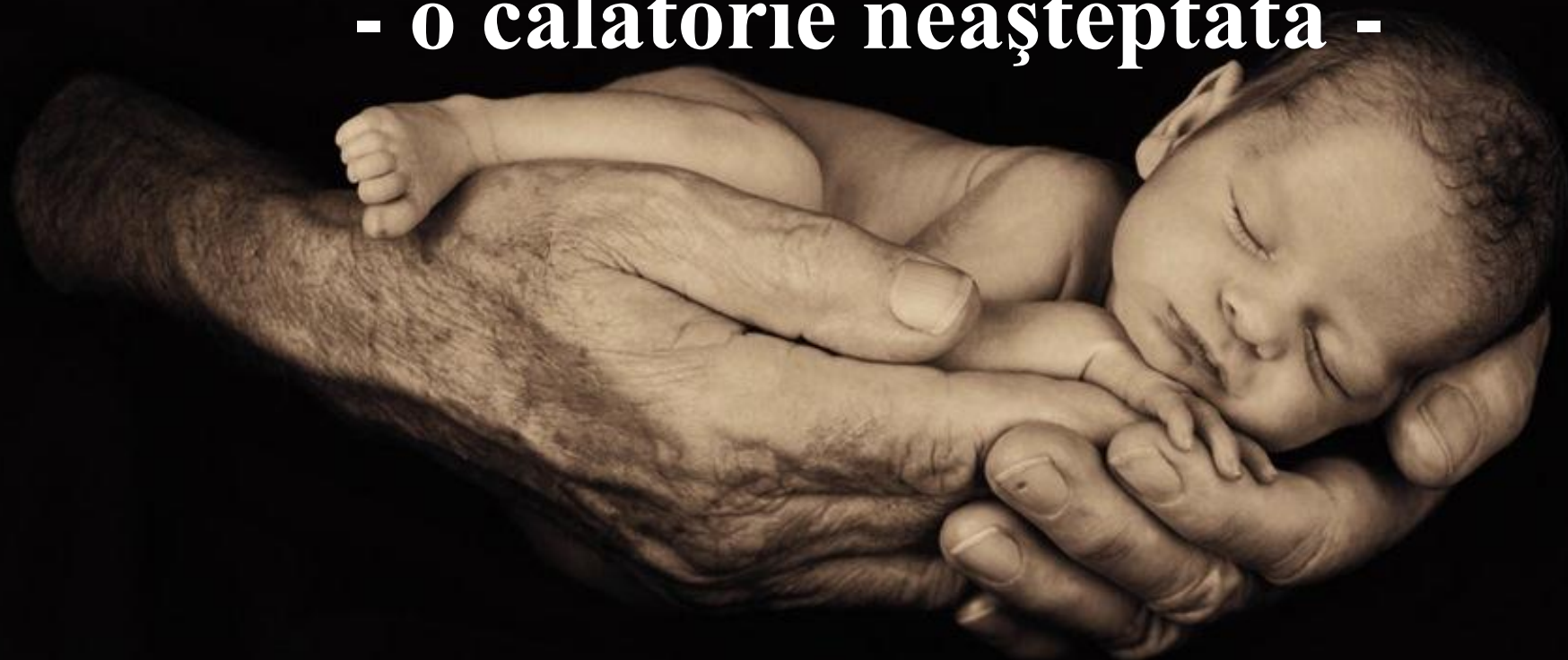


NAȘTEREA PREMATURĂ

- o călătorie neașteptată -



Fii Bine cu Tine și Copilul Tău va Fi bine cu el!
Psiholog și Psihoterapeut Anamaria DRĂGUȚĂ

- Definiție, Factori de risc, Incidență
- Efectele pe termen scurt
- Factori de risc și Factori de protecție
- Strategii de ameliorare
- Efecte pe termen mediu și lung





Speranțe și așteptări

Când evenimente neprevăzute se întâmplă

Visul versus Realitatea





Nașterea prematură este nașterea care se produce între 22 și 37 săptămâni complete de sarcină și în urma căreia se naște un copil prematur cu semne de imaturitate, cu greutatea între 500-2499gr. și înălțimea între 25-45cm.*

*Definiția dată este în concordanță cu recomandarea **Organizației Mondiale a Sănătății**.



