

Jordmødres opplevelse og reaksjoner ved dødfødsel - En sjelsettende opplevelse

En dødfødsel er det verste som kan skje for foreldre som venter barn, også jordmødre som er med på en dødfødsel blir merket for livet.

- Jordmødre opplever både somatiske og kognitive reaksjoner når de oppdager at fosterlyden mangler. Det er ikke uvanlig med senvirkninger som usikkerhet omkring sin egen kompetanse, forteller jordmor Berit Pettersen som har skrevet en av de ytterst få oppgavene som behandler temaet.

Tekst: Sigrun Farstad Gregori
Illustrasjonsbilder: Shutterstock

I fordypningsoppgaven *Man kan ikke holden fosterlyden i hånden* har Berit Pettersen, nyutdannet jordmor ved sykehuset i Tromsø, intervjuet fire jordmødre om deres reaksjoner etter at de har opplevd en dødfødsel. Informantene forteller om sterke reaksjoner når de har oppdaget fraværet av fosterlyd: De somatiske reaksjonene preges av kvalme, hurtig pust, skjelvinger og hodepine. De kognitive reaksjonene er en følelse av uvirkelighet; ”kan det være sant?” Det fortelles om hukommelsessvikt; de husker for eksempel ikke alle som var til stede ved fødselen eller hastekeisersnittet.

Selvbebreidelse og frykt for at jordmoren er skyld i at barnet ikke lever, er sterk. Informantene forteller at de ransaker seg

selv; har de fulgt prosedyrene, kunne dette ha vært oppdaget tidligere, har hun oversett signaler, handlet hurtig nok? På samme tid har de opplevd at de har vært i stand til å handle rasjonelt og profesjonelt til tross for kaotiske følelser og tanker.

Preger resten av livet

Jordmødrene i Pettersens oppgave oppgir også senvirkninger av hendelsen. De sier at dette kommer til å prege dem resten av livet, men at det er verst det første halvåret. Jordmødrene forteller at de blir mer opptatt av at det er nok kvalifisert personell på vakt, bruker teknisk utstyr i større grad og følger rutiner slavisk. De føler at de må sikre seg langt utover det prosedyrene krever; lytter ofte, tar CTG uten indikasjon, overbehandler halv-dårlige barn, vil ha hjertelyden printet ut. De beskriver også kroppslige reaksjoner i

fødsler hvor det er elementer som ligner på den fødselen hvor barnet døde; også her kjennes kvalme, hurtig puls, føler seg dårlig og føler frykt.

Et viktig element er også forholdet til fødekvinnen. Klandrer foreldrene jordmoren? Da blir ofte oppfølgingen av foreldrene mer krevende. Derimot opplevs møte med par som ikke klandrer jordmoren, positive og bidrar til hennes egen prosess videre.

Katastrofefødsel og forventet dødfødsel

Bente Guildal, jordmor ved Oslo Universitetssykehus, avdeling Ullevål, har engasjert seg i problematikken rundt dødfødsler. Guildal skiller mellom det hun kaller *katastrofefødsel*, der alt er normalt i utgangspunktet, men der det i løpet av fødselen går galt, og en *forventet*



dødfødsel, der man på forhånd vet at barnet er dødt før fødselen blir satt i gang. Det er tøft å være jordmor i begge tilfeller, men det er i størst grad katastrofefødslene som kan oppleves traumatisk for helsepersonell. Katastrofefødsler er en sjeldenhet. På Ullevål sykehus fødes det 7000 barn i året, mellom 50 og 60 av disse er dødfødsler. Gjennomsnittlig defineres en til to i året som katastrofefødsler hvor barnet dør. Det vanligste forløpet er at kvinnen har en anelse om at noe er galt når hun oppsøker sykehuset fordi hun for eksempel har kjent lite liv.

- En jordmors rolle er svært forskjellig under de to fødslene, sier Guildal. Under en katastrofefødsels er det et stort apparat med fødsels-, anesthesi-, og barneleger. Jordmoren er i bakgrunnen, hun fungerer i stor grad som en informasjonskanal overfor foreldrene. Under en planlagt dødfødsel har jordmoren hovedansvaret.

Guildal sier at uavhengig av hva slags fødselsforløp det blir, er det voldsomt å være den som lytter og oppdager stillheten. Reaksjonene som blir beskrevet i Pettersens oppgave kan mange jordmødre kjenne seg igjen i når de oppdager fraværet av hjerteslag.

