnytyksenjälkeinen masennuksesi alkoi?

Kuinka kauan masennuksesi kesti/on kestänyt?

Miten masennuksesi vaikutti/on vaikuttanut ihmissuhteisiisi ja jokapäiväiseen toimintaasi? Mitä et esim. enää kyennyt/ole kyennyt tekemään? Anna esimerkkejä!

**Haitko/oletko hakenut apua tai hoitoa?
Mitä, ja oliko/onko siitä ollut apua?**

Mistä masennus mielestäsi johtui/johtuu tai mihin se liittyi/liittyy?

Liittyykö/liittyykö masennus erityisesti vauvan synnytykseen (esim. epänormaali tuska, komplikaatiot, lääketieteelliset ongelmat vauvan kanssa), parisuhdehuoliin tai vaikeuksiin äiti-vauva -suhteessa?

Miten mielialasi lasku tai masentunut mielialasi on vaikuttanut siihen, miten olet vauvan kanssa?

Miten masennuksesi on vaikuttanut siihen, mitä ja miten tunnet vauvaa kohtaan? (vastavuoroisen vuorovaikutuksen vähäisyys, passiivisuus, latteus, ilmeettömyys, mekaanisuus, negatiivisuus, nautinnon puute)

[Jos äidillä on ollut ajatuksia itsemurhasta:](#)

Tuuliko sinulle/onko sinulle tullut mieleen, että sinun pitäisi ottaa vauva (lapset) mukaan itsemurhaasi?

Luokitus

Masennuksen ajoitus

- 0 = Ei masennusta
- 1 = Ensimmäisen viikon aikana
- 2 = Ensimmäisen kuukauden aikana
- 3 = Myöhemmin synnytyksenjälkeisenä aikana
- 8 = Alku oli raskauden aikana ja synnytyksenjälkeinen masennus on sille jatkoa

Masennuksen kesto

- 0 = Ei masennusta
- 1 = Vähemmän kuin yksi viikko
- 2 = 1-4 viikkoa
- 3 = 1-3 kuukautta
- 4 = Enemmän kuin 3 kuukautta

Masennuksen vaikutus toimintakykyyn

Masennuksen hoito

- 0 = Ei haettu apua
- 1 = Apua haettu luotetuilta ystävilä tai perheeltä
- 2 = Apua haettu terveystieteistä
- 3 = Hoitoa määrätty (joko masennuslääkkeitä tai enemmän kuin yksi käynti psykiatrisen hoitoon)
- 4 = Ohjattu psykiatriseen hoitoon
- 5 = Otettu sairaalaan

Masennuksen taustatekijät

- 0 = Ei
- 1 = Kyllä

Masennuksen vaikutus äiti-vauva -suhteeseen

Huom. Luokittele vauvaa koskevat epätavalliset depressiiviset ajatukset puerperaalipsykoosiin kohdalla (s. 63).

[Synnytyksenjälkeinen epätavallinen ärtynisyys](#)

[Kysy kaikilta äideiltä](#)

Oletko tuntenut itsesi epätavallisen ärtyneeksi synnytyksen jälkeen?

Oletko joutunut usein riitoihin tai väittelyihin, sen jälkeen kun vauvasi syntyi?

Mistä ärtynisyys on mielestäsi johtunut tai mihin se on liittynyt?

Mitkä ovat olleet päätekijät, jotka ovat laukaisseet ärtymyksen?

(esim. puolison, muiden lasten ja vauvan käyttäytyminen, äiti tuntee olevansa ansassa, elämäolosuhteet, taloudellinen tilanne)

Kun tunnet itsesi ärtyneeksi, mitä teet?

(esim. väittelyt, huutaminen, lyöminen, tavaroiden rikkominen, uhkailu)

[Luokitus](#)

[Synnytyksenjälkeinen epätavallinen ärtynisyys](#)

0 = Ei

1 = Ärtynisyyttä, joka johtaa väittelyihin ja sanalliseen kiusantekkoon.

Luokittele tässä mielijohteet väkivaltaisiin tekoihin.

2 = Ärtynisyyttä, joka johtaa purkauksiin, uhkauksiin ja väkivaltaisiin tekoihin.

3 = Vihaa, joka johtaa tavaroiden vaurioitumiseen.

4 = Vihaa, joka johtaa hyökkäyksiin ihmisiä kohtaan.

[Ärtynisyyden taustatekijät](#)

1 = Ei

2 = Kyllä

Synnytyksenjälkeinen psykoosi

Jos on todisteita psykoosista, ei ole soveliaista tutkia oireita pelkästään tämän haastattelun avulla - tarvitaan kattavampi haastattelu psykoottisista oireista ja käyttäytymisen kartoitus, joka viimeistellään hoitohenkilökunnan tai sukulaisten konsultaatiossa.

Kysy seuraavat yleiskysymykset, ja läirjestä ainakin yhden sukulaisten haastattelu:

Ole hyvä ja kuvaile, mitä tapahtui kun sairastuit?

Oliko sinulla tuolloin outoja kokemuksia?

(tutki tässä hallusinaatiot, passiivisuuden kokemukset, depersonalisaatio)

Onko käyttäytymisesi ollut tavallisesta käytöksestäsi poikkeavaa synnytyksen jälkeen?

Ovatko sinua vaivanneet mitkään epätavalliset tai huolestuttavat ajatukset?

(tutki äidin mainitsemat harhat, tai harhat, joiden olemassaolon voi päätellä viimeaikaisista tapahtumista)

Onko joku muu ajatellut, että olet sairas? Ovatko ihmiset olleet huolestuneista sinusta?

Onko sinulla ollut jotenkin outoja tai pelottavia ajatuksia vauvasta?

Luokitus

Synnytyksenjälkeinen psykoosi

Diagnoosia synnytyksenjälkeisestä psykoosista ei tule tehdä pelkästään tämän haastattelun perusteella, mutta haastattelija voi koodata diagnoosiksi tietyn episodin psykoosin, jos sitä epäillään.

- 0 = Tätä diagnoosia ei epäillä
- 1 = Epäillään depressiivistä psykoosia
- 2 = Epäillään maanis-depressiivistä psykoosia
- 3 = Epäillään maanista psykoosia
- 4 = Epäillään sykloidista psykoosia
- 5 = Epäillään jotakin muuta psykoosia; (Tarkenna.)

Epätavalliset ajatukset vauvasta

- 0= Ei
- 1= Kyllä, mutta eivät ole delusionaalisia
- 2= Kyllä, ovat delusionaalisia

[Muut synnytyksenjälkeiset psykiatriset häiriöt](#)

Onko sinulla ollut joitakin muita psyykkisiä ongelmia tai vaikeuksia synnytyksen jälkeen tai oletko voinut muuten pahoin?

Onko sinulla ollut ns. pakkoajatuksia tai -toimintoja? Mitä? Mihin ne ovat liittyneet?

[Jos äidillä on joskus ollut syömishäiriö:](#)

Miten vauvasi syntymä on vaikuttanut syömishäiriöösi?

Kuinka paljon olet käyttänyt alkoholia tai muita päihkeitä synnytyksen jälkeen?

[Jos äidillä on ollut jokin edellisistä muista psykiatrisista häiriöistä:](#)

Oletko saanut lääke- tai muuta hoitoa kyseiseen ongelmaan?

