



اطلاع رسانی در باره
گفتگوهای فردی با تازه
والدین



همه ملاقات‌ها در درمانگاه کودکان (BVC) برای کودک و والدین او است.
ضمناً به هریک از والدین یک جلسه‌ی گفتگوی فردی نیز ارائه می‌شود.

گفتگوی فردی برای افرادی است که صاحب فرزند شده است.

تغییرات احساسی و عاطفی ممکن است بوجود بیایند که دانستن آنها خوب است. دو عارضه احساسی و عاطفی غم "blues" و اندوه است که ممکن است به افسردگی تبدیل شوند.

غم "blues" چیست؟

م‌می‌دانیم که حدوداً نیمی از همهٔ زنانی که فرزند ب‌دنی‌آورده‌اند یک دور احساس غم و اندوه می‌گذرانند احساسات عواطف شدید و ضعیف می‌شوند که امری کاملاً عادی است و معمولاً فقط چند روز طول می‌کشد.

غمگینی پس از زایمان چیست؟

برای برخی از افراد اوایل دور غم و اندوه بر طرف نمی‌شود که می‌تواند باعث شود فریب یک‌چند مور از علائم زیر در ادام‌احساس کند.

- دشواری در احساس شادی
- دشواری در انجام امور روزمره زندگی
- احساس گناه
- احساس بی‌ارزشی
- احساس خستگی کمبود انرژی
- دچار شدن به مشکل خواب

غمگینی پس از زایمان چگونه تشخیص داده می‌شود؟

ممکن است خود شما، شریک زندگی‌تان یا فرد دیگری از نزدیکان شما اول متوجه تغییرات حال روحی شما بشود. از آنجا که احساس غمگینی پس از زایمان عادی است، به همه افرادی که فرزند به دنیا آورده‌اند وقتی سن کودک ۶ تا ۸ هفته است یک گفتگوی فردی با پرستار بهداشت و تندرستی (BHV-sjuksköterskan) در درمانگاه کودکان ارائه می‌شود. بخشی از این گفتگو صرف تکمیل یک پرسشنامه در مورد حال روحی فرد می‌شود. هدف آنست که حال روحی فرد و نیاز او به حمایت مورد توجه قرار بگیرد چرا که ما می‌دانیم که اگر اینگونه افراد زودتر برای بهبود حال روحی خود کمک دریافت کنند، حال‌شان سریع‌تر بهتر می‌شود. در آن بخش از این ملاقات که به کودک مربوط می‌شود، هر دوی والدین می‌توانند شرکت کنند.

گفتگوی فردی با کسی که کودک را به دنیا نیاورده است

به آن یکی از والدین که کودک را زایمان نکرده است نیز یک گفتگوی فردی با پرستار درمانگاه کودکان در درمانگاه کودکان، وقتی کودک بین ۳ تا ۵ ماهگی است، ارائه می‌شود. هدف از برگزاری این گفتگو ایجاد امکان فکر کردن پیرامون ایفای نقش والدینی، کودک و وضعیت خود، و همچنین توجه کردن به نیاز برای کمک و حمایت است. در آن بخش از این ملاقات که به کودک مربوط می‌شود، هر دوی والدین می‌توانند شرکت کنند.

صحبت کردن با یک نفر در باره‌ی حال و وضعیت خود می‌تواند کمک کند. پرستار درمانگاه کودکان می‌تواند گفتگوی حمایتی برگزار کند و در صورت نیاز برای پیگیری برنامه ریزی کند.

در صورت نیاز پرستار درمانگاه کودکان می‌تواند کمک و حمایت دیگری نیز ارائه کند.



ندوین منن نوسط واحد مرکزی نندرسنی کودکان ۲۳-۰۳-۲۰۲۶
برای کسب اطلاعات بیشتر و مشخصات تماس: ۰۱۹-۶۰۲۱۰۰۰
barnhalsovarden@regionorebrolan.se