

JEG FIK EN DEPRESSION

Min datter blev født ved kejsersnit 16 dage efter termin. 14 dage efter termin blev fødslen sat i gang, og efter et 36 timers forløb, endte den i kejsersnit fordi min datter ikke kom langt nok ned til at de kunne tage hende med sugekop (det viste sig at jeg havde en udvækst på indsiden af mit skamben, der gjorde, at hun ikke kom ned). Der var grønt fostervand undervejs i forløbet, og jeg fik feber, og blev behandlet med antibiotika mod en eventuel forgiftning. Alt i alt var jeg totalt udmattet efter fødslen, og havde ikke sovet i 2 døgn.

Min datter ville suge hele tiden, og græd og græd. Jordmoderen forklarede mig, at for sent fødte børn tit er meget sultne, når de bliver født, fordi moderkagens funktion kan være nedsat den sidste tid før fødslen, så barnet ikke har fået nok næring. De mente, at min datter var meget sulten, men forklarede samtidig, at de ikke måtte give hende modermælkserstatning, og slet ikke noget fra en flaske, da dette kunne forhindre amningen i at komme i gang. De gav hende vand af en kop og af en sprøjte. Det tilfredsstillede min datter i kort tid ad gangen. Så græd hun igen. Og ville sutte hele tiden, på brystet eller på min finger. Eller min mands finger. Samtidig blev jeg placeret ved den elektroniske malkepumpe for at stimulere min mælkeproduktion mest muligt, hurtigst muligt.

Da min datter var to dage gammel, sagde den ene jordemoder til mig, at hvis vi ville give hende en sut, som ellers var bandlyst på afdelingen, skulle hun nok kigge den anden vej. Jeg lovede også at ikke sige, at det var hende, der havde foreslået det. Så min datter fik sut, og det hjalp lidt. Men sove gjorde hun kun kort tid ad gangen. Så græd hun igen. Jeg sov maks. 2 timer i døgnet de fem døgn jeg var på hospitalet. Min datter og jeg blev hele tiden flyttet rundt på nye værelser, for min datter græd så meget og så højt, at vi ikke kunne ligge på værelse med andre nyfødte og deres mødre!

Jeg var desperat, og lænkede mig på det nærmeste til malkepumpen. Men ingen mælk kom. Den tredje dag forbarmede jordemødrene sig over os, og gav min datter en lille bitte smule modermælkserstatning i en kop. Min datter slugte det hele. Og faldt i dyb søvn. Så livløs virkede hun, at jordmoderen tilkaldte børnelægen, som kom farende, og rystede liv i min datter igen – blot for at konstatere, at hun var faldet i meget dyb søvn, fordi hun havde fået noget at spise. Hun fik dog ikke mere modermælkserstatning af den grund.

Den 4. dag kom mælken endelig. Min datter forsøgte stadigvæk at suge, men nu var det åbenlyst, at hun ikke fik fat. Jordmoderen mente, at min brystvorte var for blød, og gav mig en suttebrik, som jeg skulle bruge. Min datter sugede, græd, faldt i søvn ved brystet, sugede, græd, faldt i søvn ved brystet, osv. osv. Nonstop. Hele døgnet.

Den 4. dag var jeg så træt, at da min datter endelig sov en kort stund, og jeg ikke sad ved malkepumpen, lå jeg i min seng og græd. En sygeplejerske kom ind, og så at jeg græd (jeg var jo ellers på enerum),

og spurgte, hvorfor jeg græd. Jeg er så træt, sagde jeg, som sandt var. Hun tilbød at tage min datter med ud, så jeg kunne få lidt ro. Jeg var lige ved at sige ja tak, da hun tilføjede, at min datters seng kunne trilles ind på sygeplejerskernes kontor, og stå der, men hun ville altså ikke "få noget" (mad eller omsorg). Efter den tilføjelse, nænnede jeg ikke at give min datter fra mig. Jeg glemmer aldrig sygeplejerskens kommentar – jeg syntes den var så hjerterå.

Da jeg forlod fødeafdelingen den 5. dag var jeg et vrage af udmattelse. To dage efter at jeg kom hjem fik jeg pludselig høj feber, og min mand ringede ind til fødeafdelingen. Det var nok bare udmattelse, sagde de. Ikke ualmindeligt.

Jeg fik, som de fleste andre førstegangsfødende, også vabler på brystvorterne. En aften fyldtes suttebrikken med blod, og vi ringede igen til fødeafdelingen for at høre, hvad vi skulle gøre. Bliv ved med at amme, sagde de. Barnet skal endelig suge, og hun kunne bare drikke blodet. Måske kom barnet til at kaste det op igen, men vi skulle absolut ikke sætte amningen i fare ved at give flaske. Det blev dog for blodigt for os, så den aften fik min datter flaske, trods alt, mens jeg malkede ud med håndpumpen for at holde produktionen oppe.