Miten edellä kuvaamasi oireet ovat vaikuttaneet ihmissuhteisiisi ja jokapäiväiseen toimintaasi kotona? Mitä et esim. ole kyennyt enää tekemään? Anna esimerkkejä!

Mikä vaikutus edellämainituilla on ollut mahdollisuuksiasi pitää huolta vauvasta?

[Luokitus](#)

[Muut synnytyksenjälkeiset psykiatriset häiriöt](#)

- 0 = Ei
- 1 = Kyllä
- 2 = Vakava

[Toimintakyvyn heikentyminen synnytyksenjälkeisen psykiatrisen häiriön vuoksi](#)

- 0 = Ei heikentymistä
- 1 = Hiukan vitkastelua tai laiminlyöntiä kodinhoidossa tai perhevelvollisuuksien noudattamisessa
- 2 = Selvä toimintakyvyn heikentyminen, siten että kumppanin tai perheen on otettava vastuu
- 3 = Toimintakyvyn heikentyminen on valituksen aihe

4.2. ÄITI-VAUVA -SUHDE

Vauvan ominaisuudet

Syntyikö vauvasi terveenä? Kunka monta apgar-pistettä hän sai?
Tarvitsiko vauvasi vastasyntyneenä erikoishoitoa? Mitä ja kuinka kauan?
Miten vauvan kunto/sairaus on vaikuttanut sinun ja vauvasi suhteeseen?

Kumpaa sukupuolta olit arvellut vauvan olevan? Miksi?
Kumpaa vauvaa toivoit, tyttö- vai poikavauvaa? Miksi?

Olitko jotenkin yllättynyt, hämmentynyt tai pettynyt vauvaasi synnytyksen jälkeen?
(esim. ulkonäkö, sukupuoli ja muut seikat)

Voisitko kuvailla minkäläinen vauvasi on?

Onko sinun helppo ymmärtää vauvasi viestejä?

Minkälaisia hankaluuksia tai vaikeuksia teillä on ollut? (mm. ei nuku yöllä, itkee liian paljon, oksentaa, ei reagoi sinuun)?

Imetätkö? Jos kyllä. Pidätkö imettämisestä?

Mistä pidät siinä erityisesti, mistä et pidä?

Kuinka kauan haluat/olet ajatellut imettää?

Onko imettämisesä ollut hankaluuksia? Mitä?

Mitä yhdellä imetyskerralla tapahtuu? Milloin imetat, kuinka kauan ja missä asennossa?

Oletko saanut riittävästi tukea ja neuvoja imetykseen?

Jos ei. Miksi et imetä? Mitä imettämisen loppuminen/ lopettaminen

tuntui? Olisiko halunnut imettää pidempään?

Miten vauvasi nukahtaa ja nukkuu? Miten nukahtat vauvan?

Miten koet vauvan nukahtamisvaikeudet, heräilyt ja valvomiset?

Miltä sinusta tuntuu, kun vauvasi herättää sinut yöllä?

Onko vauvallasi jo jonkinlainen päivä- ja yörytmi? Jos niin, millainen?

Miten vuorokausi- ym. ajalliset rytminne sopivat yhteen?

Miten olet sopeutunut vauvasi valve- ja unirytmieihin ja syöttöväleihin?

Onko vauvasi sairastellut? Mitä?

Miten vauvan sairastelu vaikuttaa sinuun ja suhteeseesi vauvaan?

Kuinka paljon vauvasi itkee? Onko vauvasi ns. koliikkivauva?

Miltä sinusta tuntuu, kun vauvasi itkee? Miten jaksat vauvasi itkua?

Miten lohdutat vauvaasi ja saat sen tyyntymään?

Onko vauvasi mielestäsi ns. helppo, melko helppo vai hankala/vaikea/vaativa vauva?

Luokitus

Vauvaan liittyvät ongelmat/vaikeudet

0 = Ei
1 = Kyllä

Vauvan temperamentti

0 = Rauhallinen, helppo lapsi

1 = Joitakin vaikeuksia, esim. yöllistä heräilyä

2 = Hyvin vaikea vauva, joka nuuttaa paljon ja on vaikea tyyntyttää

Muut ongelmat

0 = Ei ongelmia

1 = Lieviä ongelmia

2 = Suuria ongelmia, esim. fyysinen poikkeavuus, huono terveys, henkinen kehitysvamma

Mitä sinusta tuntuu olla vauvaasi lähellä?

Mistä nautit vauvassasi, mistä et? (tarkenna kumpi on päällimmäinen kokemus)

Onko vauvasi sellainen kuin odotit? Mikä on yllättävää?

Onko vauva-aika/kahden pienen lapsen todellisuus ollut sellaista, miksi sen kuvittelit? Mikä on ollut yllättävää/erilaista?

Vastasiko käsityksesi todellisuutta?

Kuka sinulle oli välittänyt kuvaa vauva-ajan todellisuudesta?

Äidillinen tunnereaktio

Kuvailisitko tunteitasi vauvaasi kohtaan?

Miten tunteesi vauvaa kohtaan ovat muuttuneet synnytyksen jälkeen?

Milloin ensimmäistä kertaa koit myönteisiä tunteita ja rakkautta häntä kohtaan?

Milloin hän tuntui sinusta ensimmäistä kertaa yksilölliseltä ihmiseltä?

Milloin hän näytti tunnistavan sinut äidikseen?

Miten sovitte luonteiltanne yhteen?

Oletko ollut pettynyt tunteisiisi vauvaasi kohtaan?

Mitä sinusta tuntuu, kun olet poissa vauvasi luota?

Katkaisupiste

Jos ei ole näyttöä äidin epätavallisesta tunnereaktiosta vauvaa kohtaan, siirry s. 72.

Luokitus

Vauvaan kohdistuvien myönteisten tunteiden ajoitus
(Jotkut äidit käyttävät termiä kiintyminen)

0 = Myönteiset tunteet ovat voimakkaasti kehittyneet ennen synnytystä, eivätkä ole muuttuneet synnytyksen jälkeen.

1 = Nämä tunteet kehittyivät heti synnytyksen jälkeen.

2 = Ne kehittyivät ensimmäisten viikkojen aikana ilman merkkejä pettymyksestä.

3 = Ne kehittyivät, mutta viiveellä, joka huolestutti tai vaivasi äitiä.

4 = Ne eivät ole kehittyneet lainkaan.

8 = Alustava äidillinen reaktio oli normaali, mutta seurannut masennus tai muut tapahtumat johtivat äiti-lapsi -suhteen huonontumiseen.

Vauvaan kohdistuvien tunteiden luonne ja voimakkuus

0 = Hyvin voimakkaat. Äiti näyttää olevan täysin vauvan valloissa ja pystyy tuskin olemaan erossa hänestä.

1 = Voimakkaat, tiedostaa myös ambivalentenssin.

2 = Epävarmat. Äidillä on myönteisiä tunteita vauvaa kohtaan, mutta myös joitakin kielteisiä tunteita ärtynäisyyden tai ahdistuksen muodossa.

3 = Ei myönteisiä tunteita vauvaa kohtaan.

4 = Torjuntaa tai vihamielisyyttä vauvaa kohtaan.

Epätavallinen tunnereaktio vauvaa kohtaan (siis ei tunteita, tai pääasiassa välinpitämättömyyttä tai negatiivisia tunteita)

Seuraavat lisäkysymykset tehdään äideille, joilla on näyttöä epätavallisesta tunnereaktiosta vauvaa kohtaan:

Voitko kertoa vielä tarkemmin tunteistasi vauvaa kohtaan?

