

Herlev Hospital
Gynækologisk Afdeling

Effekten af selvhypnose som forberedelse til fødslen

Information om deltagelse
i et forskningsprojekt
på fødeafdelingen

Forskningsprojektet

Vi er en gruppe jordemødre på fødeafdelingen ved Herlev Hospital, der er i gang med et forskningsprojekt. I den forbindelse vil vi spørge, om du vil deltage i projektet. Projektet skal undersøge om effekten af selvhypnose, som forberedelse til fødslen, kan nedbringe behovet for en rygmarvsbedøvelse og dermed nedsætte indgreb under fødslen, samt øge din fødselsoplevelse i en mere positiv retning.

Hvad ved vi i dag?

Vi ved at selvhypnose kan lindre opfattelse af fødselssmerter, og dermed føle lindring af smerter ved fødslen, især i den sidste fase af fødslen. Flere undersøgelser viser også, at fødslen afkortes og barnet får en højere Apgar (point) lige efter fødslen. Der er også færre kvinder der får rygmarvsbedøvelse, morfin og vestimulation.

Hvad er formålet med projektet?

Formålet med projektet er at skabe en viden, om træning af selvhypnose i graviditeten, har en gavnlig effekt under fødslen således, at behovet for rygmarvsbedøvelse kan mindskes.

En andet formål er at nedsætte behovet for rygmarvsbedøvelse så indgreb som vestimulation, sugekop og kejsersnit måske kan nedbringes, samt afkorte fødslens længde, og ikke mindst, at minimere barnets påvirkning under fødslen.

Endnu et formål er, at kvinden ved fødslens start, i større grad kan mestre fødselssmerter i hjemmet og senere på hospitalet i den mere aktive fase af fødslen. Ikke mindst har projektet det formål, at lindre fødselssmerter.

Hvem bliver spurgt om de vil deltage?

Alle første gangs fødende kvinder der taler dansk, med spontan graviditet og forventet normal graviditet, får udleveret deltagerinformationen ved første jordemoderbesøg.

Før du beslutter dig for at deltage

Før du beslutter dig, er det vigtigt, at du ved hvad det vil medføre at deltage i projektet. Giv dig derfor god tid til at læse denne information og diskutere den med andre. Hvis du har spørgsmål, eller ønsker yderligere oplysninger om projektet, kan du kontakte os. Telefonnummer og adresse finder du nederst på sidste side. Det er helt og holdent op til dig, at bestemme om du vil deltage eller ej.

Hvis du beslutter dig for at deltage i projektet, vil vi bede dig underskrive en samtykkeerklæring. Du kan trække dig ud af projektet uden at forklare hvorfor. Hvis projektet må afbrydes på grund af organisationsændringer, vil du blive orienteret. Er det tilfældet, at du må udgå af projektet, vil du blive informeret om årsagen hertil, og dine data vil ikke blive anvendt.

Hvilke smertelindringsmuligheder er der under fødslen på Herlev Hospital?

De mest almindelige smertelindringsmuligheder på Herlev Hospital er: akupunktur, badekar med varmt vand, akupunktur, lattergas, sterilvandsappler, lattergas, morfin, pudendusblokada samt epiduralblokada.

Hvordan deltager du?

Du vil blive ringet op af en projektjordemoder i 20. uge og blive spurgt om du er interesseret i deltagelse i projektet. Har du lyst til at deltage i projektet, vil du sammen med projektjordemoderen aftale en tid, hvor du mundtligt vil få gentaget informationen om projektet, og have mulighed for at stille spørgsmål. Du må gerne tage en pårørende, ven eller bekendt med til den mundtlige information om projektet.

Vi beder dig desuden læse den vedlagte information. "Dine rettigheder som forsøgsperson i et biomedicinsk forskningsprojekt" samt "Før du beslutter dig" begge fra Videnskabsetiske Komité

Hvis du beslutter dig for at deltage, efter denne mundtlige information, vil vi umiddelbart herefter stille dig nogle spørgsmål, for at se om du er egnet til

selvhypnose. Kan du ikke indgå i projektet, får du en efterfølgende samtale med projektjordemoderen. Er du derimod egnet til selvhypnose, og du stadig gerne vil være med i projektet, underskriver du en samtykkeerklæring og herefter er du med i en lodtrækning.

Hvad er en lodtrækning?

Når du har underskrevet samtykkeerklæringen, vil du være med i en lodtrækning, om du kommer med i gruppen der skal til selvhypnose(A: gruppen) eller om du kommer med i kontrolgruppen.(B: gruppen)

Der skal være 100 gravide i projektet, der siger ja til at deltage og er egnet til selvhypnose. De 100 kvinder fordeles i to lige store grupper på 50.

Er du iblandt de 50 gravide kvinder der kommer med i gruppen der skal træne selvhypnose (A: gruppen), skal du lære selvhypnose som forberedelse til fødslen, og deltage i et fokusgruppeinterview efter fødslen. Der udover skal du følge de sædvanlige jordemoderundersøgelser.

Er du iblandt de gravide der ikke skal træne selvhypnose(B: gruppen), skal du ikke aktivt indgå i projektet i graviditeten og under fødslen, men du skal være med i et fokusgruppeinterview efter fødslen. Du skal følge de sædvanlige undersøgelser hos jordemoderen.

