

Inventaris van de postpartumperiode

Deze verkennende vragenlijst beschrijft hoe een ouder de periode na een geboorte psychisch beleeft: stemming, zorgen, intrusieve gedachten over de baby, de beleving van de bevalling, de band met de baby, vermoeidheid en steun, identiteit en de partnerrelatie. Ze helpt postpartumklachten te verduidelijken die verder gaan dan een depressie, zoals overmatige angst, dwanggedachten of een traumatische beleving van de geboorte, en de aandachtspunten van de begeleiding te kiezen.

Aantal vragen	28 vragen
Geschatte duur	7 minuten
Taal	Nederlands
Oorspronkelijke naam	Post-Partum Experience Inventory
Doelgroep	Ouders van een baby jonger dan een jaar
Categorie	Depressie, Perinatale periode, Angst

Voorbeeld van de 28 vragen

Hoe vaak was dit de afgelopen twee weken op u van toepassing?

Ik voel me neerslachtig of moedeloos.

Nooit | Zelden | Soms | Vaak | Heel vaak

Hoe vaak was dit de afgelopen twee weken op u van toepassing?

Ik maak me zorgen over de gezondheid van mijn baby (voeding, gewicht, slaap, huilen).

Nooit | Zelden | Soms | Vaak | Heel vaak

Hoe vaak was dit de afgelopen twee weken op u van toepassing?

Ongewild komen er beelden bij me op van een ongeluk met mijn baby (vallen, verdrinken, stikken).

Nooit | Zelden | Soms | Vaak | Heel vaak

Hoe vaak was dit de afgelopen twee weken op u van toepassing?

Ik denk bij mezelf dat de bevalling anders had moeten gaan.

Nooit | Zelden | Soms | Vaak | Heel vaak

Hoe vaak was dit de afgelopen twee weken op u van toepassing?

Als mijn baby huilt, voel ik ergernis of boosheid opkomen.

Nooit | Zelden | Soms | Vaak | Heel vaak

Neem je vragenlijsten online af

Stuur je patiënt een link: die antwoordt via telefoon of computer, en jij ontvangt de gescoorde resultaten per e-mail.

Bekijk de vragenlijst op mentaal.org ›

Scoring en interpretatie

Scoring

Elk item wordt gescoord van 0 (nooit) tot 4 (heel vaak), afhankelijk van hoe vaak het de afgelopen twee weken van toepassing was. Elk domein bestaat uit 4 items die over de vragenlijst verspreid zijn, wat een score van 0 tot 16 geeft.

Interpretatie van het profiel

Er is geen totaalscore: de domeinen worden gerangschikt van het meest naar het minst uitgesproken, elk met een omschrijving en de punten die in het gesprek verkend kunnen worden. Het profiel onderscheidt het lijden van de ouder (stemming, zorgen, intrusieve gedachten), de beleving van de bevalling, de band met de baby en de context (vermoeidheid, steun, veranderingen in het leven). Uitgesproken intrusieve gedachten of een uitgesproken domein over de beleving van de bevalling wijzen op een postpartum obsessieve-compulsieve stoornis of op posttraumatische stress na de bevalling, die bij screening op depressie gemist kunnen worden. Een uitgesproken domein “Band met de baby” wordt gelezen in samenhang met stemming en vermoeidheid, die er vaak invloed op hebben.

Aandachtspunten

De vragenlijst bevat geen vragen over suïcidale gedachten: die worden in het gesprek uitgevraagd, vooral als het domein “Stemming en prikkelbaarheid” uitgesproken is, omdat suïcide een van de belangrijkste oorzaken van moedersterfte is in het jaar na de geboorte. Gedachten om de baby iets aan te doen die met afschuw worden beleefd en worden weggeduwd, komen vaak voor en wijzen niet op een risico dat de ouder ernaar handelt: het gesprek gaat na of ze als vreemd aan zichzelf worden ervaren, zonder intentie of handeling. Gedachten om de baby iets aan te doen zonder afschuw, verwardheid, ongebruikelijke of waanachtige ideeën, euforie, onrust of ernstige slapeloosheid doen denken aan een postpartumpsychose en vragen om een spoedeisende psychiatrische beoordeling, net als elke intentie om zichzelf of de baby iets aan te doen.