Oletko tuntenut jääneesi loukkuun äitinä?

Onko sinulle tullut sellaista oloa, että tekisi mieli lähteä kokonaan pois kotoa?

Onko koskaan tuntunut siltä, että olisi parempi, jos joku muu huolehtisi vauvasta?
(sukulainen, sijaisäiti/perhe, adoptio)

Oletko harkinnut adoptiota tai sijaisäitiä/perhettä?

Oletko joskus toivonut, että vauvallesi tapahtuisi jotakin, että vauvasi kuolisi tai ryöstettäisiin? (huomaa erityisesti toivo kätkyt kuolemasta, tai siitä että vauva varastettaisiin)

Oletko pystynyt puhumaan näistä tunteistasi jonkun kanssa?

Oletko saanut apua vaikeaan tilanteeseesi?

Luokitus

Epätavallinen tunnereaktio vauvaa kohtaan

Vauvan torjunta

- 0 = Ei lainkaan
- 1 = Äidillä on ollut ajatuksia, että ei huolehtisi tästä vauvasta
- 2 = Äiti on harkinnut vauvan siirtoa toisen perheenjäsenen hoitoon, tai sijais- tai adoptioperheen etsimistä.

Äidin pakeneminen kotoa

Luettele kerrat, jolloin äiti on lähtenyt kotoa paetakseen vauvaa

Ajatukset vauvanhoidon siirrosta

- 0 = Ei ajatuksia
- 1 = Äiti on itseksensä ajatellut näitä ajatuksia
- 2 = Niistä on keskusteltu kumppanin kanssa
- 3 = Siirto on jo tapahtunut

Toiveet vauvan menetyksestä

- 0 = Ei toiveita
- 1 = Äiti on itseksensä toivonut, että "jotakin tapahtuisi vauvalle"
- 2 = Tämä ajatus on ilmaistu muille

Lapsen pahoinpitely

KYSY KAIKILTA:

Saako lapsesi sinut ärtymään tai vihaiseksi? Missä tilanteissa ja miten?

Mikä vauvassa ärsyttää?

Miten selviät ärtymyksen kanssa?

Oletko ollut huolestunut vauvaasi liittyvistä ajatuksistasi?

Onko sinulla ollut mielijohteita vahingoittaa vauvaasi?

Jos niin, millaisissa tilanteissa, millä tavalla? Toistuvatko mielijohteet?

Pääsetko eroon tälläisistä ajatuksistasi?

Oletko menettänyt malttiasi, kun olet ollut vihainen vauvallesi?

Katkaisupiste

Jos äiti ei ole menettänyt maltiaan, siirry s. 74, muutoin esitä seuraavat kysymykset.

Mitä teit? (esim. huutoa, kirkumista tai kiroilua vauvalle, kovaa käsittelyä - mukaamlukien vauvan tyrkkimistä tai heittämistä sänkyyn, ravistelua, lyömistä, tukahduttamista)

Mikä oli pahinta, mitä teit?

Mikä oli pahinta, mitä ajattelit tehdä?

Kuinka monta kertaa tälläistä on tapahtunut?

Mitä ajattelet tapahtuneesta?

Oletko puhunut siitä kenellekään?

Tarvitsisitko ja haluaisitko apua asian jatkokäsittelyyn?

Kun olet halunnut saada itsellesi apua ja tukea, oletko antanut toisten joskus ymmärtää, että itseasiassa lapsesi olisikin sairas?

Oletko koskaan tuntenut kiusausta tehdä vauvaasi sairaaksi?

Luokitus

Vauvaan kohdistuva vihamielisyys

0 = Ei lainkaan

1 = Pääasiassa myönteisiä tunteita, joihin sekoittuu myös vihamielisyyttä.

2 = Pääasiassa vihamielisyyttä, johon sekoittuu hieman myönteisiä tunteita.

3 = Torjuntaa tai pahoinpitelyä, kuten alla luokitellaan

Lapsen pahoinpitelyyn liittyvät pakkomielitteelliset ajatukset tai mielijohteet

0 = Ei lainkaan

1 = Kyllä

2 = Vakava ongelma

Lapsen pahoinpitely

0 = Ei ole tapahtunut

1 = Äidillä on ollut siihen mielijohteita

2 = Tätä käyttäytymistä on todella tapahtunut

Münchenhausenin oireyhtymä edustajan kautta

On näyttöä siitä, että äiti tahallaan keksii sairauksia, joita vauvalla muka on.

4.3. SUHDE VAUVAN ISÄÄN

Minkälainen parisuhteenne on ollut synnytyksen jälkeen, eli mikä on ollut hyvää, mikä huonoa?

Mihin olet tyytyväinen suhteessanne, mihin et?

Voitko vielä tarkentaa? Miten vauvan syntymä ja psyykkinen voitisi on muuttanut parisuhdetanne?

Mitkä asiat ovat muuttuneet suhteessanne vauvan syntymän myötä? (onko suhde huonontunut/parantunut?)

Mitä tunteet miestäsi kohtaan? Miten tulette nyt toimeen?

Miten vauvan syntymä on vaikuttanut siihen, miten koet miehesi?

Miten miehesi on mielestäsi voinut vauvanne syntymän jälkeen?

Luokitus

'Absoluuttinen parisuhde' synnytyksen jälkeen

Muutos suhteessa vauvan isään synnytyksen jälkeen (tai puolisoon/kumppaniin, jos ei lapsen isään)

- 0 = Lapsen syntymä on parantanut suhdetta
- 1 = Ei muutosta, eikä suuria ongelmia
- 2 = Suhde on huonontunut
- 3 = Suhde on vakavasti huonontunut, johtaan väkivaltaan tai lähtemisellä uhkaamiseen
- 4 = Suhde on päättynyt

Onko miehesi osoittautunut sellaiseksi isäksi ja avio/avomieheksi, kuin toivoit hänen olevan? [Jos ei](#), Mihin olet pettynyt?

Miten ”yhteinen juttu” vauvanne teille on? Miten jaatte vastuun vauvasta?

Ottaako miehesi kontaktia vauvaan? Hoitaako hän vauvaa?

Onko sinun ollut helppo antaa miehellesi mahdollisuus hoitaa vauvaa, olla vauvan kanssa ja luoda ihan oma suhteensa vauvaanne?

Miten miehesi tukee sinua äitinä ja naisena?

Oletko saanut riittävästi tukea vauvan isältä synnytyksen jälkeen?

Pystytkö jättämään vauvan hoitoon puolisollesi?

Oletteko puhuneet siitä, mitä vauvan syntyminen on tuonut mukanaan, ja mitä se on merkinnyt teille molemmille?

Mitkä asiat ovat olleet ongelmallisia ja mistä on tullut riitaa vauvan syntymän jälkeen?

Mitä tapahtuu, kun riitelette? (esim. riitelyä, sanallista kiusantekoa, mykkäkoulua, lyömistä, uhkailua lähtemisellä)

Onko miehesi ilmaissut, että annat liiaksi huomiota vauvalle, ja vähemmän hänelle?

Onko sinusta tuntunut, että miehesi on siirtänyt liiaksi huomiotaan sinusta vauvaan?

Millainen seksuaalisuhteenne on ollut vauvan syntymän jälkeen?

Miten se on muuttunut? [Jos ongelmia](#), Mikä on ollut ongelmallista?