Virkningen af selvhypnose måles ud fra om der er forskel i antal af indgreb under fødslen i selvhypnosegruppen (A: gruppen)i forhold til kontrolgruppen (B:gruppen) samt kvindernes smerteopfattelse under fødslen ved hjælp af fokusgruppeinterviews.

Bivirkninger, risici og ulemper

Der skønnes ikke at være nogen umiddelbar risici eller bivirkninger ved at deltage i projektet. Ulempen ved anvendelse af hypnose er, at der kan være forskel på, hvor modtagelige klinerne er, og det kan være tidskrævende for kvinderne med forberedelse og træning.

Gevinsten ved forsøget

Deltagerne vil få mindre indgreb under fødslen samt få en mere positiv fødselsoplevelse.

Visionen med projektet har samfunds-etiske såvel som økonomiske inddragelser. Økonomisk, idet alternativer til anvendelsen af fysisk indgreb under fødslen, kan være med til at reducere omkostningerne betydeligt, især ved førstegangsfødsler. Etisk, kan bl.a. selvhypnose bidrage til en behageligere oplevelse af hele graviditeten og mindske frygten for smerten i forbindelse med fødslen.

Hvad er et fokusgruppeinterview?

Et fokusgruppeinterview er en særlig form for interview, hvor en gruppe mennesker er samlet for at diskutere et bestemt emne. Fokusgruppedata produceres således ved hjælp af deltagernes samtale og samspil med hinanden.

Hvad er selvhypnose?

Selvhypnose er hvor du hypnotiserer dig selv med en samling terapeutisk/kliniske teknikker, der bringer dig i en ændret bevidsthedstilstand. En ændret bevidsthedstilstand der kan fremkaldes på mange måder, for det meste gennem tale og verbal guidning gennem teknikker. Den ændrede bevidsthedstilstand muliggør både psykiske og fysiske forandringer hos klienten, bl.a. med smerteopfattelse, bedøvelse og kontrol af kropsfunktioner.

Hypnosetræning

Er du iblandt de 50 gravide kvinder der indgår i selvhypnosetræningen begynder træningen i 30. uge og fortsætter i 31., 32., 34., 36. og 38. graviditetsuge. Projektjordmoderen underviser i hypnosetræning, hvor en undervisningsgang er to timer med en gruppe på 6-8 gravide. Hypnosetræningen foregår i lokaler tæt ved jordemoderkonsultationen på Herlev Hospital. Samtidig med at du forbereder dig til fødslen med selvhypnose, vil du få mulighed for en god kropsfornemmelse, samt en god kontakt med dit ufødte barn.

Selve hypnosetræningen vil, ved 4. undervisningsgang, blive optaget på en CD. Du vil så få CD'en med hjem, så du kan træne hjemme. Ligeledes vil 6.undervisningsgang blive optaget på en CD, som du skal bruge under selve fødslen. Udbyttet af hypnosen vil øges, jo mere du øver dig. Formålet med træningen er, at du skal arbejde/træne hen imod at kunne bruge CD'en under graviditeten, og ikke mindst under fødslen, hvor du skal medbringe CD'en.

Vil din deltagelse i projektet være fortrolig?

Al information der indsamles om dig i dette projekt vil blive behandlet strengt fortroligt og alt personale har tavshedspligt. Alle data vil blive mærket med en kode, så kun projektgruppen kan identificere hver deltager fra en kodeliste. Personrelaterede data vil blive opbevaret i henhold til loven om håndtering af personoplysninger og loven om håndtering af personoplysninger og loven for patienters retstilling. Du har ret til at se projektprotokollen, hvis du ønsker det. Projektet er godkendt af Datatilsynet og Den Videnskabs- etiske Komité, Region Hovedstaden (J.no.771-44-2008)

Hvad sker der når projektet stopper?

Vi stopper ikke projektet før vi har 100 gravide deltagere i forsøget. Projektet vil efter planen stoppe i slutningen af 2009. Resultatet vil blive offentliggjort på Herlevs Hospitals hjemmeside. (www.HerlevHospital.dk)

Hvem er med i projektgruppen?

Projektjordemødre:

Björg Simonsen, Annette Fornæs, Helle Lorenzen

Projektleder:

Uddannelsesansvarlig jordemoder Gitte Toft

Hovedansvarlig:

Chefjordemoder Ingelise Andersen

Vejleder:

Professor Sven Skouby

Projektet støttes økonomisk af Videns og Forskningscenter for Alternativ Behandling, med 200.000 kr. til lønomkostninger og databehandling.

Chefjordemoder Ingelise Andersen er initiativtager til projektet og har ingen tilknytning til støttegiver.

For yderlige oplysninger**om projektet kan du kontakte:**

Projektjordemødrene på fødeafdelingen,

Herlev Hospital

Herlev Ringvej 75

2730 Herlev

Mail: Hypnoseprojekt@heh.regionh.dk

Venlig hilsen

Projektjordemødrene





**Herlev
Hospital**

Herlev Hospital

Gynækologisk Afdeling

Herlev Ringvej 75

2730 Herlev

Telefon: Hverdage 4488 4000 tone 89 513

E-mail: gitof@heh.regionh.dk

www.herlevhosp.dk