Beperkingen

Deze verkennende vragenlijst is niet psychometrisch gevalideerd en heeft geen afkapwaarden. Het instrument ondersteunt het klinische gesprek en stelt geen diagnose.

Voorbeeld van scoring

Scoring

Stemming en prikkelbaarheid 9 / 16

Verdriet, huilen, moedeloosheid, prikkelbaarheid en moeite om blijdschap te voelen sinds de geboorte.

Te verkennen: het moment waarop de klachten begonnen (babyblues in de eerste dagen of een sombere stemming die langer aanhoudt), eerdere depressies, bij de vader of de andere ouder prikkelbaarheid of terugtrekking op de voorgrond.

Ter verdieping: EPDS, PHQ-9.

Beleving van de bevalling 9 / 16

Pijnlijke herinneringen aan de bevalling die zich opdringen, de reacties die ze oproepen, het vermijden van wat eraan herinnert.

Te verkennen: de bevalling zoals de ouder die heeft beleefd (angst voor het eigen leven of dat van de baby, machteloosheid, zorg die als ruw werd ervaren), herbelevingen, het effect op een eventuele nieuwe kinderwens.

Ter verdieping: PCL-5.

Band met de baby 9 / 16

Moeilijkheden in de emotionele band met de baby: genegenheid die op zich laat wachten, verzorging zonder emotie, ergernis, de wens om afstand te nemen.

Te verkennen: wat de ouder voelt bij de baby, de momenten waarop de band er wel is, het schuldgevoel dat ermee samengaat, de waargenomen interacties.

Identiteit en partnerrelatie 9 / 16

Een ingrijpende verandering van identiteit en persoonlijk leven door de komst van de baby, spanningen en afstand in de relatie.

Te verkennen: wat de persoon met de geboorte heeft verloren en gewonnen, de ruimte voor het persoonlijke leven en het werk, de taakverdeling en de communicatie in de relatie.

Ter verdieping: CRI.

Vermoeidheid en steun 8 / 16

Uitputting, slaap die ook los van het wakker worden van de baby verstoord is, het gevoel er alleen voor te staan en moeite om hulp te vragen.

Te verkennen: de werkelijke slaap en wat die verstoort naast het wakker worden van de baby, de beschikbare hulp (de andere ouder, familie, professionals), de terugkeer naar het werk, een medische oorzaak van de vermoeidheid die moet worden uitgesloten.

Ter verdieping: MSPSS.

Zorgen 6 / 16

Zorgen over de gezondheid en veiligheid van de baby, twijfel of men een goede ouder kan zijn, behoefte om te controleren en gerustgesteld te worden.

Te verkennen: de onderwerpen van de zorgen, de tijd die opgaat aan controleren of geruststelling zoeken, paniekaanvallen, eerdere angstklachten.

Ter verdieping: GAD-7.

Intrusieve gedachten 6 / 16

Angstaanjagende gedachten of beelden over de baby die zich opdringen (een ongeluk, de gedachte de baby iets aan te doen) en die de ouder wegduwt, en wat de ouder doet om zich ertegen te beschermen (vermijden, controleren).

Te verkennen: de inhoud van de gedachten, de schrik die ze oproepen en de betekenis die de ouder eraan geeft, het vermijden en controleren, het ontbreken van intentie of handelingen.

Ter verdieping: DOCS.

Voor deze vragenlijst zijn nog geen gevalideerde klinische of psychometrische afkapwaarden vastgesteld. De resultaten zijn daarom te beschouwen als verkennende aanwijzingen die het klinische gesprek ondersteunen, niet als diagnostische bevindingen.

Ben je psycholoog?

Met Mentaal krijg je relevante informatie om je patiënten te begeleiden.

- Gestandaardiseerde tests
- Automatische scoring
- Resultaten per e-mail

Probeer het gratis | Bekijk alle vragenlijsten

★★★★★

“Ik gebruik Mentaal nu 2 maanden en deze tool heeft mijn kijk op de zorg, en mijn agenda, totaal veranderd!”

 Lisa D. - Online psycholoog (CGT)