

*Campanie de informare, conștientizare și consiliere, realizată în conformitate cu prevederile Legii sănătății mintale și a protecției persoanelor cu tulburări psihice nr. 487/2002, actualizată - art. 6, alin 3 și art. 8, alin 1, lit. d)



SĂPTĂMÂNA CONȘTIENTIZĂRII DEPRESIEI POST PARTUM

21.09.2026 - 30.09.2026

► **DEPRESIA POSTNATALĂ sau POST PARTUM** este o combinație complexă de modificări fizice, emoționale și comportamentale care au loc la unele femei după naștere, fiind provocată de schimbările chimice (hormonale), sociale și psihologice care au loc odată cu venirea pe lume a unui copil.

MODIFICĂRI FIZICE, EMOȚIONALE ȘI COMPORTAMENTALE

♥ **EMOȚIONAL** – Emoții care conduc la dispoziție disforică:

Emoții care
conduc la
dispoziție
disforică



- ☹️ tristețe
- ☹️ vinovăție
- ☹️ deprimare
- ☹️ iritabilitate
- ☹️ teamă
- ☹️ disperare
- ☹️ descurajare
- ☹️ îngrijorare
- ☹️ anxietate

♥ acestea pot alterna uneori
cu stări euforice



CAUZE ȘI FACTORI CARE POT CREȘTE RISCUL APARIȚIEI DEPRESIEI POST NATALE



- existența unui episod depresiv în antecedente sau tulburări afective la rudele de gradul 1
- istoric personal sau familial de depresie sau alte tulburări mentale
- modificări hormonale
- stresul legat de îngrijirea nou născutului
- problemele în relație cu familia (crize maritale)
- partener nesuportiv, relație deficitară cu propria mamă, divorț
- retrăirea unei pierderi anterioare (avort spontan sau bebeluș decedat anterior)
- nașterea unui bebeluș care necesită îngrijiri speciale sau tratament special (malformații cardiace, craniene sau osoase)
- travaliu dificil solicitant
- vârsta mică a mamei (mamă minoră)
- un bebeluș mai solicitant

MANIFESTĂRI

TRISTEȚE



- dispoziție depresivă, episoade de plâns necontrolat
- lipsa bucuriei atunci când există motive
- interes scăzut față de activitățile care în trecut îi făceau plăcere
- senzație de gol interior
- sentimente de lipsă de valoare, lipsă de speranță
- sentimente de incapacitate de a iubi propriul copil (deficit de conectare cu bebelușul)
- sentiment de vinovăție (culpabilitate), legat de incapacitatea de a avea grijă de bebeluș
- episoade de plâns necontrolat, facil, cu relaxare emoțională după aceea

GÂNDURI



- inutilitate
- vină
- neajutorare
- îngrijorare
- autocupabilizare
- idei suicidare că își pot răni bebelușul



COGNITIV



- dificultate de concentrare a atenției
- probleme de memorie pasageră
- lentoare cognitivă



Din punct de vedere comportamental



- apatie
- neimplicare
- iritabilitate
- agitație
- deficit de comunicare



MANIFESTĂRI FIZICE



- oboseală
- lipsa energiei (adinamie)
- anorexie sau bulimie (modificări de apetit)
- tulburări ale somnului manifestate prin insomnii de trezire sau de adormire
- senzație de epuizare
- plâns facil, necontrolat uneori, epuizant, în reprize repetate



Consiliere – Psiholog Clinician Psihoterapeut Băclea Elena

📍 Cabinet psihologic - Pavilion C, Et. 2, Cabinet 3

☎️ Telefon: 0753.081.102 📅 Program: Luni – Vineri 8:00 – 15:00

* Campanie de informare, conștientizare și consiliere, realizată de Spitalul Clinic de Obstetrică - Ginecologie „Buna Vestire” Galați prin intermediul dnei Psiholog Clinician Psihoterapeut Specialist Băclea Elena, în colaborare cu personalul medical al spitalului și Responsabilul cu Managementul Calității, Ec. Mihalcea Daniela – Camelia.

