IDA-TALLINNA KESKHAIGLA

AS Ida-Tallinna Keskhaigla
Ravi 18, 10138 Tallinn
Rg-kood 10822068
Tel 666 1900
E-post info@itk.ee
www.itk.ee

Психологическое консультирование во время беременности и после родов

Беременность и период после родов — это важное время для Вас и Вашего малыша, однако иногда оно может стать трудным испытанием, требующим поддержки и смелости.

Мы предлагаем услуги клинического психолога при наличии у Вас проблем с душевным здоровьем как во время беременности, так и в период после родов.

Если раньше у Вас раньше была диагностирована депрессия, то после родов существует значительный риск ее повторения. Во время беременности могут также обостриться и другие ранее наблюдавшиеся у Вас нарушения психики.

Консультация клинического психолога обязательна в случаях, если у Вас имеются следующие расстройства: депрессия, приступы тревоги, фобии, панические атаки, проблемы со сном, нарушения питания, навязчивые мысли и проблемы в межличностных отношениях.

Во время беременности, а также в течение некоторого времени после родов помощь в связи с нарушениями психики Вам будет оказывать клинический психолог, который будет следить за состоянием Вашей психики и оказывать Вам поддержу. В ходе консультации он оценит характер и выраженность нарушения психики и составит для Вас предварительный план лечения. При необходимости он будет проводить когнитивно-поведенческую психотерапию (это научно обоснованная форма терапии, при которой анализируются взаимосвязи между мышлением человека, его чувствами и поведением, а также корректируются те неосознанные характерные особенности, которые поддерживают нарушение психики).

- В женской клинике пациентов с проблемами в части душевного здоровья во время беременности и в послеродовой период принимает **клинический психолог Ада Алликсоо,** к которой можно обратиться и в целях профилактики— особенно в тех случаях, когда в прошлом у человека уже имелись расстройства нарушения настроения или тревожное расстройство личности.
- Вы можете поделиться о своих проблемах по поводу душевного здоровья с акушеркой, которая сможет направить Вас на консультацию к клиническому психологу.
- Обратите внимание на свое душевное здоровье и непременно обратитесь за помощью к психологу, если отрицательные или тревожащие Вас чувства не проходят, а начинают мешать повседневной жизни.