



Oslo, 4. oktober 2023

Innspill til Stortingsmelding 23 Opptrappingsplan for psykisk helse (2023-2033).

Den norske jordmorforening takker for muligheten til å komme med innspill.

Stortingsmeldingen innleder med å påpeke viktigheten av god psykisk helse og trekker videre frem at det trengs en sterkere innsats for å forebygge psykiske plager og lidelse. Vi støtter dette, og det er positivt at helsefremmende og forebyggende psykisk helsearbeid og gode og tilgjengelige tjenester der folk bor, har en fremtredende plass i meldingen.

Ivaretagelse av psykisk helse er en integrert del av omsorgen for gravide og nybakte mødre (1,2). God psykisk helse hos mor er viktig for å sikre at mor og barn har en sunn graviditet og fødsel. Det har også ha langsiktige fordeler for familiens trivsel og barnets utvikling. Jordmødre bidrar til å forebygge psykisk uhelse hos gravide kvinner og nybakte mødre gjennom forskjellige tiltak:

- Bidrar til å identifisere risikofaktorer for psykiske helseproblemer tidlig i svangerskapet eller etter fødselen.
- Gir råd og støtte til gravide og nybakte mødre for å hjelpe dem med å håndtere følelsesmessige utfordringer, stress og angst som kan oppstå i forbindelse med graviditet og fødsel.
- Inkluderer psykisk helse som en del av fødselsforberedelseskurs og setter fokus på de følelsesmessige aspektene ved fødsel og overgangen til morskap.
- Tidlig koble inn andre aktuelle som fastlege eller andre.

Melding anerkjenner familiens betydning for den psykiske helsen og nevner viktigheten av de første 1000 dager i barnet liv. Oppfølging etter fødsel nevnes spesielt, som for eksempel på side 45: «En god oppfølging etter fødsel kan bidra til å forebygge fødselsdepresjon og bidra til å avdekke behov for hjelp på et tidlig tidspunkt». Her savner vi en anerkjennelse og et søkelys på oppfølging før fødsel og hvilken innvirkning selve fødselsopplevelsen kan ha på lang sikt (3). Betydningen av å bli ivaretatt på en helhetlig måte i svangerskap, fødsel og barseltiden kunne fått mer fokus. Helhetlig omsorg og støtte utover den medisinske tryggheten er i tillegg noe kvinner ønsker seg (4). Det kan ha positiv effekt på psykisk helse. Her kan jordmor ha en nøkkelrolle (5).

Vårt innspill er at betydningen av god oppfølging før fødsel og betydningen av en positiv fødselsopplevelse tydeliggjøres mer og det er på høy tid at behovet for omsorg og ivaretagelse av den psykiske helsen ivaretas med tilstrekkelige ressurser. Dette innebærer god nok jordmordekning i primærhelsetjeneste og på sykehus for å sikre jordmorfaglig

forsvarlig tjeneste i hele landet. Når det i meldingen står at regjeringen vil. «Styrke helsestasjons- og skolehelsetjenesten, både faglig og økonomisk», s. 39– dette bør presiserer at dette også gjelder svangerskapsomsorgen og de bør inkludere fødselsomsorgen.

Mange kommuner har små stillinger for jordmor og det er ikke alltid et godt tilbud der familiene bor, så et eksempel på tiltak kan være å øke stillingsprosent og fylle jordmorstillinger med tilstrekkelig følgetjeneste og andre oppgaver innen kvinnehelse, inkludert forebyggende psykisk helsearbeid. Dette vil gi økt mulighet for å gi gode tjenester der folk bor.

Referanser:

1. Helsedirektoratet: Nasjonal faglig retningslinje for svangerskapsomsorgen Tilgjengelig fra [Svangerskapsomsorgen - Helsedirektoratet](#).
2. Helsedirektoratet: Nasjonal faglig retningslinje for barselomsorgen. Tilgjengelig fra [Nytt liv og trygg barseltid for familien – Nasjonal faglig retningslinje \(fullversjon\).pdf \(helsedirektoratet.no\)](#) [Nytt liv og trygg barseltid for familien – Nasjonal faglig retningslinje \(fullversjon\).pdf \(helsedirektoratet.no\)](#)
3. [Leinweber, J. et al.](#) Developing a woman-centered, inclusive definition of positive childbirth experiences: A discussion paper. Birth 2023
4. [Vedeler, C et al.](#) What women emphasise as important aspects of care in childbirth – an online survey. BJOG. (2021 <https://hdl.handle.net/11250/2831831>)
5. Cibralic et al, The impact of midwifery continuity of care on maternal mental health: A narrative systematic review, Midwifery, Volume 116, 2023.