

שיתוף פעולה בין מרכז בריאות הנפש שלווה לצוותי מרפאות נשים וטיפות חלב בקהילה המקדם איתור, קליטה וטיפול בנשים עם דכאון וחרדה בהריון ולאחר לידה

כל אישה שביעית סובלת מדיכאון לאחר לידה. כמחצית מהנשים הללו סבלו מתסמיני דכאון וחרדה עוד בתקופת ההיריון. מחקרים מראים קשר ישיר בין תסמיני דכאון בהריון ללידות מוקדמות, משקל לידה נמוך של התינוק, רמות קורטיזול גבוהות בתינוקות ועוד. כמו כן, נמצא קשר בין תסמיני דכאון לאחר לידה לעיכוב קוגניטיבי והשפעה על תהליכי היקשרות ראשוניים. על אף כל אלו, נשים רבות הסובלות מדיכאון וחרדה בהריון ולאחר לידה, אינן פונות, אינן מאובחנות ואינן מקבלות טיפול. כחלק מעבודת הצוותים הסיעודיים במרפאות נשים וטיפות חלב קיים נוהל לאיתור דכאון בהריון ולאחר לידה, אך קיים מחסור רב במסגרות זמינות לאבחון וטיפול נפשי. זמן ההמתנה לאנטייך ולטיפול פסיכולוגי בשירות הציבורי עומד על מס רב של חודשים.

שיטות

בשנתיים האחרונות מתנהל פרויקט עבודה משותף של צוות מרפאת "ליבה", מרפאה לבריאות הנפש של האישה בכפר סבא, השייכת למערך המרפאות של שלווה, וצוותי טיפות חלב ומרפאות נשים במחוז שרון שומרון של כללית.

הפרויקט מאפשר הפניה ישירה של 'אחות לאחות'. אחות מרפאת נשים או טיפת חלב אשר מאתרת אישה במצוקה פונה במייל פנימי לאחות הפסיכיאטרית במרפאת "ליבה". תוך 48 שעות נערך טריאג' טלפוני ע"י האחות הפסיכיאטרית, והאישה נקלטת לאנטייך תוך מספר ימים עד שבועיים בהתאם לדחיפות. במעמד האנטייך מתבצע הליך אבחוני, נבחן הצורך בטיפול פסיכיאטרי תרופתי, נקבע הטיפול השיחתי וקיימת אפשרות להצטרפות מידית לקבוצה טיפולית / לטיפול פרטני ממוקד.

בנוסף מתקיים המשך הליך הכשרה של הצוותים הסיעודיים במרפאות הנשים וטיפות החלב במחוז שרון שומרון של כללית בנוגע להפרעות נפשיות בתקופות אלו וכיצד לזהותם.

ממצאים

בשנה האחרונה נקלטו עשרות נשים מידיי חודש עם תסמיני דכאון וחרדה במהלך ההיריון ולאחר הלידה לטיפול מידי-פסיכיאטרי ופסיכולוגי. לאחר חודשי טיפול מעטים כאשר הטיפול ניתן באופן מידי, חלה רמסיה טובה בתסמיני הדיכאון והחרדה וירידה בסיכון. הצוותים מדווחים על מתן טיפול מקצועי וטיפול מעבודה צוותית נכונה המחברת בין הגוף לנפש.

מסקנות והמלצות

דכאון וחרדה בהריון ולאחר לידה מחייבים טיפול נפשי מידי. שיתופי פעולה בין צוותי סיעוד בקהילה במרפאות נשים וטיפות חלב לצוותי מרכז בריאות הנפש, והפניה ישירה בין אחות לאחות, מאפשרים מתן מענה נפשי מידי לאישה במצוקה, מונעים החמרה בתסמינים ובסיכון עבור האישה והתינוק, ומונעים התפתחות הפרעה נפשית כרונית אצלם. מומלץ על הרחבה של שיתופי פעולה אלו.