Oletko ollut huolissasi puolisesi (kumppanisi, poikaystäväsi) uskollisuudesta? [Jos niin](#), Miksi?

Luokitus

Libidon heikkeneminen

- 0 = Normaali libido
- 1 = Hieman heikentynyt
- 2 = Libidon katoaminen on valituksen aihe
- 3 = Liiian aikainen vaihe synnytyksen jälkeen arvion tekemiseksi

Parisuhdetta huonontaneet tekijät synnytyksen jälkeen

- 0 = Ei
- 1 = Kyllä

Vauvan isältä saatu tuki

Seksuaalisuhde

”Vauvaprojektin” yhteisyys

4.4. MUUT IHMISSUHTEET

Miten vauvan syntymä on vaikuttanut perheen muihin lapsiin?

Ovatko he olleet mustasukkaisia?

Jos niin, Miten tulet toimeen lasten kiukun ja mustasukkaisuuden tunteiden kanssa?

Miten selviät sen kanssa, että rakkaus, aika ja voimat täytyy jakaa kahden/luseamman lapsen kesken?

Millainen suhteesi äitiisi on ollut vauvan syntymän jälkeen?

Miten vauvan syntymä on vaikuttanut äitisuhteeseesi?

Miten suhteenne on muuttunut?

Minkälaisen kuvan olit saanut äidiltäsi vauva-ajasta? Miten?

Oletko saanut riittävästi tukea äitinä omalta äidiltäsi vauvan syntymän jälkeen?

Miten vauvan syntymä on vaikuttanut muihin tärkeisiin ihmissuhteisiisi?

Oletko saanut ystäviltäsi riittävästi tukea äitinä vauvan syntymän jälkeen?

Oletko saanut lastenneuvolasta riittävästi tukea äitinä vauvan syntymän jälkeen?

Mikä on ollut tukevaa, mikä vähemmän tukevaa?

Onko sinua itseäsi huomioitu riittävästi lastenneuvolassa?

Koetko, että neuvola on ohjannut sinua erilaiseen vauvanhoitoon kuin mitä olisit itse (luonnostaan) toteuttanut?

Mitkä neuvolan ohjeet ovat auttaneet (vauva-systeemin luomista)?

Mitkä neuvolan ohjeet ovat sekoittaneet omaa vauva-systeemiäsi?

Kaipaatko lisää tukea?

Minkälaista tukea tarvitsisit?

Luokitus

Vauvan syntymän vaikutus perheen muihin lapsiin

'Absoluuttinen äitisuhde' syntymyksen jälkeen

Muutos äitisuhteessa vauvan syntymän jälkeen

Äidiltä saatu tuki vauvan syntymän jälkeen

Vauvan syntymän vaikutus äidin muihin ihmissuhteisiin (tarkenna, kuka on kysymyksessä)

0 = Lapsen syntymä on parantanut suhdetta

1 = Ei muutosta, eikä suuria ongelmia

2 = Suhde on huonontunut

3 = Suhde on huonontunut vahvasti, johtaan väkivaltaan tai uhkauksiin

4 = Suhde on päättynyt

Muilta saatu tuki vauvan syntymän jälkeen

Lastenneuvolasta saatu tuki

Tuen tarve

4.5. MINÄ ÄITINÄ

Luokitus

Millainen äiti sinun äitisi on mielestäsi ollut/on?

Mitä ihaillet äitisi äitiydessä?

Mihin olet ollut pettynyt äitisi äitiydessä?

Minkälainen olisit toivonut äitisi olleen äitinä?

Minä äitinä

Viimeiset kysymykset

Minkälaisen kuvan äitisi on antanut sinulle äitiydestä?

Miten hän on sen sinulle välittänyt?

Millainen äiti sinä olet?

Millainen äiti haluaisit olla?

Mitä haluat tehdä äitinä toisin kuin oma äitisi?

Mitä haluat tehdä äitinä samalla tavalla kuin oma äitisi?

Miten olet muuttanut äitiyden/tämän vauvan syntymään myötä?

Miten olet mielestäsi pystynyt liittämään äitiyden osaksi itseäsi?

Miten ”sinut” olet äitytesi kanssa?

Mitä vauvasi riippuvuus ja tarvitsevuus tuntuvat sinusta?

Mitä vastuu vauvasta tuntuu?

Mikä äidiksi tulemisessa/äitiydessä tämän vauvan kanssa on ollut:

yllättävintä?

parasta/nautinnollisinta?

raskainta/vaikeinta?

haastavinta?

Viimeiset kysymykset

Liittykö tähän raskauteen ja tämän vauvan syntymään jotakin mitä en ole kysynyt, ja mistä haluaisit kertoa tai puhua?

Haluaisitko vielä tarkentaa jotakin kohtaa haastattelussa?

Millainen olo sinulle tuli tai jäi tästä haastattelusta?

LIIITE

Nämä ovat vain yhteenvetoja; arvioijien tulisi tutustua myös varsinaiseen The ICD-10 Classification of Mental and Behavioural Disorders -tekstiin.

ICD - 10 MASENNUSKRITTEERIT

A. Depressiivisen episodin tulee kestää vähintään 2 viikkoa.

B. Yleinen kriteeristö. ("Lievässä" ja "kohtalaisessa depressiossa" *kaksi* seuraavista oireista, ja "vakavassa depressiossa" *kaikki kolme*).

(1) siinä määrin depressiivinen mieliala (mielialan lasku), että se on selvästi kyseiselle yksilölle epätavallista, kestäen suurimman osan päivää ja esiintyen melkein joka päivä, ollen pitkäksi olosuhteista riippumatonta (mieliala ei juuri päivittäin vaihtele), ja kestäen vähintään 2 viikkoa;

(2) mielenkiinnon tai mielihyvän menettäminen toiminnosta, jotka tavallisesti ovat miellyttäviä; keskittymiskyvyn heikentyminen

(3) vähentynyt energia tai lisääntynyt väsymisyys (tarmon ja toimeliaisuuden puute; pienikin ponnistus johtaa uupumukseen)

C. Lisäoireet. ("Lievässä depressiossa" oireita llistoista B ja C tulee olla yhteensä vähintään 4, 'kohtalaisessa depressiossa' vähintään 6, ja "vaikeassa depressiossa" vähintään 8).

(1) itseluottamuksen tai itsetunnon puute/lasku;

(2) kohtuuttomia itesyytöksiä tai liiallista ja aiheetonta syyllisyyttä sekä arvottomuuden tunteita;

(3) toistuvia kuolema- tai itsemurha-ajatuksia, tai itsemurhakäyttäytymistä;

(4) valituksia tai näyttöä vähentyneestä kyvystä ajatella tai keskittyä, kuten päättämättömyyttä tai epärointiä;

(5) muutos psykomotorisessa aktiiviteetissa kiihtyneisyytenä tai

hidastuneisuutena (joko subjektiivinen tai objektiivinen);

(6) minkä tahansa tyyppinen unihäiriö;

(7) muutos ruokahalussa (väheneminen tai kasvu) ja sitä vastaava painonmuutos;

D. Somaattiset oireet (4 tarvitaan)

(1) selvä mielenkiinnon tai mielihyvän vähentyminen/menettäminen toiminnossa, jotka tavallisesti ovat miellyttäviä;

(2) tunnereaktion puuttuminen tilanteissa ja toiminnossa, jotka tavallisesti tuottavat emotionaalisen reaktion;

(3) herääminen aamulla vähintään kaksi tuntia aikaisemmin kuin tavallisesti;

(4) masennuksen paheneminen aamuisin;

(5) objektiivista näyttöä merkittävästä psykomotorisesta hidastuneisuudesta tai

kiihtyneisyydestä (muiden ihmisten havaitsemana tai raportoimana);

(6) merkittävä ruokahalun puute;

(7) painonlasku (5% tai enemmän ruumiinpainosta viimeisen kuukauden aikana);

(8) merkittävä seksuaalisen halukkuuden vähentyminen.

