

Fødselsdepression

Af Lise Gullestrup og Inger Merete Terp

PsykiatriFonden <http://www.psykiatrifonden.dk/>, 2007. 176 sider. Pris kr. 175,00.

Her er tale om en bog, der virkelig går i dybden med emnet "fødselsdepression". Jeg har selv været alvorligt syg, og at sidde og læse den efterfølgende har været meget givtigt.

Bogen lister symptomerne på en fødselsdepression, og er dermed et godt redskab til bekymrede pårørende. Men den går også i dybden med de mange årsager, der kan være til depressionen, og den giver derfor forklaringer på, hvad der kan spille ind, og hvorfor det måske lige har ramt én selv. Desuden går den i dybden med de forskellige behandlingsformer.

Den gør op med de myter, der er omkring en fødselsdepression, og faktisk overraskede det mig, at så mange er berørt af emnet. Den er med til at "normalisere" og afstigmatisere tilstanden.

Bogen er delt op i kapitler med undertitler, der gør den meget brugbar som opslagsværk.

Det er en faktuel bog, men alligevel skrevet på en måde, så man kan bruge dele af den, mens sygdommen hersker.

Den er skrevet i et sprog, der er let læseligt og derfor meget brugbar.

Det er dog vigtigt at skelne mellem sygdom og almindelige efterfødselsreaktioner, da jeg mener, at de fleste nybagte mødre kan nikke genkendende til flere af symptomerne.

Iben Lyhne