

## Uppmärksamma den andra föräldern

Depression hos nyblivna pappor förekomst, samvarierande faktorer, upptäckt och stöd

Pamela Massoudi, fil dr, leg psykolog  
FoU Kronoberg & BUP Småbarnsteam,  
Region Kronoberg

Psykologiska institutionen, Göteborgs universitet



Pamela Massoudi - Värna våra yngsta -  
Okt. 2018

## Pappors engagemang

*Har samband med:*

- Lägre förekomst av beteendeproblem hos pojkar och psykologiska problem hos unga kvinnor
- Bättre kognitiv utveckling, klarar skolan bättre
- Bättre familjeekonomi och lägre förekomst av brottslighet i familjer med låg inkomst

*Sarkadi et al. 2008 - systematisk översikt*



Pamela Massoudi - Värna våra yngsta -  
Okt. 2018

## Pappors samspel med barnet

### **Samspelsobservation vid 3 månader:**

När pappan var känslomässigt otillgänglig eller oengagerad ökade risken för utagerande beteende vid 1 år. (*Ramchandani 2013*).

Att vara känslomässigt otillgänglig och ha en depressiv framtoning hade samband med sämre kognitiv utveckling vid 2 år. (*Sethna&Perry et al. 2017*)

Om pappan var deprimerad: inte lika aktiv engagerad, mindre av lekfull samspel, och mindre av smekningar (*Sethna et al. 2018*)



Pamela Massoudi - Värna våra yngsta -  
Okt. 2018

## Pappors samspel med barnet

### **Samspelsobservation under koltåldern:**

Att vara lyhörd, stödjande och erbjuda stimulans har samband med bättre kognitiv utveckling hos barnet. (*Cabrera, et al. 2007; Shannon, et al. 2002; Tamis-LeMonda, et al. 2004; Sethna&Perry et al. 2017*).



Pamela Massoudi - Värna våra yngsta -  
Okt. 2018

### Depressiva symptom hos pappan ökar risken för:

- Beteendeproblem (*Ramchandani et al. 2005, 2008; Fletcher et al. 2011*)
- Problem med kamratrelationer (*Ramchandani et al. 2008*)
- Sämre expressivt ordförråd (*Paulson 2009*)
- Emotionella svårigheter vid 4-5 år (*Fletcher et al. 2011*)
- ... och är förknippat med större kostnader för samhället (*Edoka 2011*)



Pamela Massoudi - Värna våra yngsta - Okt. 2018

### Depressiva symptom hos pappan

- Större risk när pappan har återkommande eller ihållande depressiva symptom.
- Något större risk för negativa effekter på pojkar.

(*Ramchandani 2008*)



Pamela Massoudi - Värna våra yngsta - Okt. 2018

### Depression hos nyblivna pappor och negativa effekter på barnet - medierande faktorer

Nyare analyser tyder på att större delen av sambandet med problem hos barnet förklaras av konflikter i parrelationen och mammas depression.

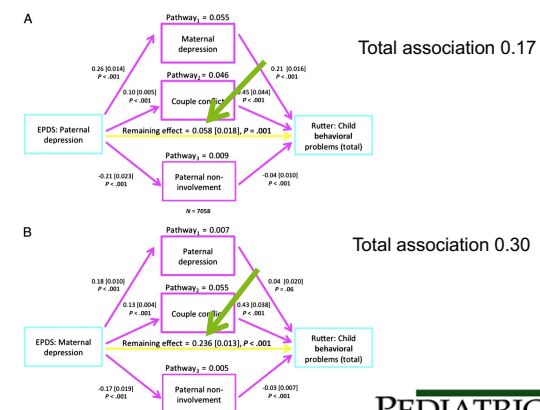
Mammas depression tycks påverka via andra mekanismer, t ex mer direkt via samspel och omvårdnad.

*Gutierrez-Galve L 2015*



Pamela Massoudi - Värna våra yngsta - Okt. 2018

### Hypothesized pathways in the association between paternal depression (A) and maternal depression (B) at 8 weeks after the birth of the child and total child behavior problems at 42 months.



Leticia Gutierrez-Galve et al. *Pediatrics* 2015;135:e339-e347



Pamela Massoudi - Värna våra yngsta - Okt. 2018



## Den svenska kontexten

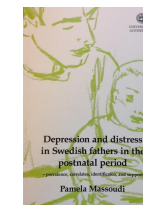
- 480 dagars föräldraledighet – kan delas lika mellan föräldrarna
- Mer än 90% av alla fäder tar ut någon föräldraledighet
- Ca 28% av föräldradagarna tas ut av fäder



Pamela Massoudi - Värna våra yngsta -  
Okt. 2018

## Longitudinell populationsbaserad studie i Kronobergs län

- 1014 par
- Frågeformulär vid 3 månader, 6 månader och 2 år postpartum
  - EPDS
- Telefonintervju efter 3-månadersformuläret
  - Diagnostisk intervju
  - Frågor om hjälpsökande
- Frågeställningar:  
förekomst, sambandsfaktorer, validering av EPDS, hjälpsökande, hur bäst uppmärksamma pappor på BVC?



Pamela Massoudi - Värna våra yngsta -  
Okt. 2018

## Resultat - Hur fungerade EPDS för pappor?

Hos pappor fångade EPDS upp mer oro, ångest och olycklighet - generell psykisk ohälsa och till viss del stress, än depression.

EPDS uppvisade hög sensitivitet och specificitet för egentlig depression, men lågt positivt prediktivt värde (bara 1 av 5 med höga poäng hade egentlig depression).

