

FAGKONFERANSE OM MIGRASJONSHELSE OG FLERKULTURELL SYKEPLEIE

21.-22. OKTOBER 2019

OsloMet - storbyuniversitetet

Flerkulturell doula – sårbar, gravid og ny i Norge

Marit Stene Severinssen, sykepleier og jordmor, OUS

- Fagkonferansen er organisert av NSFs faggruppe for migrasjonshelse og flerkulturell sykepleie
- Faggruppen er åpen for alle medlemmer i Norsk sykepleierforbund
- Innmelding SMS til 02409 med kodeord MIGRAHEL

Medlemsavgift: 350 kr/år



<https://www.nsf.no/faggrupper/migrasjonshelse-og-flerkulturell-sykepleie>

E-post: faggruppefmf@outlook.com

[Facebook.com/migrasjonshelse](https://www.facebook.com/migrasjonshelse)



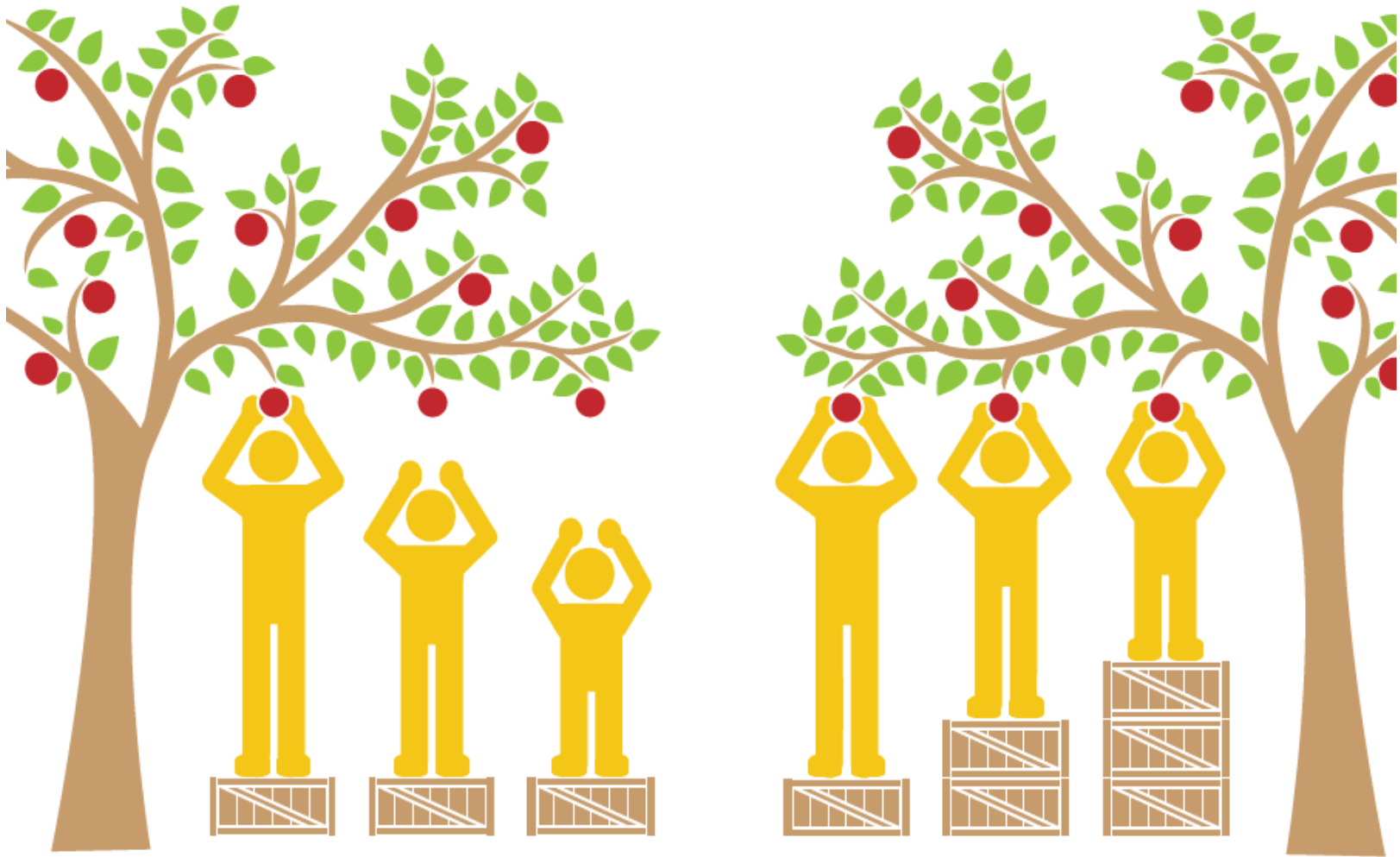
SÅRBAR, GRAVID OG NY I NORGE
Trygg under fødsel med flerkulturell doula