E. Psykoottiset oireet (jompi kumpi tarvitaan).

(1) aistiharjoja tai hallusinaatioita (harhaluuloja), muita kuin tyyppillisesti skitsofreenisiksi luokiteltuja.

(2) masentunut turtumus/sulkutila, jossa tavalliset sosiaaliset toiminnot mahdollittomia.

ICD-10 sulkee pois potilaat, joilla on joskus maanisia oireita, jotka käytävät väärin psykoaktiivisia lääkkeitä, joilla on mikä tahansa orgaaninen mentaalinen häiriö, ja ne jotka täyttävät skitsofrenian tai masennustyyppisen skitsoaffectiivisen häiriön kriteerit. On suositeltavaa, että näillä potillailla luokitellaan depression esiintyminen ja vaikeus, ja somaattisen häiriön esiintyminen ja/tai psykoottiset oireet, ja kirjataan jos joku poissulkevista kriteereistä esiintyy.

Toimintakyky:

lievä: henkiö kärsii oireista, mutta kykenee todennäköisesti jatkamaan useampia toimintojaan

keski: todennäköisesti erittäin vaikeaa jatkaa tavanomaisia toimintoja

vaikea: tavanomaiset sosiaaliset toiminnot mahdollittomia

DSM-IV MASENNUSKRITTEERIT (Yhennelmä)

A. 5 tai enemmän (vaikea masennus), 2-4 (lievä masennus) seuraavista oireista on esiintynyt saman 2-viikon periodin ajan, edustuen muutosta verrattuna aikaisempaan toimintaan: *potilas on joko*

(1) masentunut suurimman osan päivästä, kuten subjektiivinen raportointi (esim. tuntee itsensä surulliseksi tai tyhjäksi) tai muuttien huomiointi osoittaa (esim. vaikuttaa kyyneliseistä);

(2) huomattavasti vähentynyt kiinnostus tai mielihyvä kaikissa tai melkein kaikissa toiminnoissa suurimman osan päivästä.

B. Muut oireet ovat:

(3) merkittävä painonpudotus ilman laihduttamista, tai painonmuutos (esim. yli 5% painonmuutos kuukaudessa), tai ruokahalun väheneminen tai kasvu;

(4) unettomuus tai yliunisuus;

(5) psykomotorinen kiihtyneisyys tai hidastuneisuus (muiden havaittavissa oleva, ei pelkästään subjektiivinen tunne rauhattomuudesta tai hidastumisesta);

(6) väsymys tai energian puute;

(7) arvottomuuden tunne tai liiallinen tai aiheeton syyllisyyden tunne (joka voi olla harhaista) (ei vain itesyytöksiä tai syyllisyyttä sairaana olemisesta);

(8) vähentynyt kyky ajatella tai keskittyä, tai päättämättömyyttä;

(9) toistuvia ajatuksia kuolemasta (ei vain kuolemanpelkoa), toistuvia itsemurha-ajatuksia ilman tarkkaa suunnitelmaa, tai itsemurhayritys tai tarkka itsemurhasuunnitelma;

Huomautuksia:

(1) Älä ota mukaan oireita, jotka ovat selvästi lääketieteellisestä tilasta johtuvia, tai mielialasta riippumattomia harhoja tai hallusinaatioita.

(2) Kohtaa (9) lukuunottamatta, kaikkien oireiden tulisi esiintyä 'melkein joka päivä'.

(3) Luokituksissa (1), (2) ja (8) oireen esiintyminen voi perustua potilaan omaan lausuntoon tai muiden raportointiin havaintoihin.

C. Oireet aiheuttavat kliinisesti merkittävää vaivaa tai heikkenemistä sosiaalisella, ammatillisella, tai muilla tärkeillä toiminnan alueilla.

B., D. & E. Oireet eivät täytä sekamuotoisen (maaninen ja depressiivinen) episodin kriteerejä, eivät aiheudu suoraan aineiden (esim. huumeiden tai lääkkeiden) väärinkäytön fysiologisista vaikutuksista, tai lääketieteellisestä vaivasta, ja eivät selity paremmin suruprosessina. Diagnoosia 'major depressive disorder, single episode' ei pidä tehdä, jos episodi selittyy paremmin skitsofaktiivisena häirintänä, tai se esiintyy pääallekkain skitsofrenian, skitsofreenismuotoisen häirion, harhaisuushäirion tai spesifioimattoman psykoottisen häirion kanssa, tai jos potilas on kärsinyt maanisen episodin milloin tahansa elämänsä aikana. Kuten ICD-10:ssä, myös tässä suositellaan, että mahdollisesti esiintyvää poissulkeva kriteeri kirjataan, ja samoin jos mikä tahansa 'erityinen' (esim. katatooninen tai psykoottinen) piirre esiintyy.

ICD-10 PANIIKKIHÄIRIÖN (kohtauksittainen ahdistus) JA YLEISTYNEEN AHDISTUNEISUUSHÄIRIÖN (yleistyvä tuskaisuus) KRITERIIT

Kuten depressiokriteerit edellä, myös tämä on vain lyhennelmä, ja täysimittaisia versioita teoksessa ICD-10 Criteria for Research tulisi käyttää apuna.

A Toistuvia paniikkikohtauksia - odottamattomia, irrallisia intensiivisen pelon episodeja, jotka saavuttavat huippunsa muutamassa minuutissa, ja joihin liittyy ainakin 4 oiretta listalta B(i) - tai vähintään kuukauden* kestänyt huomattava jännitys, huoli tai pelon tunne, johon liittyy ainakin 4 oiretta listalta B (i) ja B (ii). Huomi! Erotukseksi esim. obsessiivis-kompulsiivisista häiriöistä, oireet eivät tässä liity/rajoitu erityistilanteisiin tai olosuhteisiin.

B (i) Sydämentykyty
Hikoilu
Vapina tai vävistikset
Suun kuivuminen
Hengistysvaikeudet
Tukehtumisen tunne
Rintakipu tai levoton vatsa
Pahoinvointi tai levoton olo
Depersonalisaatio tai derealisaatio (epätodellisuuden tunne itseä tai ympäröivää maailmaa kohtaan)
Kuolemanpelko
Kuumat aallot tai kylmänväristyksen
Tunnottomuus tai pistely

B (ii) Lihasjännitys tai säryt ja kivut
Levottomuus tai kyvyttömyys rentoutua
Jännittävyyden, hermostuneisuuden tai henkisen kireyden tuntemukset
Pala kurkussa tai nielemisvaikeuksia
Liiioiteutu hätkähysreaktio
Keskittymisvaikeudet, mieli tyhjenee ahdistuksesta johtuen
Jatkuva ärtyneisyys
Huolehtimisesta johtuva unettomuuden puhkeaminen

* ICD-10 vaatii 6 kuukautta kestävän oirehinnan, mutta raskauden yhteydessä, jossa ahdistuneisuus liittyy erityisesti tiettyyn vilkoissa laskettavaan tilaan, diagnoosin perusteena on sopivampaa käyttää lyhempää aikaväliä.
ICD-10:ssä on useita poissulkevia kriteerejä.