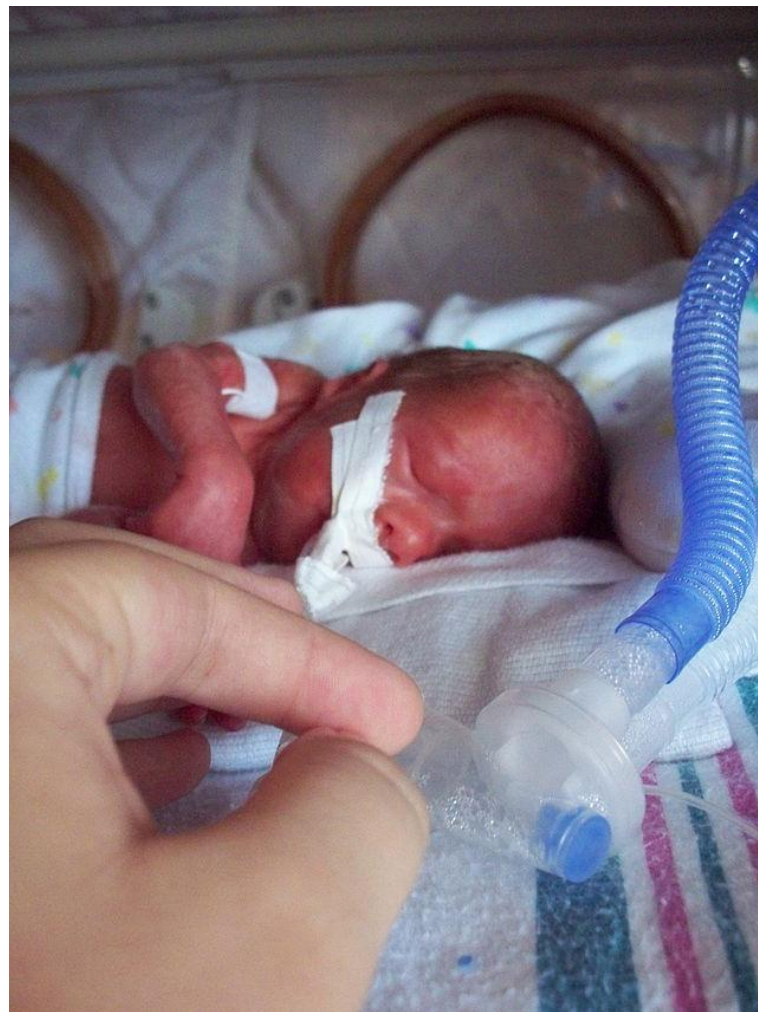
Factorii de risc pentru nașterea prematură

- Factori ai stilului de viață
- Factori psihologici: depresia, anxietatea și stresul
- Starea de sănătate a mamei
- Factori demografici

Incidență

În 2013 în România s-au născut 198.216 de copii, dintre care între 20.000 și 24.000 de copii sunt născuți prematur.

Incidența nașterii premature este de aproximativ 10-12% din totalul nașterilor. Nașterea prematură reprezintă principala cauză de morbiditate și mortalitate neonatală.



Efectele psihologice ale nașterii premature

Nașterea prematură este un eveniment neașteptat cu un potențial traumatizant ridicat.