Det finnes ingen de andre - det er bare oss.

Lindis Hurum

- <https://www.youtube.com/watch?v=5CpoH7-kTJE>

Likhet vs likeverdighet





**"For at det skal være rettfærdig, får alle samme opgave:
Dere skal klatre til toppen av dette treet!"**

reidar.hillesund@craftinghouse.no

Bakgrunn for prosjektet.

Det å kunne tilby likeverdige og tilrettelagte helsetjenester under svangerskap, fødsel og barseltid for enkelte minoritetskvinner er et **godt forebyggende og helsefremmende tiltak.**

Forskning viser:

- Enkelte grupper innvandrerkvinner er mer utsatt for komplikasjoner i forbindelse med fødsel sammenliknet med norske kvinner. (Bakken 2016)
- En studie fra Oslo fant at kvinner fra Midtøsten og Sør-Asia var særlig utsatt for depresjon i svangerskapet sammenlignet med kvinner fra Vest-Europa, inkludert Norge (Shakeel 2015)
- Opprinnelsesland, innvandringsårsak og botid i Norge har stor betydning for helsa. Flyktninger har dårligere helseprofil enn de som kommer til Norge pga. familiegjenforening, arbeid og utdanning.



<https://www.youtube.com/watch?v=HDZs0S7qd64>



SÅRBAR, GRAVID OG NY I NORGE
Trygg under fødsel med flerkulturell doula

- Pilotprosjekt som startet høsten 2017 ved Oslo universitetssykehus.
- Hittil har 56 kvinner hatt med seg flerkulturell doulastøtte i fødsel.
- Nasjonalt prosjekt med midler fra Helsedirektoratet, utvides til A-Hus, St.Olav, Drammen og Haukeland i denne omgang.
- Målet er å bli en naturlig del av svangerskap, fødsel og barselomsorgen.
- Gi et tilbud om flerkulturell doulastøtte til minoritetskvinner som er i en sårbar fase i livet.
- 31 flerkulturelle doulaer på 14 ulike språk har nå blitt kurset.

Hva er en flerkulturell doula.

- En flerkulturell doula er en støtteperson for kvinnen/partner når de er gravide, under fødsel og etter at babyen er født.
- Dette er et tilbud til kvinner som har et lite sosialt nettverk, begrensede norskunnskaper og har kort botid i Norge.
- En flerkulturell doula er en kvinne som snakker norsk, sitt eget morsmål og eventuelt andre språk. Hun har selv født barn, og kjenner det norske helsesystemet.
- En flerkulturell doula er ikke det samme som en tolk.
- Eneste kriterie for å bli en flerkulturell doula er at en har født barn selv, og er genuint interessert i å støtte fødekvinnen/paret.
- Får betalt for jobben som flerkulturell doula. Ingen fast jobb, men mellom 5-10 oppdrag i året.
- Kan gi et tilbud til kvinner som kan ha det vanskelig med å komme seg inn på jobbmarkedet om å bli en flerkulturell doula.