DSM-IV PANIIKKIHÄIRIÖKRITERIIT

Toistuvia paniikkikohtauksia, eli irrallisia intensiivisen pelon tai pahan olon jaksoja, joissa vähintään 4 seuraavista oireista kehittyi äkisti ja saavuttaa huippunsa 10 minuutissa:

Sydämentykyty
Hikoilu
Vapina tai vavahtelu
Hengenahdistusta tai tukahtumisen tunne
Tukehtumisen tunne
Rintakipu tai paha olo rinnassa
Pahoinvointi tai paha olo vatsassa
Huimautta, epävakausta, pyöräytystä tai hontelo olo
Depersonalisaatio tai derealisaatio
Pelko kontrollin menettämisestä tai 'hulluksi tulosta'
Kuolemanpelko
Pistely, kiheimöinti
Kylmänväristyksen tai kuumat allot

Vähintään yhtä näistä kohtauksista on seurannut vähintään yhden kuukauden kestänyt jatkuva huoli tai murehtiminen seurauksista (esim. sydänkohtaus, kontrollin menettäminen, hulluksi tuleminen) tai merkittävä kohtauksiin liittyvä käyttäytymisen muutos.

DSM-IV:ssa on useita poissulkevia kriteerejä.

DSM-IV YLEISTYNEEN AHDISTUKSEN KRITERIIT

Ylenmääräinen ahdistuneisuus ja huoli (pelokas odotus), jota esiintyy useimpina päivinä ainakin yhden kuukauden ajan*, ja jota potilaan on mielestään vaikea hallita.

Ainakin kolme seuraavista oireista:

Levottomuus tai jännittyneisyys tai hermostuneisuus
Väsyvyys helposti
Keskittymisvaikeuksia tai mieli menee tyhjäksi
Ärtyneisyys
Lihasjännitys
Unihäiriöt

Nämä oireet aiheuttavat kliinisesti merkittävää kärsimystä, tai heikkenemistä sosiaalisella, ammatillisella tai muilla tärkeillä toiminnan alueilla.

DSM-IV:ssa on useita poissulkevia kriteerejä.

* DSM-III vaatii 6 kuukautta kestävän oirehinnan ja sen, että ahdistuneisuuden tai huolen kohteena on "joukko tapahtumia tai toimintoja." Raskauden yhteydessä näyttäisi olevan sopivampaa laittaa kriteeriksi yksi kuukausi, ja hyväksyä kapea-alaisempi murehtimisen kohde.

Kriteeristö B liittyy torikauhun esiintymiseen.

ICD-10 TRAUMAPERÄISEN STRESSIREAKTION KRITTEERIT

- A. Henkilön on täytynyt altistua erityisen uhkaavalle tai katastrofaaliselle stressille.
- B. Täytyy olla jatkuva kokemus uudelleen elämistä läpikäynninäkävina takauamina, elävänä muistoina, uustuuvina unina tai silloin kun altistuu samanlaisille olosuhteille.
- C. Uutena oireena potilaan täytyy välttää olosuhteita, jotka liittyvät stressin aiheuttajaan.
- D. Täytyy esiintyä myös joko kvyvtrömyttä palauttaa mieleen stressin aiheuttajalle altistumisen osatekijöitä, tai ylikiihotuneisuutta (unettomuus, ärtyneisyys, keskittymisvaikeudet, ylivallpaus tai liioiteltu hätkähtämisreaktio).
- E. Oireiden puhkeaminen täytyy tapahtua 6 kuukauden kuluessa tapahtuneesta.

DSM-IV POSTTRAUMAATTISEN STRESSIHÄIRIÖN KRITTEERIT

- A. Potilaan on täytynyt altistua traumaattiselle tapahtumalle, johon on liittynyt kuoleman tai loukkaantumisen vaara, tai intensiivistä pelkoa, kauhua tai avuttomuutta.
- B. Tämä tapahtuma eletään jatkuvasti uudelleen toistuvina mielikuvina, unina, takauamina, tai voimakkaana tuskana joka aktivoituu traumaattista tapahtumaa symboloivista tai muistuttavista vihjeistä.
- C. Esiintyy jatkuva traumaan liittyvän aistikokemuksen välttelyä, mikä näkyy kolmena seuraavista oireista:

Trauman ajattelemisen tai siitä puhumisen välttely
Trauman liittyvien toimintojen, paikkojen tai ihmisten välttely
Kykymättömyys palauttaa mieleen trauman osatekijöitä
Vähentynyt yleinen kiinnostus merkittäviin toimintoihin
Etäntymisen ja vieraantumisen tunteet
Rajoittunut tunne-elämä
Tunne lyhentyneestä tulevaisuudesta

- D. Jatkuva ylikiihotuneisuus, mikä näkyy kahtena seuraavista oireista:

Unettomuus
Ärtyneisyys
Keskittymisvaikeudet
Ylivallpaus
Liioiteltu hätkähtämisreaktio

- E. Kesto vähintään 1 kuukausi.

- F. Häiriö aiheuttaa kliinisesti merkittävää kärsimystä tai heikkenemistä sosiaalisella, ammatillisella tai muilla tärkeillä toiminnan alueilla.

NS. OIREKORTIT

- (I) ESIINTYKÖ SINULLA JOSSAKIN VAIHEESSA RASKAUDEN AIKANA SEURAAVIA OIREITA?

Arviol asteikolla: 0 = ei lainkaan, 1 = vähän, 2 = kohtalaisesti, 3 = paljon, 4 = erittäin paljon