Cuvintele cheie care definesc trauma sunt:

Copleșire

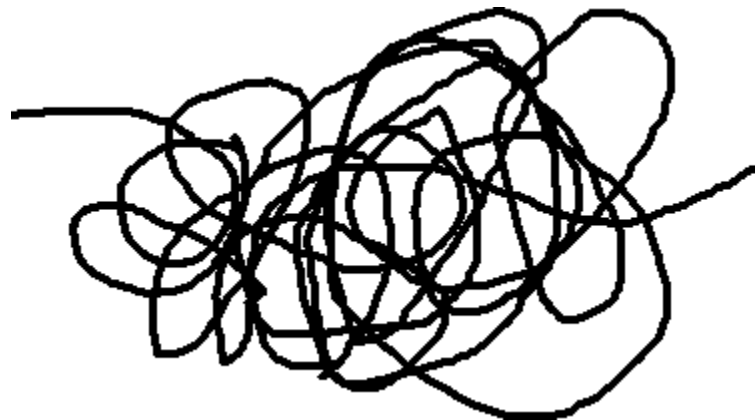
Neputință

Amenințare la adresa vieții
(a copilului în primul rând și
uneori și a mamei)

Splitare

=

Traumă



Efectele psihologice asupra mamei

- Negare
- Șoc și amortire interioară
- Tristețe profundă
- Sentimentul de pierdere
- Îngrijorare excesivă și persistentă
- Dorința arzătoare de a fi cu bebelușul
- Vinovăție
- Neputința și sentimentul de eșec
- Izolare, invidie
- Furie
- Un nivel ridicat de stres
- Teama legată de viitor...“ce ar putea să se întâmple mai departe...”
- Gânduri legate de “cum ar fi putut fi...”



Bebelușul este *FRAGIL*

Nu are capacitate de *AUTOREGLARE*



Trăiește și simte *singurătatea, panica și durerea*

Tatăl simte că
trebuie să fie
„PUTERNIC”, dar
va simți și:

Frică

Frustrare

Inutilitate

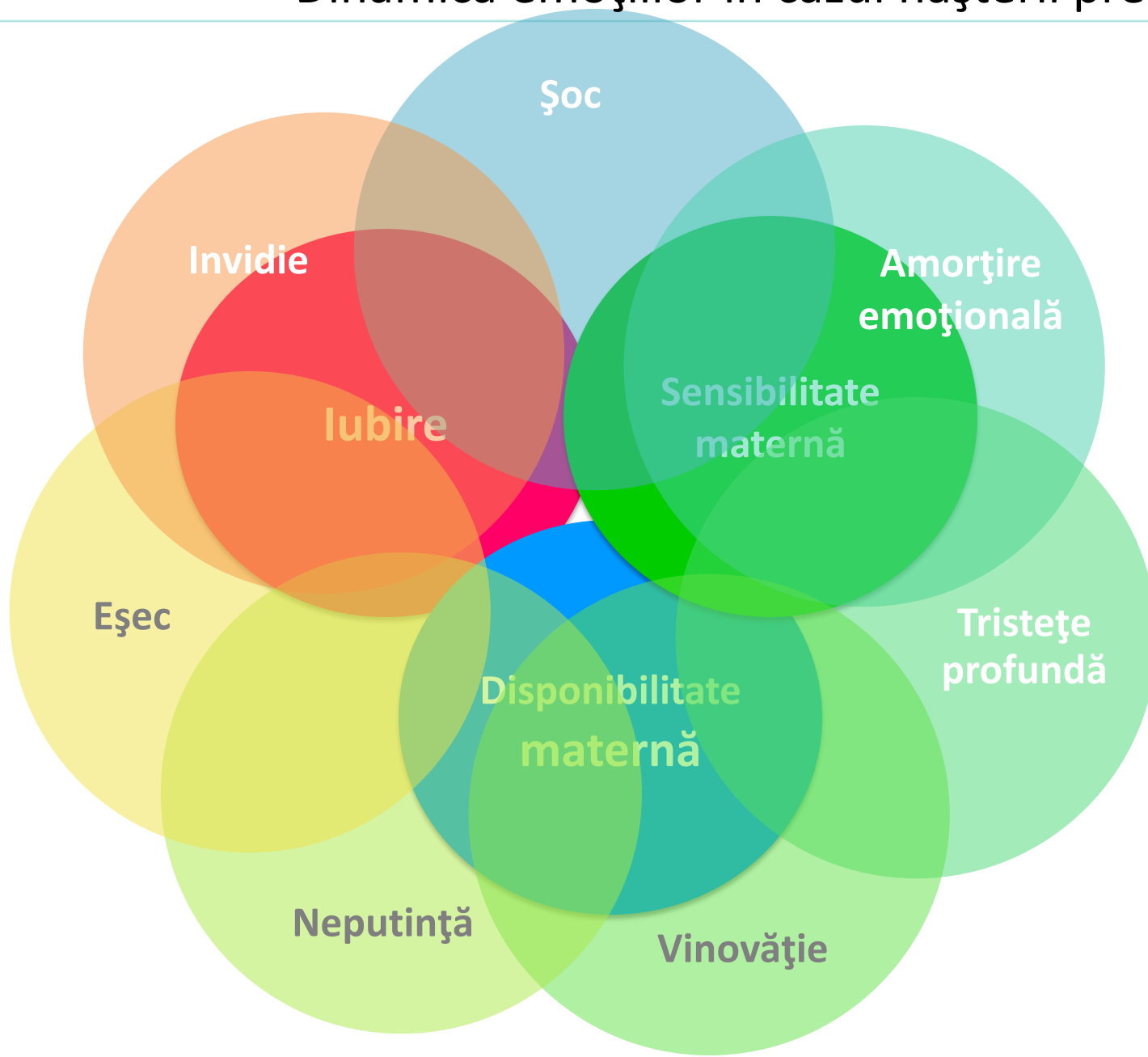
Neputință

Vulnerabilitate

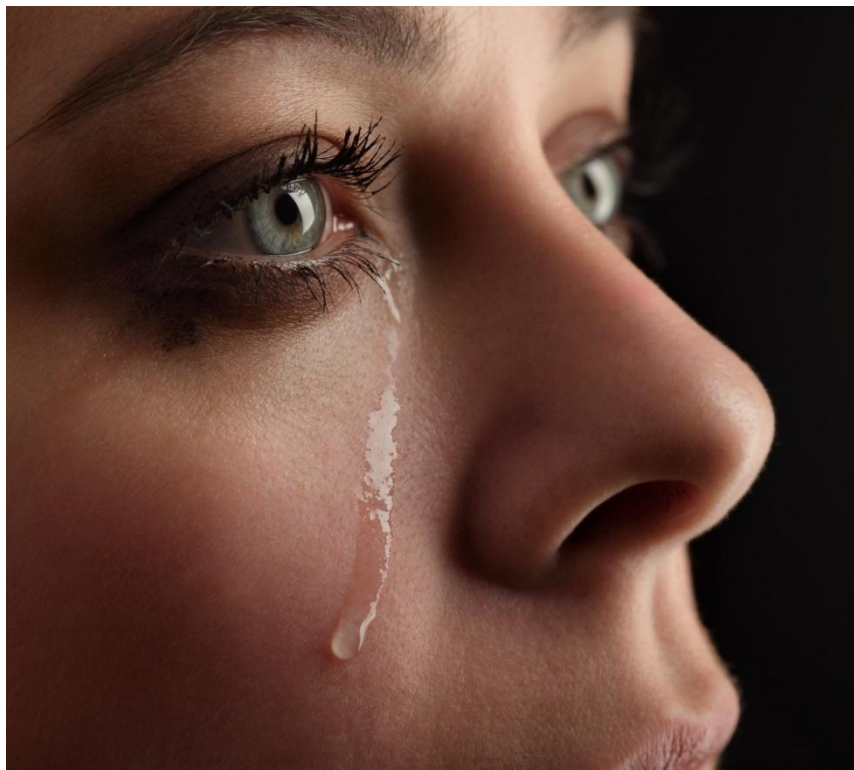
hozni.nogy © photography

El va evita să intre prea mult în contact cu trăirile sale.

