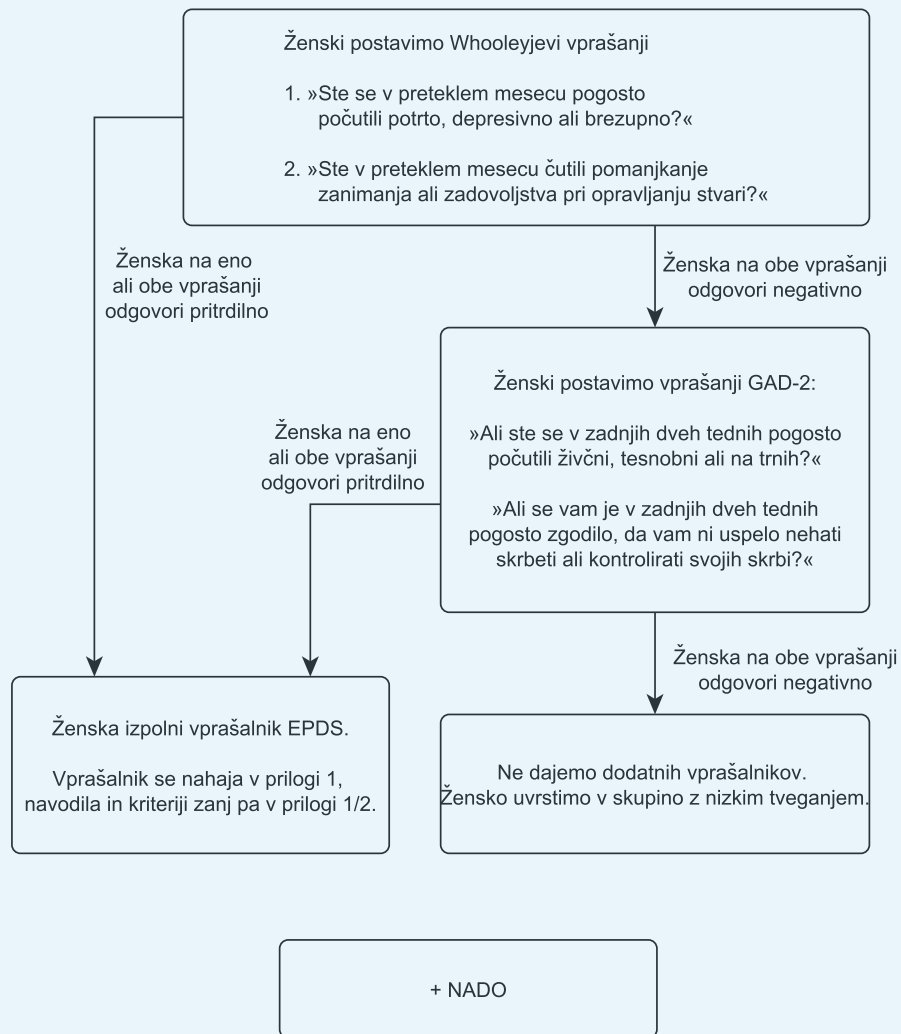


Prepoznavanje ranljivih skupin nosečnic in mater (PODN)

Prvi pregled (8.–12. teden)



Pregled v 24. in 32. tednu nosečnosti in prvi pregled po porodu

EPDS

WAST

Spletna stran projekta: www.podn.si



Edinburška lestvica poporodne depresije

1. Uspe mi, da se nasmejim in vidim smešno plat stvari.

0. Tako kot mi je to vedno uspelo.
1. Manj kot prej.
2. Veliko manj kot prej.
3. Sploh ne.

2. Veselim se stvari.

0. Tako kot sem se vedno.
1. Manj kot prej.
2. Precej manj kot prej.
3. Skoraj ne.

3. Po nepotrebnem se obremenjujem, kadar gredo stvari narobe.

3. Večino časa.
2. Nekaj časa.
1. Redko.
0. Nikoli.

4. Brez pravega razloga sem tesnobna in zaskrbljena.

0. Sploh ne.
1. Komaj kdaj.
2. Včasih.
3. Zelo pogosto.

5. Brez pravega razloga se počutim prestrašeno ali panično.

3. Pogosto.
2. Včasih.
1. Redko.
0. Sploh ne.

6. Stvari se mi nakopičijo.*

3. Večino časa jih ne zmorem obvladovati.
2. Včasih jih ne obvladam tako kot prej.
1. Večino časa jih obvladujem precej dobro.
0. Obvladujem jih tako dobro kot vedno.

