



## Snusande mamman – exempel på övergripande skattningar

1. R: Hej och välkommen hit!

K: Tack.

2. R: Jag heter Terese och jag skall följa dig under den här graviditeten. Hur känns det att vara här idag?

K: Det känns bra, lite pirrigt, spännande.

3. R: När man väntar sitt första barn så är ju allting nytt. Vad vi skall göra idag är att du skall bli inskriven här på mödravården och sen så vill jag också informera om att alla prover och enkätundersökningar och sån't, som görs här, är helt frivilligt, så det gör du så mycket som du själv vill. **(Autonomiunderstöd+, Styrning+)**

K: Det låter bra.

4. R: Det är några saker som jag tänkte vi skulle kunna titta på och sånt som är värt att fundera över, när man väntar barn. Och det är sånt' här som har med mediciner att göra och droger, nikotin, kost och alkohol. Och sen är det också två tomma bubblor här om det är något som du känner att du skulle vilja ta upp och som inte finns med på listan. Är det okej? **(Styrning+, Samarbetsfrämjande+)**

K: Mm.

5. R: Är det något här som du känner att du skulle vilja prata om?  
**(Samarbetsfrämjande+)**

K: Jag snusar

6. R: Du snusar. Är det okej att vi börjar prata om det som tycks bekymra dig?  
**(Samarbetsfrämjande+)**

K: Ja, det är ju nödvändigt, för jag **vet** ju....

7. R: Det här är något som du har tänkt på.

K: Jag har redan dragit ner, för jag vet ju att det inte är bra för barnet.

8. R: Va bra. Du har redan börjat dra ner.



K: Men jag har inte slutat helt.

9. R: Att sluta helt kan vara svårt (**Locka fram-, Autonomiunderstöd-, Empati+**). Vad känner du till om graviditet och snus?

K: Egentligen inte så mycket mer än att det inte är så bra. Det finns ju varningstexter på doserna, men det står inte så mycket på dem.

10. R: Mm. Så här ser det ut inne hos barnet just nu, och moderkakan här är ett fantastiskt organ som har till uppgift att transportera syre och näring in till barnet och slaggprodukter ut. I dagsläget så forskas det ganska mycket på hur barn, ofödda barn, mår apropå mammans livsföring under graviditeten. Det finns inte så mycket forskning om just snus och graviditet.

K: Det kanske är för att man bara snusar i Sverige.

11. R: Ja, så kan det vara. Det finns en studie, som handlar om snusning och graviditet. Får jag berätta om den?

K: Ja...

12. R: Vad man vet är att nikotin har den effekten att det drar ihop blodkärlen och när blodkärlen i moderkakan drar ihop sig, så har den svårare att sköta den här transporten av näring och syre in till barnet och slaggprodukter ut och så vet man att snusare generellt har en högre koncentration av nikotin i blodet än vad rökare har.

K: (suck) Det visste jag faktiskt inte, men det låter ju inte så bra.

13. R: Mm och det här kan ju medföra att barnet inte växer som det ska och det finns också en risk att det föds lite för tidigt. Dessutom vet man att det finns en ökad risk för mamman att få för högt blodtryck under graviditeten (**Empati-, Autonomiunderstöd-, Locka fram-, Samarbetsfrämjande-**). Vad tänker du när jag berättar det här?

K: Jag vet inte. Det är ju svårt att sluta helt även om jag vet att det inte är bra.

14. R: Mm. Får jag fråga: vad skulle du sakna om du slutade snusa? (**Locka fram+**)

K: (skratt) Smakar gott.... men sen är jag väldigt orolig att jag skulle bli jobbig också.

15. R: Så att snus kan smaka gott ibland och så tänker du att om du skulle sluta så skulle du bli på ett sätt, som du inte vill vara. Hur har du märkt det nu när du har dragit ner? (**Locka fram+**)

K: (skratt) Det får du fråga min man om.



**16. R:** Vad skulle vara fördelarna för dig med att sluta? (**Locka fram+, Locka fram-**)

**K:** Barnet skulle må bättre och så minskar man risken för allt det här som du sa och så skulle man få mindre dåligt samvete också. Men jag undrar: är det värt att sluta nu eftersom jag ändå har snusat i några veckor?

**17. R:** Mm, du funderar på om skadan redan är skedd. Och samtidigt så nämner du flera saker, som skulle vara bra både för dig och för barnet. På frågan om det spelar någon roll om du slutar nu så är svaret klart och tydligt: ja. För varje dag som går och som barnet får i sig mindre av skadliga ämnen så mår de ju bra av det.