Dinamica emoțiilor în cazul nașterii premature



Plângerea durerii intuitivă



Plângerea durerii instrumentală





Strategii de amelioare

- Identificarea și conștientizarea emoțiilor
- Acceptarea emoțiilor dureroase
- Diminuarea sentimentelor de vinovăție și eșec, acceptarea situației așa cum este
- Vorbiți sau scrieți despre experiența și emoțiile dumneavoastră
- Informați-vă în legătură cu ceea ce s-a întâmplat în momentul nașterii
- Aveți grijă de dumneavoastră din punct de vedere fizic
- Căutarea modalităților prin care să vă simți aproape de bebeluș
- Participarea activă la îngrijirea bebelușului



- Îngrijirea stil cangur



- Citiți despre nașterea prematură și copiii născuți prematur
- Acceptați reacțiile partenerului - acestea pot fi diferite
- Dacă aveți și alți copiii, atunci asigurați-vă că sunt pe mâini bune
- Acceptarea ajutorul familiei si prietenilor, chiar dacă pare a fi stângaci
- Păstrați speranță pentru viitor
- Căutați sprijin

*Emoțiile pe care le trăiți sunt **NORMALE** și au nevoie să-și găsească un loc în sufletul dumneavoastră.*

Un psiholog poate ajuta un părinte atunci când acesta trece prin:

- Îngrijorări legate de anumite emoții sau comportamente
- Blocaje
- Amorțire emoțională sau detașare prelungită
- Anxietate puternică
- Gânduri negre
- Simte că nu poate face față
- Simte că nu se poate conecta cu bebelușul său



Interacțiunile dintre mamă și copil, controalele medicale frecvente la care e supus copilul precum și potențialele tulburări și întârzieri în dezvoltarea acestuia produc o serie de efecte cum ar fi:

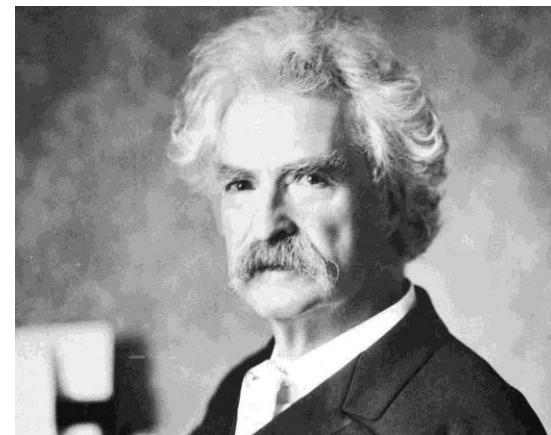
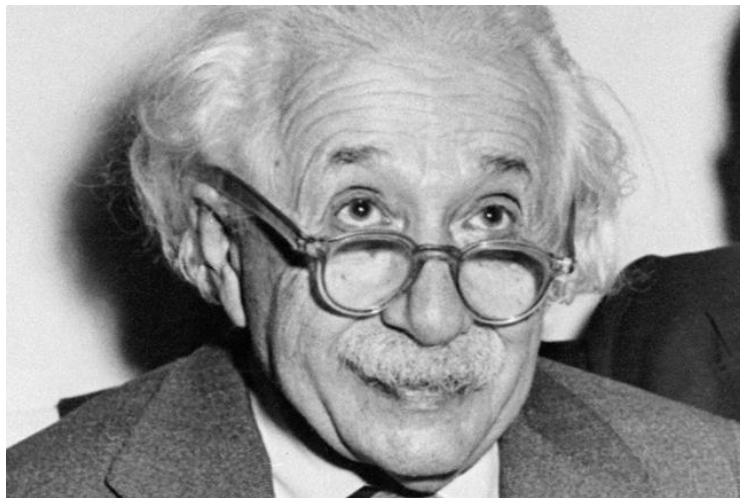
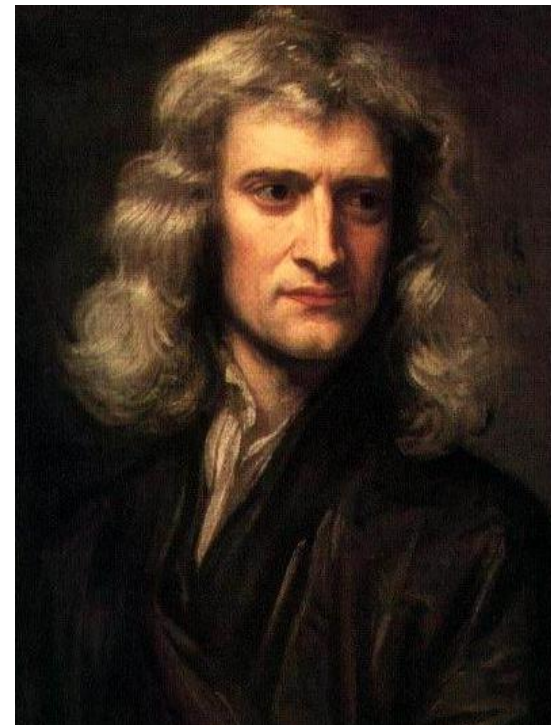
- Simptome caracteristice traumei psihice la părinti
- Supra-stimularea copilului
- Sindromul copilului „vulnerabil”
- Tulburări de atașament
- Anxietatea părinților




