



Den 31. januar 2006

## Fædre og Fødselsdepression

Resultater fra forskningsprojektet:  
*Men's Psychological Transition to Fatherhood*  
– *Mood Disorders in Men Becoming Fathers*

### Hovedresultat:

Undersøgelsen, der omfatter 600 mænd, peger på, at omkring **7 procent** fædre får en fødselsdepression.

Det svarer til, at blandt fædrene, hvis barn bliver født på Rigshospitalet, er der, **225-250 mænd** årligt, der får en fødselsdepression. På Rigshospitalet er der ca. 3.400 fødsler årligt.

Der er for tiden cirka 65.000 fødsler om året i Danmark. På landsplan peger tallene derfor på, at omkring **4-4.500 fædre** årligt får en fødselsdepression.

### Om undersøgelsen:

I undersøgelsen er brugt to skalaer for depression: 1) 'Edinburgh Postnatal Depression Scale' (EPDS), der traditionelt bruges til at screene for fødselsdepression, og 2) 'Gotlandskalaen', der bruges til vurdering af såkaldt mandlige depressionstilstande.

I de to skalaer, der er brugt, indgår nedenstående tilstande som indikatorer for depression:

EPDS ('Traditionel' depression)	Gotlandskala ('Mandlig' depression)
<ul style="list-style-type: none"><li>• Ikke kunnet le eller være humoristisk</li><li>• Ikke kunnet se frem til ting med glæde</li><li>• Bebrejdet mig selv uden grund for ting der er gået galt</li><li>• Været nervøs og bekymret uden god grund</li><li>• Været angst og panikslagen uden god grund</li><li>• Svært ved at overskue min situation</li><li>• Haft svært ved at sove fordi jeg har været ulykkelig</li><li>• Været ked af det og ulykkelig</li><li>• Grædt fordi ulykkelig</li><li>• Tænkt på at gøre skade på mig selv</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Lavere stresstærskel/mere stresset</li><li>• Aggressiv, udadreagerende, besvær med selvkontrol</li><li>• Udbrændthed og tomhed</li><li>• Uforklarlig træthed</li><li>• Irritabel, rastløs og frustreret</li><li>• Besvær med at træffe beslutninger i hverdagen</li><li>• Sover for meget/for lidt/uroligt</li><li>• Besvær med at falde i søvn/vågner tidligt</li><li>• Følelse af uro/ængstelse/ubehag</li><li>• Overforbrug af alkohol og piller</li><li>• Overaktiv/arbejder hårdt og rastløst, jogger o.l.</li><li>• Opførsel ændret så du er svær at have med at gøre</li><li>• Følt dig/andre opfattet dig som dystert, negativ</li><li>• Følt dig/andre set dig som selvmedlidende, klagende</li></ul>

De 600 mænd, der deltog i undersøgelsen blev rekrutteret via fødselsforberedelse og jordemoderkonsultationer på Rigshospitalet. Blandt de mænd, der har modtaget spørgeskemaet er der en svarprocent på 91.



Undersøgelsen er gennemført i perioden februar til december 2005 og omfatter 600 fædre, der har fået barn på Rigshospitalet. Mændenes tilstand er blevet undersøgt ved hjælp af spørgeskema ca. 6 uger efter deres barns fødsel.

I Fædreforskningsprogrammet på Rigshospitalet har vi indtil nu behandlet omkring **70 fædre** med psykoterapi for fødselsdepression. Dette arbejde har vist, at fødselsdepressioner i øvrigt kan opstå både før fødslen og længere tid efter fødslen.

Projektet er finansieret af EU-kommissionen under "Community Framework Strategy on Gender Equality 2001–2005".

Projektet er gennemført af en forskergruppe bestående af chefpsykolog, ph.d. *Svend Aage Madsen*, psykolog *Tina Juhl* og jordemoder *Ann Louise Vestergaard* – alle Rigshospitalet, Psykologisk og Psykosocial Forskningsenhed.