- | | | | | | | |
|--|----|---|----|------------------|----|------------------|
| 1. Masentunut mieliala ja/tai mielialan lasku | 0 | 1 | 2 | 3 | 4 | |
| 2. Mielenkiinnon tai mielihyvän menettäminen astioihin, jotka tavallisesti ovat miellyttäviä | 0 | 1 | 2 | 3 | 4 | |
| 3. Keskittymiskyvyn heikentyminen | 0 | 1 | 2 | 3 | 4 | |
| 4. Vähentynyt energia ja/tai lisääntynyt väsymisyys | 0 | 1 | 2 | 3 | 4 | |
| 5. Itseluotauksen tai itsetunnon lasku tai puute | 0 | 1 | 2 | 3 | 4 | |
| 6. Itsesyytöksiä tai iilailista ja aiheetonta syyllisyyttä sekä arvottomuuden tunteita | 0 | 1 | 2 | 3 | 4 | |
| 7. Toistuvia kuolema- tai itsemurha-ajatuksia tai itsemurhakäyttämistä | 0 | 1 | 2 | 3 | 4 | |
| 8. Vähentynyt kyky ajatella tai keskittyä, kuten päättämättömyyttä tai epärointia | 0 | 1 | 2 | 3 | 4 | |
| 9. Epätavallinen kihtyneisyys | 0 | 1 | 2 | 3 | 4 | |
| 10. Epätavallinen hidastuneisuus | 0 | 1 | 2 | 3 | 4 | |
| 11. Unettomuutta | 0 | 1 | 2 | 3 | 4 | |
| 12. Lisääntynyttä unen tarvetta | 0 | 1 | 2 | 3 | 4 | |
| 13. Nukahtamisvaikeuksia | 0 | 1 | 2 | 3 | 4 | |
| 14. Heräilyä | 0 | 1 | 2 | 3 | 4 | |
| 15. Muutos ruokahalussa: väheneminen ja sitä vastaava painonlasku | 0 | 1 | 2 | 3 | 4 | |
| 16. Muutos ruokahalussa: kasvu ja sitä vastaava painonnousu | 0 | 1 | 2 | 3 | 4 | |
| 17. Tunneaktion puuttuminen tilanteissa ja toiminnolissa, jotka tavallisesti herättävät tunteita | 0 | 1 | 2 | 3 | 4 | |
| 18. Seksuaalisen mielenkiinnon ja halukkuuden väheneminen | 0 | 1 | 2 | 3 | 4 | |
| 19. Masennus pahimmillaan aamuisin | 0 | 1 | 2 | 3 | 4 | |
| 20. Spontaani herääminen aamulla vähintään kaksi tuntia aikaisemmin kuin tavallisesti | 0 | 1 | 2 | 3 | 4 | |
| 21. Mielialasta johtuva toimintakyvyn lasku | 0 | 1 | 2 | 3 | 4 | |
| 22. Missä vaiheessa raskautta sinulla oli edellämainittuja oireita? | 1. | Alkuraskaudessa | 2. | Keskiraskaudessa | 3. | Loppuraskaudessa |
| merkitse numerot: _____ | | | | | | |
| 23. Esiintykö kyseisiä oireita yhtäjaksoisesti, vähintään 2 viikon ajan? 0. Ei | 1. | Kyllä | | | | |
| 24. Kuinka kauan näitä oireita kaikkiaan esiintyi raskauden aikana? _____kk, _____viikkoa. | | | | | | |
| 25. ESIINTYKÖ SINULLA JOSSAKIN VAIHEESSA RASKAUDEN AIKANA TOISTUVIA PANIIKKI-KOHTAUKSIA - ODOTTAMATTOMIA, INTENSIIVISEN, VOIMAKKAAN PELON EPISODEJA, JOTKA SAAVUTTIVAT HUIPPUNSA MUUTAMASSA MINUUTISSA? 0 = ei | 1. | kyllä | | | | |
| 26. Jos "kyllä", milloin? 1. Alkuraskaudessa 2. Keskiraskaudessa 3. Loppuraskaudessa | 4. | Yhdistelmä edellisistä, merkitse numerot: _____ | | | | |
| 27. ESIINTYKÖ SINULLA RASKAUDEN AIKANA VÄHINTÄÄN KUUUKAUDEN AJAN HUOMATTAVAA JÄNNITYSTÄ, HUOLTAA TAI PELON TUNNETTA? 0 = ei | 1. | kyllä | | | | |
| 28. Jos "kyllä", milloin? 1. Alkuraskaudessa 2. Keskiraskaudessa 3. Loppuraskaudessa | 4. | Yhdistelmä edellisistä, merkitse numerot: _____ | | | | |

(II) ESIINTYKÖ SINULLA JOSSAKIN VAIHEESSA RASKAUDEN AIKANA SEURAAVIA OIREITA?

Arvioi asteikolla: 0 = ei lainkaan, 1 = vähän, 2 = kohtalaisesti, 3 = paljon, 4 = erittäin paljon

- | | | | | | |
|--|---|---|---|---|---|
| 29. Sydämentykytys | 0 | 1 | 2 | 3 | 4 |
| 30. Hikoilu | 0 | 1 | 2 | 3 | 4 |
| 31. Vapina, vavahtelu tai vavistukset | 0 | 1 | 2 | 3 | 4 |
| 32. Suun kuivuminen | 0 | 1 | 2 | 3 | 4 |
| 33. Hengitysvaikeudet, hengenahdistus | 0 | 1 | 2 | 3 | 4 |
| 34. Tukehtumisen tunne | 0 | 1 | 2 | 3 | 4 |
| 35. Rintakipu tai epämiellyttävä olo rinnassa | 0 | 1 | 2 | 3 | 4 |
| 36. Pahoinvointi tai levoton vatsa | 0 | 1 | 2 | 3 | 4 |
| 37. Huimaus, epävakaus, pyörryttämien tai hontelo olo | 0 | 1 | 2 | 3 | 4 |
| 38. Epätodellinen olo itseä tai ympäröivää maailmaa kohtaan | 0 | 1 | 2 | 3 | 4 |
| 39. Pelko kontrollin menettämisestä, hulluksi tulemisesta tai pyörymisestä | 0 | 1 | 2 | 3 | 4 |
| 40. Kuolemanpelko | 0 | 1 | 2 | 3 | 4 |
| 41. Kuumat aallot tai kylmänväristykset | 0 | 1 | 2 | 3 | 4 |
| 42. Tunnottomuus tai pistely, kihelmöinti | 0 | 1 | 2 | 3 | 4 |
| 43. Lihasjännitys, säryt tai kivut | 0 | 1 | 2 | 3 | 4 |
| 44. Levottomuus tai kyvyttömyys rentoutua | 0 | 1 | 2 | 3 | 4 |
| 45. Jännittyneisyyden, hermostuneisuuden tai henkisen kireyden tuntemukset | 0 | 1 | 2 | 3 | 4 |
| 46. Helposti väsyminen | 0 | 1 | 2 | 3 | 4 |
| 47. Pala kurkussa tai nielemisvaikeudet | 0 | 1 | 2 | 3 | 4 |
| 48. Hätkäteleminen tai liioiteltu hätkähdyreaktio | 0 | 1 | 2 | 3 | 4 |
| 49. Keskittymisvaikeudet tai tunne, että mieli tyhjenee | 0 | 1 | 2 | 3 | 4 |
| 50. Jatkuva ärtyneisyys | 0 | 1 | 2 | 3 | 4 |
| 51. Huolehtimisesta johtuva unettomuus tai muut unihäiriöt | 0 | 1 | 2 | 3 | 4 |
| 52. Edellisistä oireista johtuva toimintakyvyn lasku | 0 | 1 | 2 | 3 | 4 |
| 53. Kuinka kauan näitä oireita kaikkiaan esiintyi raskauden aikana? _____kk, _____viikkoa. | 0 | 1 | 2 | 3 | 4 |

(III) ONKO SINULLA ESIINTYNYT SYNNYTYKSEN JÄLKEEN SEURAAVIA OIREITA?