•Massoudi et al. 2013 J Affektive Disord



Pamela Massoudi - Värna våra yngsta -  
Okt. 2018

## Resultat – förekomst depressiva symptom

<b>Pappor</b>	3m	6.3% depressionssymtom = EPDS $\geq$ 12 ca 1,3% egentlig depression <i>(4-10% i andra europeiska studier)</i>
<b>Mammor</b>	3m	12.0%, ca hälften egentlig depression
<b>Både mamma och pappa</b>		1,5%
<b>En eller båda föräldrarna</b>		16,2%



Pamela Massoudi - Värna våra yngsta -  
Okt. 2018

## Mår män sämre när de blir föräldrar?

Longitudinell studie, HILDA, i Australien, följde män

- Före graviditet
- Efter graviditet
- Under det första året med barnet

Männen mår inte sämre som blivande eller nyblivna pappor jämfört med tidigare, snarare något bättre.

*Leach et al. 2014*

Liknande resultat: *McKenzie et al 2013*



Pamela Massoudi - Värna våra yngsta -  
Okt. 2018

## Kronobergsstudien - Varaktighet

- De allra flesta hade mått dåligt under en längre tid, redan innan barnets födelse.
  - Pappor med egentlig depression: 2 månader till 3 år  
75% i minst 6 månader
- Pappor med lätt depression eller något ångestillstånd:  
50% i mer än 1 år
- Bara 6 av 47 pappor med depression eller ångest kopplade sitt mående till den nuvarande livssituationen.



Pamela Massoudi - Värna våra yngsta -  
Okt. 2018

## Faktorer som hade starkast samband med depressiva symptom hos fäder

	OR	(CI)
• Låg utbildning*	4.5	(1.7 – 12.2)
• Tidigare depression	4.0	(2.0 – 8.3)
• Två eller fler stressfyllda livshändelser (senaste 12 mån)	3.9	(1.7 – 9.0)
• Mer problem i parrelationen*	5.2	(2.2 – 12.6)
• Mindre stöd än förväntat av sin partner	2.8	(1.4 – 6.0)

\* Låg inkomst, ekonomisk oro, ålder ≤ 28år,

*Massoudi, Hwang & Wickberg SJPB 2016*

*\*Bergström BIRTH 2013*



Pamela Massoudi - Värna våra yngsta -  
Okt. 2018

## Socialstyrelsens nationella riktlinjer 2017

*"Det är av särskild vikt att identifiera postpartum depression hos nyförlösta personer. ... EPDS är en effektiv åtgärd när det ingår som en del i ett systematiskt omhändertagande."*

*"Kommentar: Det vetenskapliga underlaget är otillräckligt för att bedöma effekten av EPDS hos partners till nyförlösta personer, men de bör också uppmärksammas för sin risk att utveckla depression."*



Pamela Massoudi - Värna våra yngsta -  
Okt. 2018

## Hjälpsökande

Vilka pappor hade eller ville ha professionell hjälp?

- Främst pappor med egentlig depression
- Väldigt få pappor med ångest, oro eller lättare nedstämdhet ville ha kontakt med vården.
- De flesta pappor uppgav att de helst vände sig till partnern (drygt hälften). Nästan lika många nämner professionell hjälp: vårdcentral, psykolog, företagshälsovård. Många nämner också familj och vänner. Ett par nämner BVC.
- Några uppgav att de väljer att inte prata med någon alls eller inte visste vem de skulle vända sig till (1 av 4 av de med depressionssymtom)



Pamela Massoudi - Väma våra yngsta -  
Okt. 2018

## Andra studier – om hjälpsökande

- Många nyblivna pappor, och män i allmänhet, tycks i föredra stöd av partnern, familj och vänner. Andra önskar ha en egen kommunikation med BVC-sjuksköterskan och mer stöd än det de får (Fågerskiöld 2006, Letourneau 2012 Oliver 2005).
- En del pappor upplever att deras psykiska hälsa inte tas på allvar av hälsovården, men också att de behöver tid att lära känna sjuksköterskan innan de berättar om känslor och andra mer personliga saker (Letourneau 2012).
- När män söker hjälp inom primärvården tycks de i högre grad än kvinnor fokusera på fysiska åkommor, de har kortare besök, ställer färre frågor och får färre råd (Smith 2006).



Pamela Massoudi - Väma våra yngsta -  
Okt. 2018

## Slutsatser

De flesta pappor mår bra. Att bli pappa innebär för en del bättre psykiska hälsa.

Begreppet "postpartumdepression" kan vara vilseledande när det gäller pappor.

Viktigt att vara uppmärksam på mer generell psykisk ohälsa hos pappor, särskilt då det följs åt av andra riskfaktorer (problem i parrelationen, andra belastningsfaktorer) som kan ha en negativ inverkan på föräldraförmågan.



Pamela Massoudi - Väma våra yngsta -  
Okt. 2018

## Slutsatser

- Uppmärksamma tidigare psykisk hälsa, hur de har de tillsammans.
- Pappors behov och benägenhet att söka professionell hjälp varierar. Att tidigt intressera sig för pappan, aktivt bjuda in honom och ställa frågor direkt riktade mot honom är viktigt.
- Att lära känna, och känna förtroende för BVC sjuksköterskan kan vara avgörande för om pappan vill prata om sig själv, som sitt föräldraskap, om eventuella behov av stöd, och om hjälp med att hitta rätt i vården.



Pamela Massoudi - Väma våra yngsta -  
Okt. 2018

*TACK!*

pamela.massoudi@kronoberg.se



Pamela Massoudi - Vårna våra yngsta -  
Okt. 2018