7. Bila sem tako nesrečna, da sem slabo spala.*

3. Večino časa.
2. Včasih.
1. Redko.
0. Sploh ne.

8. Počutila sem se žalostno ali nesrečno.

3. Večino časa.
2. Precej pogosto.
1. Redko.
0. Sploh ne.

9. Bila sem tako nesrečna, da sem jokala.

3. Večino časa.
2. Precej pogosto.
1. Občasno.
0. Nikoli.

10. Pomislila sem, da bi si kaj naredila.

3. Precej pogosto.
2. Včasih.
1. Skoraj nikoli.
0. Nikoli.

Točkovanje

0–9 točk (majhna verjetnost za depresijo)

Ukrepanje ni potrebno.

10–12 točk (višja verjetnost za depresijo)

Poglobljen pogovor z žensko.

13 točk ali več (visoka verjetnost za depresijo)

Žensko usmerimo k za to usposobljenemu strokovnjaku.

Vprašalnik za preverjanje nasilja (WAST)

1. Kako bi na splošno opisali vaš partnerski odnos? 3. Zelo napet. 2. Nekoliko napet. 1. Brez napetosti .	5. Se kdaj počutite prestrašeni zaradi besed ali dejanj vašega partnerja? 3. Pogosto. 2. Včasih. 1. Nikoli.
2. Kako s partnerjem rešujeta prepire: 3. Zelo težko . 2. Nekoliko težko. 1. Brez težav.	6. Vas je partner kdaj fizično zlorabil? 3. Pogosto. 2. Včasih. 1. Nikoli.
3. Ali ste po prepirih kdaj potrti oziroma se počutite slabo? 3. Pogosto. 2. Včasih. 1. Nikoli.	7. Vas je partner kdaj čustveno zlorabil? 3. Pogosto. 2. Včasih. 1. Nikoli.
4. Ali prepiri kdaj privedejo do udarcev, brcanja ali prerivanja? 3. Pogosto. 2. Včasih. 1. Nikoli.	8. Vas je partner kdaj spolno zlorabil? 3. Pogosto. 2. Včasih. 1. Nikoli.

Točkovanje:

0–12 točk: nizka verjetnost za prisotnost nasilja v partnerskem odnosu.

Ukrepanje ni potrebno.

13–24 točk: visoka verjetnost za prisotnost nasilja v partnerskem odnosu.

Potrebni so takojšnji ukrepi.

Pomembno je, da se ženska opolnomoči in se ji predstavijo možnosti, ki jih ima (prijava nasilja, materinski dom, varna hiša), ter da jo napotimo k ustreznim strokovnjakom.

Program "Pomoč za ranljive skupine nosečnic in mater - PODN" je pod okriljem Združenja za perinatalno medicino - SZD, sofinanciran program varovanja in krepitev zdravja za leto 2017, 2018 in 2019 Ministrstva za zdravje Republike Slovenije in Ginekološke klinike Univerzitetnega kliničnega centra Ljubljana, s sodelovanjem Slovenskega društva za psihosomatiko v ginekologiji in porodništvu.

Vprašalnik NADO

Kajenje

- Koliko cigaret ste pokadili na dan v zadnjem mesecu, preden ste izvedeli, da ste noseči? (št./dan)

kajenje DA = 1; NE = 0

Droge

- Ali ste kdaj kadili marihuano? – DA = 1 NE = 0

Alkohol

- Koliko piva/vina/žganih pijač ste popili na običajen dan, ko ste uživali alkohol, v zadnjih 3 mesecih, preden ste izvedeli, da ste noseči? 3 ali več meric = 1, manj = 0

Nasilje

- Se doma počutite varno? NE = 1 DA = 0
- Vas je kdaj kdo doma poškodoval? DA = 1 NE = 0

Če je vsota zgornjih vprašanj 0 točk, potem dodatna vprašanja niso potrebna. V nasprotnem primeru pa vprašamo še:

- Ima vaš partner težave z alkoholom ali drogami? DA = 1 NE = 0
- Koliko piva/vina/žganih pijač ste popili zadnjih 3 tednih? Vsaka količina = 1 NE = 0
- Ali ste v zadnjih 3 tednih uživali kokain, heroin, amfetamine, druge droge? – DA = 1 NE = 0
- Ste kdaj razmišljali sami ali vam je kdo svetoval, da bi morali zmanjšati uporabo alkohola, drog? – DA = 1 NE = 0

Točkovanje:

0 točk: nizka verjetnost za prisotnost nasilja v partnerskem odnosu in odvisnosti od alkohola, drog.

1 točka ali več: visoka verjetnost za prisotnost nasilja v partnerskem odnosu, odvisnosti od alkohola, drog. Pomembno je, da se ženska opolnomoči in se ji predstavijo možnosti, ki jih ima (prijava nasilja, materinski dom, varna hiša), potrebni so nadaljnje raziskovanje odnosa do alkohola in ustrezna motivacija ter napotitev naprej k za to usposobljenim strokovnjakom.