Iceland
Liechtenstein
Norway grants

frse
Fundacja Rozwoju Systemu Edukacji

Poznan University of Medical Sciences
Poland

Project "Increasing the knowledge and competence of obstetrics students in the field of mental health and mental disorders in the perinatal period. Midwives for Mental Health" benefits from funding worth EUR 219,704 received from Iceland, Liechtenstein and Norway under the EEA funds (nr EOG/19/K4/W/0025). The aim of the project is to develop a curriculum for obstetrics students in the area of mental health disorders in the perinatal period.

The value of the co-financing – € 219,704
Project start date – June 1st, 2021
Project completion date – May 31st, 2023
The total duration of the project – 24 months
Partner - Miðstöð foreldra og barna (Parents and Children's Center in Reykjavik), Iceland

Working together for a green, competitive and inclusive Europe

ÁÆTLUN námskeiðsins „Geðheilsa og geðraskanir í kringum fæðingu” – nýstárlegt námskeið fyrir verðandi heilbrigðisstarfsmenn.
Áætlun námskeiðsins var sett saman af starfsmönnum Læknaháskóla K. Marcinkowski í Poznan á vegum verkefnis sem fjármagnað var úr EES sjóðum (EES/19/K4/W/00025) ***Að auka þekkingu og færni nema í ljósmóðurfræði á sviði geðheilbrigðis og geðraskana í kringum fæðingu.***
„Ljósmæður fyrir geðheilbrigði”, í samvinnu við samstarfsaðila verkefnisins **– MIÐSTÖÐ FORELDRA OG BARNA í Reykjavík**

	Bóklegur grunnur og inngangur að þunglyndi á meðgöngu og kringum fæðingu			
1	Námskeið hefst, inngangur	30 mín	Byrjun á námskeiði – kynning leiðbeinenda, erlendra gesta; markmið, reglur, framvinda námskeiðs, gestir, spurningar, nemendur fylla út spurningalista.	**8.00-8.30**
2	Umfjöllun um tilgang þess að meta andlegt ástand þungaðra kvenna og kvenna í sængurlegu	15 mín	Undirstrikun á því að þunglyndi sé sjúkdómur, alvöru þjáning, áhrif þunglyndis á alla fjölskylduna, þroska barnsins, hætta á sjálfsvígi/barnsdrápi	**8.30-8.45**
3	Umfjöllun um aðrar raskanir sem geta komið fram á tímabilinu kringum fæðingu og aðrar raskanir sem geta komið fram fyrir meðgöngu/fæðingu eða verið undirliggjandi	15 mín	Áfallastreituröskun, fæðingarhræðsla, fæðingarsturlun og langvinnir sjúkdómar – geðhvarfasýki, þunglyndi fyrir meðgöngu, kvíðaraskanir, átraskanir og ofangreindir samkvæmt viðtali í fyrri meðgöngu / eftir síðustu fæðingu	**8.45-9.00**
4	Greining á hættu á þunglyndi hjá barnsföður	15 mín	Að greina þunglyndi hjá feðrum og hjálpa þeim	**9.00-9.15**
	HLÉ	**15 mín**	**9.15-9.30**	
5	Útbreiðsla sængurkvennagráts og að greina hann frá þunglyndi	15 mín	Meðferð sjúklings sem finnur fyrir skammvinnum, vægum skapsveiflum	**9.30-9.45**
6	Lagalegur grundvöllur	15 mín	Kynning á gildandi lagaramma varðandi geðvernd í kringum fæðingu	**9.45-10.00**