Se meg for hvem jeg er



Hvor kommer jeg fra.





Hva har jeg med meg i bagasjen, og hvilke historier bærer jeg med meg.



Foto. Leger Uten Grenser

Ikke alltid en selvfølge.



Foto: Leger Uten Grenser

Tillit til systemet



«Det har vært en positiv opplevelse, hun forsto meg godt og støttet meg.»

«Trygt å ha med flerkulturell doula, roet meg ned, ga meg trygghet»

«Mannen min synes det var positivt. Det er ikke vanlig at mannen er med under fødsel i mitt hjemland, så doulaen støttet også han»

«Hun ble som et familiemedlem, søster, mor. Hadde smerter, var tilstede, hjalp meg. Trøstet meg, rørte meg, sa at det går bra. Hentet te, drikke»

«Viktig å ha en person som dette, før fødselen er det tøffe dager, min erfaring»





Hvordan kan du forebygge livmorhalskreft?

Norske Kvinners Sanitetsforening inviterer til helsedag for kvinner
Tirsdag 11. desember klokken 10:00 til 14:00
Oslo Røde Kors, Christan Krohgs gate 2, Stella - Røde Kors kvinnesenter.

Livmorhalskreft kan forekomme hos alle kvinner.

Tolk på arabisk, urdu og somali.
GRATIS informasjon. Du får hjelp til å avtale time hos lege eller jordmor for å ta en test.
Alle har taushetsplikt. Du kan spørre om det du lurer på.

09.30-10.00

Dørene åpner - gratis kaffe, te og frukt
Velkommen v/Kamzy Gunaratnam

11.00-14.00

Nyttige foredrag der du kan stille spørsmål.

- Lege forteller om hva kreft i livmorhalsen er, og hvordan man kan forebygge
- Lege forteller om vaksine
- Jordmor forteller om familieplanlegging

Velkommen!



Norske Kvinners Sanitetsforening

Norske Kvinners Sanitetsforening i samarbeid med



KREFTFORENINGEN



RYDDEKORS
OSLO

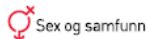
Røde Kors Oslo



Oslo universitetssykehus



FHI



Sex og samfunn



LIVMORHALSKREFTFORENING





Erfaringer fra Nour



Hva kan jeg som flerkulturell doula gjøre for deg:

- Bli kjent med deg når du er gravid. Vi treffes 1-2 ganger før fødselen.
- Gi deg emosjonell og praktisk støtte.
- Jeg møter deg på fødeavdelingen når du skal føde. Hvis fødselen tar lang tid, kommer det en annen flerkulturell doula og hjelper deg. Det er viktig at mannen din blir med på fødselen hvis han kan.
- Kan gi deg massasje, vise deg pusteøvelser, og hjelpe deg under fødselen.
- Jeg er ingen tolk, men hjelper til med hverdagspraten mellom deg og jordmor, eller annet helsepersonell på sykehuset.
- Vi treffes 1-2 ganger etter at du kommer hjem fra sykehuset.
- Jeg har taushetsplikt, det du sier til meg har jeg ikke lov til å fortelle til noen andre.
- Jeg er på vakt 2 uker før termin, og 2 uker etter. Ring meg når du får rier eller andre tegn på fødselen. Jeg vil da møte deg på fødeavdelingen.

Hva kan jeg ikke hjelpe til med:

- Jeg kan ikke være barnevakt.
- Jeg kan ikke gjøre praktiske ærend eller husarbeid.
- Jeg er ikke utdannet helsepersonell og kan ikke svare på medisinske spørsmål, men hjelper deg gjerne med å ta kontakt med din jordmor, helsesykepleier eller fastlege.



SÅRBAR, GRAVID OG NY I NORGE
Trygg under fødsel med flerkulturell doula

For mer info, kontakt:
Marit Stene Severinsen
mseverin@ous-hf.no