- Det er veldig vanskelig å formidle dette til foreldrene, sier Guildal.

- Hva skal jeg si?

Hva skal jeg si? er jordmødres store spørsmål når de oppdager at barnet er dødt. Det er heller ikke jordmor som skal fortelle foreldrene at barnet er dødt, det skal en lege gjøre.

- Det oppleves nok som like vanskelig for dem, sier Guildal.

Like fullt er det jordmor som i stor grad snakker med foreldrene om gangen i det hele. Hvordan skal man på best mulig



Bente Guildal i intens samtale med jordmor Marie Ganters fra Spädbarnsfonden i Sverige på Nordisk seminar.

måte kommunisere til foreldrene at det alle mennesker frykter mest har inntruffet? Ikke bare er barnet de venter dødt, i tillegg forventes det at barnet skal fødes naturlig. Jordmorens oppgave er enorm. Hun skal bringe foreldrene til å akseptere at de skal føde sitt døde barn, et scenario ingen i sin villeste fantasi har forestilt seg å havne i før de er der.

Erfaring og alder gir jordmor trygghet

Guildal mener at de viktigste faktorene for at en jordmor skal føle trygghet og ro under en dødfødsel er erfaring og dermed ofte alder. Jo flere dødfødsler en jordmor har vært med på, desto roligere følte de seg overfor oppgaven. I Guildals kliniske spesialistoppgave *Hva skal jeg si?* har hun gjort en kvalitativ undersøkelse av hvilke emosjonelle og psykiske utfordringer en jordmor opplever i forbindelse med dødfødsel. Hun fant at jordmødre over 40 år, og som hadde mer enn fem års erfaring, følte seg mer kompetente og roligere i en dødfødsel enn de yngre og mindre erfarne jordmødrene.

- Det er viktig for jordmødre å være bevisste på eget psykisk ståsted, slik at de greier å gå inn i hjelperollen som profesjonell og personlig, uten å være privat, sier Guildal.

Den danske psykoterapeuten Susanne Bang skriver om terapeuters reaksjonsnivå i møte med pasienter i krise. Hun skiller mellom tre former for involvering og denne beskrivelsen kan overføres til kontakten mellom den fødende og en jordmor, sier Guildal; jordmorens håndtering av paret kan sees i lys av hennes egen reaksjon.

Der jordmor er *rørt eller berørt* i møtet med paret som skal føde, kan dette skape gjengklang hos jordmor eller foreldre, hun viser empati overfor paret og det bygges positiv kontakt. Blir jordmor *rammet* av møtet utløser hendelsen følelser og holdninger som er ubearbeidet og konfliktfylte for henne. Dette kan få jordmor til å bygge forsvarsverk på egne vegne og hindre en god relasjon til foreldrene. Man kan forbli profesjonell om man er rammet, men man holder distanse.

Blir en jordmor *rystet* i sitt møte med pasienten blir hun så overveldet av egne følelser at hun mister evnen til å være tilstede i situasjonen som profesjonell. En slik reaksjon tyder på ubearbeidet kriser og tap i eget liv, og må bearbeides med profesjonell hjelp. Da kan man ikke håndtere dødfødsel på en god og profesjonell måte, sier Guildal.

Oppfølgingen av jordmødre etter dødfødsel

På Oslo Universitetssykehus, avdeling Ullevål har de alltid møter etter en katastrofefødsel, der alle som var til stede skriver ned sin versjon av hendelsen ganske umiddelbart. Gruppen møtes igjen til ny gjennomgang en til to uker senere. Dette fungerer som en debrifing for helsepersonellet.

Jordmødrene i Pettersens studie etterlyser i midlertidig oppfølging utover debrifing. De ønsker tilbud om oppfølging av andre erfarne personer i krisehåndtering. For helsepersonell som er med på en "normal" dødfødsel er kollegastøtte av avgjørende betydning.





Berit Pettersen, jordmor og kontaktperson i LUB, har intervjuet jordmødre om deres følelser og reaksjoner ved dødfødsel.

En jordmor som har vært med på en dødfødsel er ikke forpliktet til å møte foreldrene til en oppfølgingssamtale. Kravet er at noen fra avdelingen skal gjøre det. Guildal mener at dette burde være en rutine. Hun etterlyser også større ydmykhet blant helsepersonell når det gjelder å innrømme feil.