### Uddybende:

Når vi bruger det redskab, der traditionelt bruges til at identificere fødselsdepression hos kvinder – EPDS – er vurderingen, at 5,0 % af de undersøgte mænd lider af fødselsdepression. Når vi bruger en skala for 'Mandlig depression' – Gotlandskalaen – vurderes det, at 3,4 % mænd har fødselsdepression.

Benytter vi begge skalaer er resultatet, at i alt ca. 7 % af fædrene har en fødselsdepression (Her tæller de fædre, der udviser depression ifølge begge skalaer, kun én gang). Heriblandt er der både førstegang- og flergangsfædre.

Tallene viser følgende fordeling blandt de 544 fædre, der har svaret:

EPDS	27 (5,0%) <sup>1</sup>
Gotland	18 (3,4%) <sup>2</sup>
<b>Fødselsdepression inklusiv EPDS + Gotland</b>	<b>34 (6,5 %)<sup>3</sup></b>

Gyldige svar: <sup>1</sup>537, <sup>2</sup>524, <sup>3</sup>520

Til sammenligning er der international enighed om, at 10-14 % kvinder får en fødselsdepression målt med EPDS ca. 6 uger efter fødslen.

Sammenligner vi fødselsdepression med andre former for depression viser en nyere dansk undersøgelse, at blandt 20-50-årige lider 3,5 % mænd i befolkningen af lettere til svær depression på et givet tidspunkt. Dobbelt så mange kvinder som mænd diagnosticeres for depressive tilstande.

Meget tyder på, at mænd generelt er underdiagnosticerede for psykiske problemer og ikke modtager tilstrækkelig behandling på dette område.



## Perspektiver

Det forhold, at mænd kan få fødselsdepressioner, blev påvist ud fra resultaterne fra forskningsprojektet "Fædres tilknytning til spædbørn" (2) og meddelt offentligt første gang i Danmark i 2002. Siden er der blevet arbejdet på Rigshospitalet med udforskning af fænomenet, bl.a. via psykologisk behandling af mænd med denne lidelse.

Den aktuelle undersøgelse peger på, at det er nødvendigt, at det sundhedspersonale, der er i kontakt med familier under graviditet, fødsel og spædbarnstid, bliver uddannet i også at være opmærksomme på fædrenes psykiske tilstande og i at identificere fædre med fødselsdepressioner.

Dertil kommer, at den her anvendte metode til identificering af fødselsdepressioner vil kunne bruges som udgangspunkt til at udvikle redskaber til en forbedret diagnosticering af mænd med depression i almindelighed.

Det ser ud til, at der endnu ikke er andre steder i Danmark end Rigshospitalet, der tilbyder en specifik behandling – og den behandling, vi har kunnet tilbyde på Rigshospitalet, er et tidsbegrænset tilbud finansieret af projektmidler fra EU.

Undersøgelsen peger således også på, at der er behov for at skaffe behandlingstilbud til de på landsplan ca. 4-4.500 mænd, der årligt må skønnes at få denne lidelse.

Dette peger endelig på, at der er behov for uddannelse af behandlere til at tage sig af mænd med fødselsdepression.

---

(1) Olsen, L., Mortensen, E. & Bech, P. (2004) *Prevalence of major depression and stress indicators in the Danish general population*. Acta Psychiatrica Scandinavica: 109: 96–103.  
(2) Madsen, S.Aa., Lind, D. & Munck, H. (2002) *Fædres tilknytning til spædbørn*. København: Hans Reitzels Forlag.

\* \* \* \* \*

**For yderligere information og uddybning, kontakt:**

**Chefpsykolog Svend Aage Madsen**

Tlf.: 35 45 47 67/26 21 28 51 - email: [svaam@rh.dk](mailto:svaam@rh.dk)

**Psykolog Tina Juhl**

Tlf.: 35 45 73 19 - email: [tina.juhl@rh.hosp.dk](mailto:tina.juhl@rh.hosp.dk)

**Jordemoder Ann Louise Vestergaard**

Tlf.: 35 45 50 22 - email: [ann.louise.vestergaard@rh.hosp.dk](mailto:ann.louise.vestergaard@rh.hosp.dk)

Med venlig hilsen

Svend Aage Madsen