

Abortin jälkeinen masennus

Tyypillinen traumaattisen kokemuksen jälkeinen reaktio

Lähtökohtana luonnollisten äidintunteiden ja abortin todellisuuden ristiriita

Normaalin suruprosessin läpikäyminen vaikeaa, koska menetyksen myöntäminen nostaa esille kysymyksen, mikä on oikein

Tarve kehittää menetelmiä hallita tuskallisia tunteita

Reagointi tapahtuu yksilöllisesti, toisilla vasta vuosien jopa vuosikymmenien kuluttua

Masennuksella altistuvat herkimmin naiset

joilla on vahvat äidilliset tunteet, omia lapsia tai he työskentelevät lasten kanssa

joita on painostettu aborttiin

joitka ovat läpikäyneet yhden tai useampia abortteja

joitka ovat kamppailleet ratkaisunsa kanssa kauan

joilla on ollut mielenterveydellisiä ongelmia

joilla on vahva moraalitaju tai kristillinen arvotausta

joiden abortti on pidetty salassa

joille abortti on tehty terveydellisistä syistä

joille abortti on tehty myöhäisillä raskausviikoilla

joilla on huono suhde äitiinsä

Puolustautumis-/selviytymismekanismeja:

Kieltäminen

Järkeily

Välttely

Tukahduttaminen

Korvaaminen

Reagointi

Torjuminen

Heijastaminen

Puolustusmekanismit murtaa

- toinen raskaus
- jokin menetys tai traumaattinen kokemus
- televisio-ohjelma tai lehtiartikkeli
- abortinjälkeisestä masennuksesta kuuleminen
- uskoon tulo
- muu tapahtuma, joka nostattaa tunteita

Abortin jälkeisen masennuksen oireita

Masentuneisuus

Päätöksenteon kyvyttömyys

Unihäiriöt

Takaumat

Itsensä rankaiseminen, itsetuhoisuus

Menetyksen tunne tietämättä, mistä se johtuu

Tuskalliset ajatukset ja tunteet tiettyinä päivinä

Syällisyys siitä, että on itse elossa, mutta lapsi ei

Muutoksia käyttäytymisessä

Vauvojen, lasten ja raskaana olevien naisten välttely

Ihmissuhdeongelmat, vetäytyminen / eristäytyminen

Irralliset suhteet / hyväksikäyttö suhteissa

Seksuaalinen kylmyys, läheisyyden ja hellyyden välttäminen

Fyysinen jännitys abortin tullessa esiin puheissa tai muistoissa

Syntymättömiä lapsia koskevien elokuvien, lehtien tai kuvien välttely

Päihteiden käyttö
Halu saada välittömästi toinen lapsi (korvauslapsi)
Paniikkikohtaukset.

Puhuminen auttaa

Abortti jättää aina jäljen. Toipumisen kannalta on tärkeää puhua tapahtuneesta ja siihen liittyvistä tunteista ja ajatuksista. Se vähentää masennusriskiä, joka voi yllättää vasta aikojen päästä.

Askeleet (Journey)-tukiohjelma

on suunniteltu naisille, jotka tunnistavat itsessään em. oireita ja haluavat vapautua niistä. Ohjelman voi käydä läpi joko vertaistukiryhmässä tai yksilöllisesti.

Ota yhteys Ituprojektiin ja lue lisää www.ituprojekti.net

Tampereen NNKY

Ituprojekti

Neuvontapiste Itu avoinna ti ja to klo 12-16, ke klo 15-19, Satakunnankatu 31 B, 33210

Tampere, p. p. 03-2544 055

Puhelinpäivystys ma-pe klo 9-22 p. 050-401 5567

itu@tnnky.fi