– Å være ærlig kommer en langt med, sier hun.

Jordmødrene beskriver møtene med foreldrene i etterkant som positive, forteller Pettersen og fortsetter:

– Men de har vært veldig usikre i forkant. De har lurt på om foreldrene virkelig har ønsket å møte dem. En jordmor, som opplevde at kvinnen som fødte ønsket å få oppfølging av henne i også neste svangerskap, beskrev det som en stor og viktig hendelse å ta imot det neste barnet. Dette hjalp jordmørene å bearbeide egen opplevelse.

– Å være med på en dødfødsel blir aldri rutine, det knytter seg både spenning og gruing til dette i forkant. Samtidig gir de også uttrykk for at det å kunne være med å støtte og hjelpe et par i en så tragisk situasjon, og kanskje kunne gjøre en forskjell i det forferdelige, oppleves som svært meningsfylt, forteller Guildal.

Jordmødrene i Pettersens studie bekrefter dette langt på vei. De gir uttrykk for at de har blitt mer modne og at har klart å takle lignende situasjoner bedre i ettertid.

Behov for kompetanseheving

I vestlige land dør relativt få barn i mors

liv eller under fødselen, og siden det skjer sjelden har jordmødre bare begrenset erfaring med dødfødsler.

– Jordmødre frykter sin første dødfødsel, sier Guildal. Hun tror også at en årsak til at dødfødsler er så lite tematisert på Jordmorutdanningen, er at de ikke ønsker å skremme unge jordmødre.

Guildal er opptatt av at Jordmorutdanningen må bli bedre på å forberede studentene på den psykiske dimensjonen ved en dødfødsel.

– Medisinsk er det liten forskjell på en dødfødsel og en vanlig fødsel. Det er det emosjonelle, det psykiske aspektet som er totalt forskjellig, og det er her kompetansehevingen må skje, sier hun.

Jordmors håndtering av det døde barnet er av enorm betydning for foreldrene. Hun må beholde roen og hun må holde barnet uten å føle redsel eller avsky for å ta i et dødt barn.

– Jordmødre får raskt trening i å imot levende barn, men behøver spesiell trening for å ta mot de som er døde, sier Guildal.

Sikre kompetent støtte

Guildal underviser kollegaer ved sykehuset i håndtering av dødfødsler og holder årlig kurs for studenter på Jordmorutdannelsen ved Høgskolen i Akershus. Hun har selv tatt initiativ til å undervise om dødfødsler fordi hun mener at det er for lite fokus på dette under utdannelsen.

– Det er to grunner til at mer fokus på dødfødsler er viktig, sier Guildal og fortsetter: For det første skal det sikre de fødende mer kompetent støtte, for det andre bør jordmødre være bedre rustet til å takle påkjenningen omkring dødfødsler. Frykten for å miste barn står sterkt hos alle, derfor blir helsepersonell personlig berørt i møte med barn som dør. De møter sin egen frykt. Derfor må de være så godt skolert at de kan hjelpe de fødende, og ikke måtte bruke energi på egen opplevelse.

– En fødselsavdeling er orientert mot glede og lykke, ikke mot hendelser som medfører tap av liv. Her har sykehusene og jordmorutdannelsen en utfordring. Foreldre som opplever dødfødsel blir bedre ivaretatt nå enn før. Det pågående arbeidet omkring psykososial oppfølging av etterlatte foreldre bør kanskje også inkludere bedre oppfølging av de profesjonelle yrkesutøverne på en fødeavdeling. Dette bør ikke være avhengig av ildsjeler, men inkluderes i skriftlige rutiner som kan sikre mindre tilfeldighet og mer forutsigbarhet, sier fagsjef i LUB, Trine Giving Kalstad.

Bruk veiledningstjenesten

Veiledningstjenesten er et tilbud til alle aktive kontaktpersoner i Landsforeningen. Er det situasjoner du som kontaktperson opplever som vanskelige eller du bare ønsker noen å snakke med, kan en samtale med en erfaren kontaktperson være til stor nytte.

– Ring oss og slå av en prat før det er blitt for vanskelig, oppfordrer de fire veilederne.

Landsforeningens veiledere:



Bente R. Berntsen,
Tlf. 51 48 73 75



Toril M. Kristoffersen,
Tlf. 75 77 74 03



Irma Kremers,
Tlf. 64 93 93 99



Unn Fossdal,
Tlf. 51 87 08 61