

FORORD

At få et barn er en af de mest lykkelige og skelsættende begivenheder i menneskers liv. Tilværelsen ændrer sig, familiemønstret og livsperspektivet ændres. Men trods alt det gode, der ligger i at få sit eget barn, er der relativt mange unge mødre (og også fædre), der efter fødslen pludselig overvældes af tvivl og usikkerhed, af depression eller andre psykiske reaktioner. Man skulle være så lykkelig, men så er det alligevel skidt.

Vi ved, at dette problem optager mange kommende forældre. Under graviditeten og efter. Og mange efterspørger solid information om symptomer, årsager, behandling. Hvad er det, der sker? Hvorfor? Hvad kan man gøre? Psykologisk og – om nødvendigt – medicinsk.

Men vi ved også, at mange ikke får talt om det. Mange har fx stadig berøringsangst over for psykisk sygdom, og nogle kan til og med være bange for at få barnet tvangsfjernet, hvis det kommer frem, hvor dårligt de har det.

På den baggrund er vi i PsykiatriFonden glade for at udgive denne nye bog om fødselsdepressioner. Skrevet af en psykolog og en psykiater, der begge gennem en årrække har stået for behandlingen af kvinder (og mænd) med psykiske reaktioner i forbindelse med graviditet og fødsel.

Bogen henvender sig først og fremmest til de unge familier, der står med usikkerheden og måske med en regulær depression. Viden er og bliver det første skridt til helbredelse.

Men bogen henvender sig også i høj grad til de professionelle, til jordemødre, sundhedsplejersker, sygeplejersker, fødselslæger, praktiserende læger og psykiatere. Trods megen erfaring er det ikke altid let at genkende de tidli-

ge tegn på fødselsdepression, ligesom det ikke er let at yde den optimale rådgivning og behandling. En henvisning til denne bog kan være en afgørende hjælp på vejen.

Det er mit håb, at denne bog på en eller anden måde vil nå frem til de ca. 5.000 danske kvinder, der hvert år udvikler en fødselsdepression. Og til de endnu flere, der føler sig usikre under graviditeten, dem, der måske har depression i familien eller får depressionsmedicin.

Jo mere man ved, jo bedre kan man forebygge – og få del i den glæde, det er at blive mor og far.

November 2007

Jes Gerlach

Formand for PsykiatriFonden