

## O projekcie

Miło nam poinformować, że Nadmorskie Centrum Medyczne Sp z o.o. nawiązało współpracę z Copernicus Podmiot Leczniczy Sp. z o. o. z Gdańska dotyczącą wspólnej realizacji projektu pt. „Przystanek MAMA” polegającego na podjęciu działań profilaktyczno – edukacyjnych w zakresie wczesnego wykrywania i leczenia depresji poporodowej wśród kobiet w okresie poporodowym, objęte wizytami patronażowymi z trzech województw: **pomorskiego, kujawsko – pomorskiego i warmińsko – mazurskiego.**

Projekt odpowiada założeniom **Ogólnopolskiego Programu Polityki Zdrowotnej pn. „Program w zakresie edukacji i profilaktyki depresji poporodowej”** i jest realizowany na podstawie zawartej z Ministerstwem Zdrowia umowy o dofinansowanie projektu nr POWR.05.01.00-00-0023/18 w ramach Programu Operacyjnego Wiedza Edukacja Rozwój 2014-2020 współfinansowanego ze środków Europejskiego Funduszu Społecznego.

### Cel i założenia projektu:

**Głównym celem Projektu** jest wzrost wczesnego wykrywania depresji poporodowej poprzez edukację i wzrost świadomości społecznej na temat depresji poporodowej, a w dalszej konsekwencji jest wzrost odsetka kobiet z wczesnie rozpoznaną depresją poporodową.

### **Celami szczegółowymi są:**

- zwiększenie wiedzy o profilaktyce depresji poporodowej wśród pracowników medycznych ze szczególnym uwzględnieniem położnych, pielęgniarek i lekarzy (POZ) oraz personelu medycznego szpitali biorących udział w Projekcie,
- zwiększenie poziomu wiedzy i świadomości grupy docelowej (kobiet) projektu w zakresie czynników ryzyka i wczesnych objawów depresji poporodowej,
- zwiększenie dostępu do specjalistów (psychologów) i badań przesiewowych,
- zwiększenie świadomości i profilaktyki, w kierunku stwarzania warunków dla określonych zachowań (środki profilaktyczne, konsultacje psychologiczne) wśród osób w wieku aktywności zawodowej.

**Realizatorem projektu jest Copernicus Podmiot Leczniczy sp. z o.o. wraz z Instytutem Psychologii Uniwersytetu Gdańskiego oraz Fundacją Twórczych Kobiet z Warszawy.**

**Okres realizacji projektu obejmuje lata 2019-2021** i stanowi odpowiedź na potrzeby w zakresie edukacji i profilaktyki depresji poporodowej.

W ramach projektu udzielone wsparcie dotyczy m in.:

- ✓ **Badań przesiewowych w zakresie ryzyka i nasilenia objawów depresji poporodowej podczas wizyt patronażowych położnych, ale też podczas wizyt z niemowlęciem u lekarza pediatry, na przykład podczas rutynowych szczepień.**
- ✓ W trakcie takiej wizyty położna/pielęgniarka wypełni z młodą Mamą formularz Edynburskiej Skali Depresji Poporodowej, a następnie omówi wynik i w zależności od potrzeb matki zaproponuje odpowiednią formę wsparcia.
- ✓ **Trzech konsultacji psychologiczne w miejscu zamieszkania. W przypadku utrzymywania się objawów** depresji i braku poprawy stanu psychicznego, psycholog zaleci dalsze leczenie (w ramach NFZ).
- ✓ **Szkolenia edukacyjnego** skierowanego do personelu medycznego opiekującego się matką i jej dzieckiem (tj. do pielęgniarek i położnych POZ, lekarzy POZ). Celem szkoleń będzie zdobycie wiedzy w zakresie rozpoznania objawów depresji poporodowej oraz stosowania Edynburskiej Skali Depresji Poporodowej.
- ✓ **Możliwości samodzielnego wypełnienia Edynburskiej Skali Depresji Poporodowej** przez młode matki za pośrednictwem strony internetowej (zobacz zakładkę: **Test dla Mam**) i otrzymania natychmiastowej informacji zwrotnej.
- ✓ **Forum informacyjno-konsultacyjnego obsługiwane przez psychologa**, będące miejscem, w którym Mamy mogą zadawać pytania, wymienić się spostrzeżeniami, wątpliwościami, a także porozmawiać z innymi kobietami borykającymi się z problemem depresji poporodowej. Psycholog odpowiada na pytania zainteresowanych kobiet i ich rodzin oraz bliskich maksymalnie w ciągu 48 h (zobacz zakładkę: **Forum informacyjno-konsultacyjne**).
- ✓ **Akcji informacyjno – edukacyjnej poprzez ulotki i materiały informacyjne dotyczące higieny psychicznej, oraz objawów depresji poporodowej do poradni ginekologicznych, poradni dla dzieci, oddziałów położniczych, neonatologicznych.**
- ✓ **Grupy wsparcia dla mam z dziećmi.**
- ✓ **Współpracujące z nami położne i pielęgniarki mogą korzystać z bezpłatnych superwizji – omawiania swoich wątpliwości w pracy z pacjentami z psychoterapeutą.**

Zapraszamy Państwa do odwiedzenia strony internetowej projektu: <https://przystanekmama.copernicus.gda.pl/> i jesteśmy obecni strona na facebook'u: <https://www.facebook.com/PrzystanekMAMA/>