7	Verkfæri og kvarðar	15 mín	Bent á mikilvægi þess að nota verkfæri útbúið fyrir þennan hóp sjúklinga / stutt um nauðsyn á því að nota aðeins aðra kvarða (þreyta, svefntruflanir, átraskanir geta verið hluti af því að hafa nýlega eignast barn eða upplifað fæðingu og þurfa ekki að vera merki um lyndisraskanir)	**10.00-10.15**
8	ANRQ kvarði	15 mín	Kynning og umfjöllun á íslenskri útgáfu af ANRQ kvarðanum	**10.15-10.30**
	HLÉ	**15 mín**	**10.30-10.45**	
9	Verkfæri notuð til að meta andlegt ástand kvenna á meðgöngu og eftir fæðingu	45 mín	Kynning á 2-3 nytsamlegum verkfærum til að meta andlegt ástand kvenna sem eru þungaðar / í sængurlegu með umfjöllun um einstakar spurningar, útgáfa fyrir heilbrigðisstarfsmenn með stigakerfi, viðmiðunargildi (og taka fram að ekki er sama sem merki milli þess að fá stig fyrir ofan viðmiðunargildi og að setja fram greiningu), æfingar í að fylla út kvarðann, kynna sér heimildir sem hægt er að nýta þegar þörf er á kvarðanum, að skjalfesta fengna niðurstöðu	**10.45-11.30**
10	KYNNING FYRIR KENNSLUSTUND Í HERMISETRI	15 mín	Reglur varðandi vinnu með staðlaðan sjúkling Reglur í kennslustund sem fer fram í læknisfræðilegu hermisetri	**11.30-11.45**
	HLÉ	**15 mín**	**11.45-12.00**	
11	**Handrit 1. lota**			**12.00-14.00**
	Handrit 1. Fæðingarþunglyndi	40 mín	Handrit 1. Fæðingarþunglyndi	**12.00-13.00**
	Handrit 2. Þunglyndi á meðgöngu	40 mín	Handrit 2. Þunglyndi á meðgöngu	**13.00-14.00**
	MATARHLÉ	**45 mín**	**14.00-14.45**	
12	**Handrit 2. lota**			**14.45-16.45**

	Handrit 3. Fæðingarhræðsla, áfallastreituröskun, þunglyndi	40 mín	Handrit 4. Stigmögnun einkenna áráttu- og þráhyggjuröskunar snemma eftir meðgöngu	**14.45-15.45**
	Handrit 4. Stigmögnun einkenna áráttu- og þráhyggjuröskunar snemma eftir meðgöngu	40 mín	Handrit 3. Fæðingarhræðsla, áfallastreituröskun, þunglyndi	**15.45-16.45**
	HLÉ	**15 mín**	**16.45-17.00**	
13	Umræða	45 mín	Umræða um mögulega meðferð eftir því hvar samskipti við sjúkling fara fram – heilsugæsla, fæðingardeild, heimili	**17.00-17.10**
			Umræða um meðferð sjúklings ef niðurstöður benda til mikillar hættu á þróun lyndisraskana (sálfræðingur/geðlæknir, tilvísun til læknis, lyfjameðferð / sálræn meðferð, nauðsyn á vistun á geðdeild / göngudeild)	**17.10-17.45**
			Umræða um verklag í tilfelli sjúklings sem er án vafa með raskanir (einkenni mikils þunglyndis, geðrof, kvíðakast)	
	HLÉ	**15 mín**	**17.45-18.00**	
14	Umræða	45 mín	Umræða um verklag ef ekki er hægt að að veita staðbundna aðstoð heldur þarf að veita ráðgjöf gegnum fjarfund	**18.00-18.10**
			Umfjöllun um meðferð/stuðningsaðferðir – sálfræn meðferð (tegundir – í hnotskurn), lyfjameðferð – á meðgöngu og við brjóstagjöf	**18.10-18.25**
			Hvað hjálpar ekki – hvaða fullyrðingar og ráð skal forðast	
			Lagaleg atriði – má tilkynna fjölskyldu sjúklings um mikla hættu á þróun raskana eða greiningu (ef hún hefur leynt því) ef hún vill þess ekki? Fæðingarhræðsla sem ofnotuð greining? Stofnanir sem annast umsjón með móður og barni í tilfelli alvarlegra geðraskana á tímabilinu í kringum fæðingu.	**18.25-18.35**

			Hvaða verndaraðgerðir get ég nýtt sem ljósmóðir til að koma í veg fyrir kulnun, vanlíðan og þunglyndi? Hvar get ég leitað aðstoðar fyrir sjálfa mig?	**18.35-18.45**
15	**Samantekt**		**Mat á námskeiði (spurningalisti), kveðjustund**	**18.45-19.15**