Jeg forsøgte at amme, og det var en konstant kamp for min datter og mig. Hun græd meget, sov lidt, og var, set i bagspejlet, tydeligt utilfreds. Jeg syntes det var ubekvemt og besværligt at finde en god amnestilling med operationssår i maven, en hånd på suttebrikken og kun en hånd på min datter, hvis hoved/mund også tit måtte tvinges til at komme hen til suttebrikken (metode lært på fødeafdelingen og bekræftet af sundhedsplejersken). Min svigermor, som var vores nabo, var bekymret, men samtidig bange for at blande sig for meget. Hun sagde dog forsigtigt, at hun syntes, at jeg skulle tale med sundhedsplejersken om min datter fik nok mælk. Og det gjorde jeg, hver uge. Sundhedsplejerskens mål på min datters tilfredshed var hendes ugentlige vægtøgning. Og hver uge tog hun det på, som hun skulle. Lige på gennemsnittet. Så sundhedsplejersken konkluderede, at vi skulle blive ved med amningen som den foregik, for barnet tog jo det på, som hun skulle.

Det var svært at forlade hjemmet. Dels fordi min datter så hurtigt blev utilfreds, og dels fordi amningen var så besværlig. Det var flovt at sidde blandt andre mennesker – familie, venner, på cafe – og amme et modvilligt barn, med ammevade, suttebrik og hvad jeg ellers havde behov for, for at gennemføre en amning, der typisk varede i ca. 1 time ad gangen, med ca. 1 times mellemrum.

Min datter blev mere og mere utilfreds, og da hun var 5-6 uger gammel græd hun hysterisk hver gang jeg ville lægge hende til brystet. Da hun var 6 uger gammel, var sundhedsplejersken tilstede ved en af vores typiske amninger, hvor min datter græd ved mit bryst og ikke ville tage fat. Da – endelig! – sagde hun, at jeg blev nødsaget til at holde op med at amme, og det lige med det samme. Jeg måtte tage hen til Falck og leje en elektrisk malkepumpe som jeg kunne have derhjemme, og malke

ud med. Hun pointerede, at det var meget vigtigt, at jeg også malkede ud om natten, for ellers ville jeg ikke kunne holde mælkeproduktionen oppe. Alternativer til malkepumpe og modermælk blev slet ikke nævnt. Kun opfordring til at nu måtte jeg kæmpe endnu hårdere, for at give min datter den modermælk hun skulle have.

Og jeg kæmpede. Dag og nat. Jeg sov typisk 1-4 timer i døgnnet. Og førte hele tiden statistik over, hvor meget modermælk min datter fik. Min mælkeproduktion var synkende og jeg var fortvivlet, men jeg formåede, at holde den på et niveau hvor min datter fik 50% modermælk og 50% erstatning.

Jeg tænkte ved mig selv, at hvor ville det være på sin plads at give modermælkserstatning, og ikke tvinge min allerede totalt udmattede krop og sjæl til at kæmpe videre med malkepumpen. Men jeg havde ikke samvittighed til at frarøve min datter modermælken, med de nærmest uanede negative konsekvenser det ville få for hendes fremtidige liv og helse.

At forlade huset blev endnu sværere end tidligere. Nu var jeg for alvor lænket til malkepumpen! Først give mælk i flaske, så malke ud når min datter sov (maks. 40 minutter ad gangen), give mælk igen, vaske og sterilisere pumpe, slanger og flasker næste gang hun sov, osv. osv. Dag og nat. Typisk var jeg oppe 2 x 2 timer hver nat: Først en time med at varme mælk, give flaske og få min datter til at sove igen. Dernæst malke ud i ca. 45 minutter (det var jo om natten, der kom mest mælk), og så vaske og sterilisere malkepumpen så den var klar til næste omgang. Det var et sandt helvede. De sidste uger hjalp min mand mig ved at stå op sammen med mig og give min datter flaske, mens jeg malkede ud. Så var vi oppe ca. 1 time begge to. En til to gange hver nat. Jeg var så udmattet på det tidspunkt, at jeg knapt var i stand til at sove.

Da min datter var ca. 2,5 måneder, så min sundhedsplejerske (endelig) at jeg var ved at være helt død indeni. Og sagde, at nu var det tid til at gå over til 100% modermælkserstatning. Det var en enorm lettelse at høre! Så skulle jeg bare overbevise min mand om, at det var det rigtige at gøre. Han var jo også hjernevasket m.h.p. hvor vigtigt det var, at give barnet modermælk, og det tog endnu et par uger, inden vi var mentalt klare til at gå over til 100% erstatning.

På dette tidspunkt havde jeg for længst udviklet mig til en zombie, en følelseløs robot, der gjorde, hvad jeg skulle, men uden at føle noget som helst. Fysisk og psykisk udmattet. Uden følelser for min datter, min mand, mig selv. Uden evne til at føle glæde ved noget som helst. Jeg tænkte selv, og drøftede med min mand, om jeg måske havde fået en depression. Men vi affejede det – det var jo så indlysende, at jeg var udmattet efter så hård en periode. Jeg skulle nok komme ovenpå igen.