Arvioi asteikolla: 0 = ei lainkaan, 1 = vähän, 2 = kohtalaisesti, 3 = paljon, 4 = erittäin paljon

- | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|
| 54. Läpitunkevia synnytykseen liittyviä takaukia, eläviä synnytysmuistoja ja -unia | 0 | 1 | 2 | 3 | 4 |
| 55. Synnytyksen ajattelun ja siitä puhumisen välttely | 0 | 1 | 2 | 3 | 4 |
| 56. Synnytykseen liittyvien toimintojen, ihmisten ja paikkojen välttely | 0 | 1 | 2 | 3 | 4 |
| 57. Synnytykseen liittyvien tekijöiden aktiivoina ahdistus | 0 | 1 | 2 | 3 | 4 |
| 58. Kykenemättömyys palauttaa mieleen synnytyksen osatekijöitä | 0 | 1 | 2 | 3 | 4 |
| 59. Vähentynyt yleinen kiinnostuneisuus itselle merkittäviin asioihin ja toimintoihin | 0 | 1 | 2 | 3 | 4 |
| 60. Tunne etääntymisestä tai vieraantumisesta | 0 | 1 | 2 | 3 | 4 |
| 61. Tunne-elämän rajoittuneisuus | 0 | 1 | 2 | 3 | 4 |
| 62. Tunne siitä, että elämä loppuu pian, että tulevaisuus on lyhentynyt | 0 | 1 | 2 | 3 | 4 |
| 63. Unettomuus | 0 | 1 | 2 | 3 | 4 |
| 64. Ärtynisyys | 0 | 1 | 2 | 3 | 4 |
| 65. Keskittymisvaikeudet | 0 | 1 | 2 | 3 | 4 |
| 66. Ylivalppaus | 0 | 1 | 2 | 3 | 4 |
| 67. Hätkähtely tai liioiteltu hätkähtämisreaktio | 0 | 1 | 2 | 3 | 4 |
| 68. Edellisistä oireista johtuva toimintakyvyn lasku | 0 | 1 | 2 | 3 | 4 |
| 69. Kuinka kauan edellä kuvattuja oireita on esiintynyt synnytyksen jälkeen?
1. alle kuukauden ajan
2. yli kuukauden ajan | 0 | 1 | 2 | 3 | 4 |

(IV) ONKO SINULLA ESIINTYNYT JOSSAKIN VAIHEESSA SYNNTYKSEN JÄLKEEN SEURAAVIA OIREITA?

Arvioi asteikolla: 0 = ei lainkaan, 1 = vähän, 2 = kohtalaisesti, 3 = paljon, 4 = erittäin paljon

70. Masentunut mieliala ja/tai mielialan lasku 0 1 2 3 4
71. Mielenkiinnon tai mielihyvän menettäminen asioihin, jotka tavallisesti ovat miellyttäviä 0 1 2 3 4
72. Keskittymiskyvyn heikentyminen 0 1 2 3 4
73. Vähentynyt energia jalka lisääntynyt väsymisyys 0 1 2 3 4
74. Itseluottamuksen tai itsetunnon lasku tai puute 0 1 2 3 4
75. Itsesyytöksiä tai liiallista ja aiheetonta syyllisyyttä sekä arvottomuuden tunteita 0 1 2 3 4
76. Toistuvia kuolema- tai itsemurha-ajatuksia tai itsemurhärkähtäytymistä 0 1 2 3 4
77. Vähentynyt kyky ajatella tai keskittyä, kuten päättämättömyyttä tai epärointia 0 1 2 3 4
78. Epätavallinen kiiltynisyys 0 1 2 3 4
79. Epätavallinen hidastuneisuus 0 1 2 3 4
80. Unettomuutta 0 1 2 3 4
81. Lisääntynyttä unen tarvetta 0 1 2 3 4
82. Nukahtamisvaikeuksia 0 1 2 3 4
83. Heräilyä 0 1 2 3 4

84. Muutos ruokahalussa: väheneminen ja sitä vastaava painonlasku 0 1 2 3 4
85. Muutos ruokahalussa: kasvu ja sitä vastaava painonnousu 0 1 2 3 4
86. Tunnereaktion puuttuminen tilanteissa ja toiminnossa, jotka tavallisesti herättävät tunteita 0 1 2 3 4
87. Seksuaalisen mielenkiinnon ja halukkuuden väheneminen 0 1 2 3 4
88. Masennus pahimmillaan aamuisin 0 1 2 3 4
89. Spontaani herääminen aamulla vähintään kaksi tuntia aikaisemmin kuin tavallisesti 0 1 2 3 4
90. Mielialasta johtuva toimintakyvyn lasku 0 1 2 3 4

91. Mistä lähtien sinulla on ollut näitä oireita synnytyksen jälkeen? ____viikon kuluttua synnytyksestä.

92. Onko kyseisiä oireita esiintynyt yhtäjaksoisesti, vähintään 2 viikon ajan? 0. Ei 1. Kyllä

93. Kuinka kauan näitä oireita on kaikkiaan esiintynyt synnytyksen jälkeen? ____kk, ____viikkoa.

94. ONKO SINULLA ESIINTYNYT JOSSAKIN VAIHEESSA SYNNTYKSEN JÄLKEEN TOISTUVIA

PANIIKKIKOHTAUKSIA - ODOTTAMATTOMIA, INTENSIIVISEN, VOIMAKKAAN PELON EPISODEJA, JOTKA SAAVUTTAVAT HUIPPUNSA MUUTAMASSA MINUUTISSA? 0. Ei 1. Kyllä

95. ONKO SINULLA ESIINTYNYT SYNNTYKSEN JÄLKEEN VÄHINTÄÄN KUUKAUDEN AJAN HUOMATTAVAA

JÄNNITYSTÄ, HUOLTA TAI PELON TUNNETTA? 0. Ei 2. Kyllä

(V) ONKO SINULLA ESIINTYNYT JOSSAKIN VAIHEESSA SYNNTYKSEN JÄLKEEN SEURAAVIA OIREITA?

0 = ei lainkaan, 1 = vähän, 2 = kohtalaisesti, 3 = paljon, 4 = erittäin paljon

96. Sydämentykytyys 0 1 2 3 4
97. Hikoilu 0 1 2 3 4
98. Vapina, vavahtelu tai vavistukset 0 1 2 3 4
99. Suun kuivuminen 0 1 2 3 4
100. Hengitysvaikeudet, hengenhahdistus 0 1 2 3 4
101. Tukehtumisen tunne 0 1 2 3 4
102. Rintakipu tai epämiellyttävä olo rinnassa 0 1 2 3 4
103. Pahoinvointi tai levoton vatsa 0 1 2 3 4
104. Huimaus, epävakaus, pyöräytyminen tai hontelo olo 0 1 2 3 4
105. Epätodellinen olo itseä tai ympäröivää maailmaa kohtaan 0 1 2 3 4
106. Pelko kontrollin menettämisestä, hulluksi tulemisesta tai pyörtymisestä 0 1 2 3 4
107. Kuolemanpelko 0 1 2 3 4
108. Kuumat aallot tai kylmänväritykset 0 1 2 3 4
109. Tunnottomuus tai pistely, kihelmöinti 0 1 2 3 4
110. Lihasjännitys, särky tai kivut 0 1 2 3 4
111. Levottomuus tai kyvyttömyys rentoutua 0 1 2 3 4
112. Jännittyneisyyden, hermostuneisuuden tai henkisen kireyden tunteukset 0 1 2 3 4
113. Helposti väsyminen 0 1 2 3 4
114. Pala kurkussa tai nielemisvaikeudet 0 1 2 3 4
115. Hätkähteleminen tai liioiteltu hätkähäysreaktio 0 1 2 3 4
116. Keskittymisvaikeudet tai tunne, että mieli tyhjenee 0 1 2 3 4
117. Jatkuva ärtyneisyys 0 1 2 3 4
118. Huolehtimisesta johtuva unettomuus tai muut unihäiriöt 0 1 2 3 4

119. Edellisistä oireista johtuva toimintakyvyn lasku 0 1 2 3 4

120. Mistä lähtien näitä oireita on ollut synnytyksen jälkeen? ____viikon kuluttua synnytyksestä.

121. Kuinka kauan näitä oireita on kaikkiaan esiintynyt synnytyksen jälkeen? ____kk, ____viikkoa.