

Pressemeddelelse

Det hjælper at tale om ufrivillig barnløshed

En ny undersøgelse fra Aarhus Universitet og Aarhus Universitetshospital viser, at psykologisk behandling for par i behandling for ufrivillig barnløshed kan hjælpe med at håndtere stress, depression og angst og måske øge chancen for at blive gravid.

Et voksende antal par oplever ufrivillig barnløshed, og antallet af behandlinger for barnløshed er steget med ca. 60 % i løbet af det seneste årti.

Behandlinger for barnløshed som insemination, hormonbehandling og/eller reagensglasbefrugtning kan være udmattende og belastende, idet der kræves mange undersøgelser, daglig medicinering og til tider smertefulde æg-udtagninger. Desuden oplever mange par den ufrivillige barnløshed som stressende, hvilket resulterer i depression, bekymring og nedsat livskvalitet.

Graviditet påvirkes af et kompliceret samspil mellem fysiske og psykiske forhold og nyere forskning peger på, at stress og depression kan have en negativ indflydelse på chancen for at blive gravid. Denne viden har givet anledning til at undersøge betydningen af psykologisk behandling for par i behandling for barnløshed.

Psykologisk behandling hjælper

I en ny undersøgelse har forskere fra Aarhus Universitetshospital og Aarhus Universitet fundet, at psykologisk behandling både kan hjælpe ufrivilligt barnløse par til bedre at håndtere de psykologiske problemstillinger i forbindelse med barnløshed - samt medvirke til at forbedre chancen for at blive gravid i forbindelse med behandling for barnløshed.

Undersøgelsen er for nylig blevet offentliggjort i det internationale tidsskrift **BMJ Open**.

- Forskerne har i et såkaldt meta-studie analyseret resultaterne af i alt 39 undersøgelser, som har undersøgt virkningen af psykologisk behandling over for psykologiske problemer som stress, depression og bekymring blandt par i behandling for barnløshed - samt virkningen på chancen for at blive gravid i forbindelse med

behandlingen. Meta-studiet er baseret på resultater fra mere end 3400 ufrivilligt barnløse patienter. Overordnet set viser resultaterne af vores analyser, at psykologisk behandling har en positiv virkning overfor de psykiske konsekvenser af barnløshed. Især kvinderne lader til at have gavn af psykologisk behandling, siger en af forskerne bag studiet, psykolog Yoon Frederiksen fra Enheden for Psykoonkologi og Sundhedspsykologi på Aarhus Universitetshospital og Aarhus Universitet.

Resultaterne viste desuden, at chancen for at blive gravid blev øget med ca. 50 %, hvis patienten havde modtaget psykosocial behandling – og ser man nærmere på virkningsmekanismen, viste det sig, at det var gennem reduktionen af angst at graviditetschancen øgedes. Resultaterne tyder også på, at nogle typer psykologisk behandling er mere effektive end andre. Sådelt kognitiv adfærdsterapi og kroporienterede behandlinger, f.eks. afspænding og meditation, samt gruppe-baserede behandlinger så ud til at være de mest effektive, fortæller en anden af forskerne, professor, dr.med., Bobby Zachariae, Enhed for Psykoonkologi og Sundhedspsykologi ved Aarhus Universitetshospital og Aarhus Universitet.

Overlæge, dr.med., Jakob Ingerslev, Fertilitetsklinikken ved Aarhus Universitetshospital, som også har medvirket til undersøgelsen.

- Der er her tale om et supplerende behandlingstilbud, som efterspørges af mange i behandling for ufrivillig barnløshed, og som kan tænkes at være til gavn for den gruppe af barnløse, der dagligt står ansigt til ansigt med et stort ønske om et barn, men præget af uvisheden om, hvorvidt det nogensinde lykkes, siger Jakob Ingerslev.

Forskergruppen er i samarbejde med tre fertilitetsklinikker i Region Midtjylland ved at afslutte afprøvningen af et psykologisk behandlingsprogram *Expressive Writing Intervention* (EWI) som supplement til fertilitetsbehandling for ufrivilligt barnløse par. Resultaterne forventes at kunne offentliggøres i slutningen af 2015.

- Patientforeningen Landsforeningen For Ufrivilligt Barnløse (LFUB) medgiver at psykosocial støtte undervejs i et behandlingsforløb er noget patienterne efterspørger. Derfor er det positivt at et meta-studie nu viser, at psykologisk behandling vil kunne hjælpe mange til at håndtere den stress der er forbundet med ufrivillig barnløshed og fertilitetsbehandling, og ser frem til at kunne formidle denne viden videre til vores medlemmer, siger formand for LFUB Dorthe Knudsen.

Fakta: Ufrivillig barnløshed

- **Det anslås, at mellem 10- 20 % par vil opleve ufrivillig barnløshed**
- **Der udføres cirka 35.000 fertilitetsbehandlinger årligt**
- **Hvert 12. barn er resultatet af fertilitetsbehandling**

Reference til originalartiklen:

Frederiksen Y, Farver-Vestergaard I, Skovgård NG, Ingerslev HJ, Zachariae R. Efficacy of psychosocial interventions for psychological and pregnancy outcomes in infertile women and men: a systematic review and meta-analysis. BMJ Open [Internet]. 2015 Jan 28 [cited 2015 Jan 30];5(1):e006592. Available from: <http://bmjopen.bmj.com/content/5/1/e006592.full?keytype=ref&ijkey=IA4TmjHpWYggd1H>

Kontaktoplysninger:

Yoon Frederiksen

Cand.psych., ph.d.-stud., Enhed for Psykoonkologi og Sundhedspsykologi

Aarhus Universitetshospital og Aarhus Universitet

Bartholins Allé 9, bygning 1340

8000 Aarhus C

Tlf. 87 16 58 71

E-mail: yoanf@psy.au.dk

Bobby Zachariae

Professor, dr. med., Enhed for Psykoonkologi og Sundhedspsykologi

Aarhus Universitetshospital og Aarhus Universitet

Bartholins Allé 9, bygning 1340

8000 Aarhus C

Tlf. 87 16 58 78

E-mail: bzach@aarhus.rm.dk

Hans Jakob Ingerslev

Professor, Overlæge, dr. med.

Fertilitetsklinikken/Center for Præimplantationsdiagnostik

Aarhus Universitetshospital, Skejby

8200 Aarhus N

Tlf. 78 45 33 27

E-mail: jakob.ingerslev@skejby.rm.dk

Landsforeningen for Ufrivilligt Barnløse (LFUB)

Vestergade 12.2

6200 Aabenraa

Tlf. 35 29 42 57

Hjemmeside: www.lfub.dk