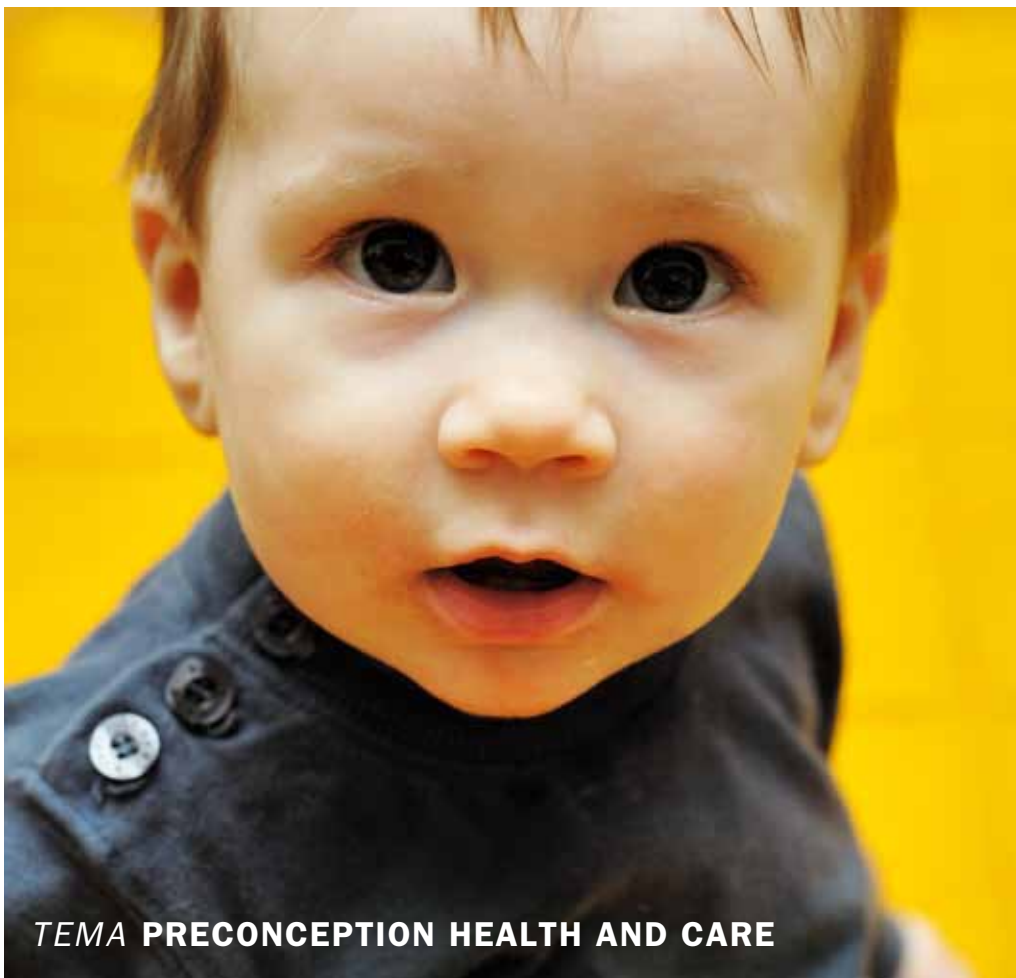


Jordmodern



SVENSKA
BARNMORSKEFÖRBUNDETS
TIDSKRIFT



TEMA PRECONCEPTION HEALTH AND CARE

JULI-AUGUSTI NR 7-8 2013



NR 7-8 2013

TEMA PRECONCEPTION HEALTH AND CARE

- 04 Vad är preconception health and care?
 - 08 Fertilitetsrådgivningen Öresund i Malmö
 - 10 Samtal om Vänta på barn – fertilitetshandboken
 - 12 Föräldrars hälsa och livsstil innan graviditet kan påverka barnets hälsa
 - 18 Hormonstörande kemikalier finns överallt
 - 20 Ökad uppmärksamhet i USA
-
- 23 Fysisk aktivitet är en utmaning för alla
 - 27 Lättläst bok om barnlöshet! Mellan hopp och förtvivlan
 - 28 Projekt Goda levnadsvanor
 - 30 Aktuell avhandling "The Swedish Birth Seat Trial"
 - 34 Erfarenhet av uppräta förlossningsställningar
 - 36 ESC Köpenhamn 2013 Första globala konferensen om preventivmedel, reproduktion och sexuell hälsa
 - 38 Mödrahälsovården i Uppsala län pilotdokumentation av våldsutsatthet i nära relation
 - 40 Nätverksgruppen för barnmorskor verksamma inom sexuell och reproduktiv hälsa där missbruk/beroende förekommer
 - 42 Ordförande har ordet
 - 44 Medlemsmöten

Jordemodern

JORDEMODERN SVENSKA BARNMORSKEFÖRBUNDET (UTGIVARE) ISSN 0021-7468

Ansvarig utgivare & Förbundsordförande

Ingela Wiklund

Chefredaktör

Margareta Rehn
margareta.rehn@barnmorskeforbundet.se

Redaktion

Maria Ekstrand Karin Reimegård
Maria Sahlén Pernilla Ny

Redaktionen förbehåller sig rätten att korta och redigera insänt material.