**K:** Så det skulle vara något som var bra att göra.

**18. R:** Ja. Jag skulle vilja fråga dig med tanke på allt det här som vi har pratat om nu: hur viktigt är det för dig, om du tänker dig på en skala från 0 till 10: att 0 det är över huvud taget inte viktigt alls att sluta snusa, 10 det är det allra viktigaste du nu kan tänka dig. Var på den skalan skulle du vilja placera dig? (**Locka fram+**)

**K:** Svårt. 5 är något slags medel... men jag säger väl... Det känns ju helt galet att säga något annat än 10, eftersom det påverkar barnet och mig. Så jag säger det, 10.

**19. R:** Det här är, det här är verkligen viktigt för dig.

**K:** Ja.

**20. R:** Okej. Om vi tänker oss samma skala men då på din förmåga att klara av det, där 0 skulle vara att "det går inte, det är omöjligt" och 10 "det är hur enkelt som helst, det är bara att göra det". Var skulle du sätta dig på en sådan skala? (**Locka fram+**)

**K:** Ja, det är precis det... vet inte... alltså jag antar att det bara är att bestämma sig... min förmåga alltså. Jag säger väl ändå 6 eller 7. Jag kan säga 6,5.

**21. R:** Mm 6,5 och det är ju en ganska bra tilltro till att kunna klara av det. Vad är det som gör att du säger 6,5 och inte 3?

**K:** Jag har ju redan dragit ner och det gick ju bra, inte för att jag vet precis hur jag gjorde men jag antar att det handlade om att jag ville och bestämde mig och när jag blev sugen så tänker jag på bebisen och gör något annat tills det går över.

**22. R:** Så när det är något som du verkligen vill och när du verkligen bestämmer dig så behöver det inte vara så svårt och så har du två bra knep, som du vet fungerar: det är du tänker på barnet och du försöker göra någonting annat. (**Autonomiunderstöd+**) Vad för något annat är det du brukar göra?



K: Ja, jag har blivit helt galen i frukt så det brukar jag äta. Jag försöker att inte äta godis och så. Jag brukar prata i telefon., eller börja plocka hemma., eller läsa... Det mesta funkar egentligen, bara göra något annat tills det går över, så gör jag det oftast. Ibland så äter jag Lakrisal faktiskt och det funkar men ja... som sagt, att bara bestämma sig för att inte ge efter har varit det viktiga.

**23. R:** Ja, att bestämma sig är viktigt och så har du flera olika knep som funkar på dig. När jag frågade dig om den här siffran, så sa du 6,5 och då undrar jag vad skulle du behöva för att den siffran skulle bli högre? **(Autonomiunderstöd+)**

K: Om min man visade lite mer förståelse... så att när jag tappar humöret... att han hade lite mer tålamod och inte blev arg och irriterad tillbaka. För det tycker jag ju, det är ju bådas barn och båda skall dra sitt strå till stacken, för det är ju inte bara jag som skall göra alla uppoffringar.

**24. R:** Mm. Så du tänker att om din man stöttade dig lite i det här jobbet, som du gör för er bägge eller för er alla tre, så skulle det vara enklare för dig. **(Empati+)**

K: Fast det gör han ju. Han vill ju det här lika mycket som jag, men jag skulle nog ändå vilja att han visade lite mer förståelse om jag nu skall sluta helt.

**25. R:** Om du skall sluta helt. Får jag fråga dig: hur beredd är du att göra det, på en sån' här skala nu igen. Om du tänker dig att 0 är att du "inte alls är beredd att göra det" och 10 är att du är "helt beredd" att göra det. Var skulle du finnas på en sån' skala idag? **(Locka fram+)**

K: Jag säger inte 10 för just nu, i den här stunden, kommer jag inte att sluta. Fast det kanske jag skulle... men nä, jag säger 9, för jag vet att jag vill sluta men jag behöver nog gå iväg och tänka lite själv och känna att det är helt och hållet mitt beslut.

**26. R:** Mm. 9 säger du. Du är ordentligt beredd. Det här är något som du vet att du vill göra och samtidigt så är det viktigt att det är ditt eget beslut. Och då får vi se när du kommer hit nästa gång vilket beslut som du har tagit. **(Autonomiunderstöd+)**

K: Så får vi göra.

**27. R:** Skall vi ägna resten av tiden åt att ta de tester och prover, som man brukar göra, vid det första besöket?

K: Ja!

**28. R:** Okej.