- Ajutor psihologic de specialitate pentru părinți pentru diminuarea simptomelor de PTSD, anxietate, stres, tulburări de atașament
- Adaptarea stilului de interacțiune al părintelui cu stadiul de dezvoltare al copilului
- Modificarea strategiilor standard pe care părinții le folosesc pentru a realiza procesul de parenting



Personalități celebre născute prematur





Mulțumesc că
m-ați însoțit în
această
călătorie!

BlairBlanks
photography

- Deborah L. Davis, Mara Tesler Stein, Parenting Your Premature Baby and Child: The Emotional Journey, June 1, 2004,
Charles H. Zeanah, Jr., Handbook of Infant Mental Health, Third Edition, June 2011
John Newman – prezentare 2014 București
Franz Ruppert – prezentare 2014 Munchen
http://www.insse.ro/cms/files/Web_IDD_BD_ro/index.htm
<http://www.clickinmoms.com/blog/wp-content/uploads/2011/11/CourtneyKeim9.jpg>
<http://blog.thebump.com/2014/10/14/cute-atlanta-preemies-dream-big/>
<http://pinktoesblogstalker.com/blog/>
http://en.wikipedia.org/wiki/Preterm_birth#mediaviewer/File:Premature_infant_with_ventilator.jpg
<http://sonographydegree.net/wp-content/uploads/2011/04/premature-baby.jpg>
<http://fashionplaceface.com/baby-hands-holding/>
<https://s-media-cache-ak0.pinimg.com/236x/16/6e/70/166e7057b893e776e9687ef469200567.jpg>
<http://preemies.about.com/od/readersstories/a/Celebrity-Preemies.htm>
http://www.blairblanks.com/newborn_baby_photography_baltimore/
http://kidscures.org/november-is-prematurity-month-you-can-learn-more-today/2011d010_0327frcr-cropped/
<http://dailyscene.com/what-to-say-to-a-grieving-person/>
<http://www.flo.hu/egyesi-beszelgetesek/parkapcsolati-terkep/attachment/hopefulfacesilhouette>
<http://www.singleblackmale.org/2010/11/12/breaking-news-men-are-always-looking-for-serious-relationships/>