Jeg kom aldrig ovenpå igen, og hadede min barsel. Jeg gik tilbage på arbejde, og var lykkelig over at få noget af mit liv tilbage. Min datter begyndte i vuggestue. Jo ældre hun blev, jo mere afviste hun mig. I alt og et foretrak hun sin far. Mig ville hun helst ikke have noget med at

gøre. Jeg måtte ikke putte hende, trøste hende, osv. Hvis min mand ikke var hjemme, når vi kom hjem fra vuggestuen, gennemsøgte hun hele vores lejlighed efter ham, og når hun ikke fandt ham, satte hun sig ned på gulvet og græd. Utrøstelig. Optil 3 timer ad gangen.

Da hun var halvandet år gammel, forstod jeg at vi var en familie i dyb krise, og at vi havde behov for hjælp. Sundhedsplejersken formidlede kontakt til en familierådgiver, jeg gik i terapi, min mand og jeg gik i par terapi, jeg har holdt orlov fra mit job i snart et år nu for at få mig selv og min familie til at fungere igen. Og ikke mindst forholdet mellem min datter og mig, som virkelig har lidt, lige siden fødslen. Jeg laver stadigvæk "holdingterapi" med min datter, hvor jeg holder hende som en lille baby, indtil mit bryst, ser hende ind i øjnene, og fortæller hende om den gang hun var en lille baby, og mor ikke var der for hende. Hensigten er at etablere det bånd mellem hende og mig som skulle have været etableret efter fødslen, men som druknede i ammeproblemer, amnehysteri, udmattelse og depression. Terapeuten mener det er tydeligt at se, at min datter har haft nogle meget traumatiske oplevelser.

Det går meget bedre for os nu. Men det har været tre års sej kamp at komme hertil.

I dag vover jeg til og med at tænke på at få et barn til, noget jeg slet ikke har kunnet forestille mig tidligere. Mine brystvorter er måske for bløde til at jeg kan amme på normal vis, så jeg har hele tiden kæmpet med uvilligheden til at opleve en så svær barsel og amning igen på den ene side, og samvittigheden over at afskære mit andet barn fra at få den vigtige modermælk på den anden side. Min mand har taget det som en selvfølge, at jeg skulle malke ud til barn nummer to også. Det er egentlig en helt vanvittig forestilling efter den oplevelse vi har haft, men så LIVSVIGTIG har altså sundhedsvæsnet formået at fremstille modermælken, at det mener han. Nu er JEG i det mindste afklaret med, at DET GØR JEG IKKE. Og så håber jeg, at min mand vil backe mig op i min beslutning, hvis amningen ikke kommer til at fungere.

Konkluderende bemærkninger

Jeg er tilhænger af amning, fordi det er det naturlige, og fordi jeg tror det er det bedste både for mor og barn, hvis det ellers fungerer. Hvis jeg får et barn til, vil jeg prøve at amme inden jeg tyr til modermælkerstatning.

MEN jeg synes sundhedsvæsnet går alt for langt i sin promovning af modermælken. I vores tilfælde, og vi er nok desværre ikke enestående i den sammenhæng, har det haft enorme omkostninger, både menneskelige og økonomiske. Som forældre vil man det bedste for sit barn, og amningen har fået en alt for fremtrædende plads på fødeafdelingerne og hos sundhedsplejerskerne. Jeg sidder i al fald tilbage med indtrykket af, at moderen (og dermed forholdet moder-barn) godt må ofres for at barnet skal få sin modermælk. Er det virkelig det værd?

I alle pjecer vi fik uddelt af jordemoderen og hos lægen, alt hvad min mand og jeg fik at vide til fødselsforberedende, og alt hvad de blev ved med at fortælle os på fødeafdelingen og hvad sundhedsplejersken fortalte

os, ALT fremstillede modermælken som det eneste saliggørende for barnet. Og hvis vi ikke gav vores barn modermælk, var der ingen grænser for, hvor stor elendighed, vi udsatte det for. Det er rigtigt, at til sidst i pjecerne og til sidst til fødselsforberedelse, så blev der nævnt, at hvis amningen ikke fungerede, så var modermælkserstatning også et godt alternativ. Men hvem tror på det, efter flere siders læsning om modermælkenes fortræffelighed og livsnødvendige egenskaber? Jeg opfattede det aldrig som andet end en meget lidt troværdig trøst til de stakkels, stakkels mødre, der mistede sin mælk eller havde en fysisk defekt, som gjorde at de ikke kunne amme sit barn, eller en slags formildende dom over de mødre, der i sin egoisme alligevel ikke ville amme sit barn.

Lad os få nogle flere objektive fakta om modermælk og modermælkserstatning på bordet og ud til de vordende mødre. Og lad os udfordre sundhedsvæsnet i deres alt for ensidige propaganda! Jeg melder mig meget gerne på barrikaderne, hvis I kan bruge mig!