Jordemodern

utkommer med 10 nummer per år

Prenumeration

förnyas årligen, 600 kronor

Annonsbokning

jordemodern@barnmorskeforbundet.se
Tfn 08-10 70 88

Sista bokningsdag för medlemsannonser

den 10:e i månaden före utgivningsdatum

Pre-konceptionsrådgivning – ett "nytt" begrepp inom reproduktiv hälsa?

"Preconception health and care", som detta temanummer handlar om, är ett vedertaget internationellt begrepp – som fortfarande saknar motsvarighet på svenska. Det handlar om hälsa och vård inför graviditet i syfte att optimera chanserna till en frisk graviditet och ett friskt foster.



ALLT MER FORSKNING

visar nämligen att föräldrars hälsa och livsstil redan innan befruktning kan påverka fostrets utveckling i livmodern – och även barnets hälsa i vuxen ålder.

Tanken svindlar när man börjar fundera på att i princip allt i vår omgivande miljö (från kemikalier i kläder, kassakvitton och plaster, till sjukvård, arbetsmiljö och bostäder) kan få positiva och negativa effekter – inte bara för vår egen, utan även för kommande generationers hälsa. Fenomenet förklaras bland annat av så kallade epigenetiska mekanismer – det vill säga förändringar som uppstår i vår genprogrammering. Till exempel att en kvinna som röker kan föra vidare anlag för infertilitet till kommande generationer

eller att dåliga kostvanor kan leda till att framtida avkommor utvecklar hjärt-kärl-sjukdomar, högt blodtryck, typ 2 diabetes...

Ju friskare vi är innan vi blir gravida, desto större är alltså chanserna för god hälsa hos våra framtida barn. I Sverige saknas tydliga hälsorekommendationer till dem som planerar graviditet. De få råd som finns är dessutom svåra att hitta eftersom det inte finns något tydligt forum med samlad information. I USA däremot är Preconception health and care ett vedertaget begrepp och kvinnor uppmanas bland annat att göra så kallade "preconception check ups". Man kan också åka på hälsoläger och rena kroppen inför planerad graviditet.

"Pre-konceptionell" rådgivning föder frågor av etisk karaktär. Vad händer när graviditeten alltmer utmätas som ett riskprojekt där kvinnans (för det handlar fortfarande mest om henne) primära uppgift blir att tillhandahålla den mest optimala miljön för eventuella framtida barn?

Barnmorskor i Sverige bör axla rollen att ge pre-konceptionell rådgivning till alla som önskar bli föräldrar. Förutsatt att vi också lär oss balansera informationen till blivande föräldrar på ett klokt och omdömesgillt sätt.

Svenska barnmorskor som arbetar internationellt – ni är hjältar!

Ingela Wiklund Förbundsordförande



När man deltagit i möten som detta blir man uppmärksam på saker som till vardags tycks självklara, till exempel rätten till utbildning, människors lika värde, solidaritet och en rättvisare fördelning av världens resurser.

Under mina resor kan jag konstatera att gapet mellan fattiga och rika tycks öka i världen. Trots att mer än 2,8 miljarder människor, nära hälften av jordens befolkning, lever på mindre än två dollar per dag, tycks vissa människor vara mycket rika. Hur får man dessa välbärgade människor att ta ett större ansvar för att bidra till att minska effekterna av fattigdom i världen? Nära en miljard människor är analfabeter och kommer därför inte ha en möjlighet att ta sig ur fattigdom. Att vara flicka i denna värld är värst. Ett barn av tio dör innan de fyller fem år – risken är markant större för flickor. Färre flickor än pojkar får gå i skolan och missar därmed chansen till en framtid. Det är inte ovanligt att flickor blir bortgifta när de själva bara är barn, med tidiga komplicerade graviditeter och svåra förlossningar som följd. De löper en stor risk att dö unga till följd av detta. Att fattigdom slår särskilt hårt mot kvinnor, hänger samman med deras låga status i samhället och i familjen. I vissa länder är diskriminering mot kvinnor inskriven i landets lagar, i andra länder fortgår könsdiskrimineringen trots lagar som förbjuder det.

Det positiva är att det finns många människor som arbetar för att på olika sätt ändra denna situation internationellt. Jag vill

särskilt lyfta fram de svenska barnmorskor som valt att arbeta utomlands i länder som Bangladesh, Nepal, Sierra Leone, Uganda, Tanzania, Indien, Bolivia och en massa andra länder som jag inte har plats att nämna här. Svenska barnmorskor som kämpar för att dessa länder ska få tillgång till egna välutbildade barnmorskor genom att påverka regeringar och regionala beslutsfat-

tare. Svenska barnmorskor som arbetar i fält under mycket svåra omständigheter ibland utan el och rent vatten och andra resurser. Ni är alla hjältar!

Jag är också stolt över att vara svensk i sammanhang som detta därför att den svenska staten genom SIDA gör en betydelsefull insats genom sitt ekonomiska och tekniska stöd till länder där nöden är som störst.

Jordemodern



önskar en skön sommar

nästa nummer kommer i september