

מחקר חדש: טיפול בדיכאון אחרי לידה מציל גם את התינוקות

עד כה היה ידוע כי התפקוד המוחי של ילדים לאימהות שסבלו מדיכאון אחרי הלידה שונה מהתפקוד המוחי הרגיל, אך לא היו מחקרים שהראו שהתהליכים הללו הפיכים, או שטיפול באימהות יכול לבטל אותם

[נועה לימונה](#)

מחקר חדש של אוניברסיטת מקמסטר בקנדה גילה שעזרה פסיכיאטרית לאימהות הסובלות מדיכאון אחרי הלידה משנה לטובה את המוח של התינוקות שלהן. המחקר, שהתפרסם בשבוע שעבר בכתב העת Depression and Anxiety מצא שטיפול קוגניטיבי-התנהגותי (CBT) לא רק עזר לאימהות, אלא גם תרם לשינויים אדפטיביים במוח ובהתנהגות של התינוקות.

במחקר השתתפו 40 תינוקות לאימהות הסובלות מדיכאון אחרי לידה ו-40 תינוקות בגיל, מין ובמצב סוציו-אקונומי מקבילים, שנולדו לאימהות בריאות. האימהות הסובלות מדיכאון השתתפו בטיפול קבוצתי של CBT שנמשך תשעה שבועות. כל התינוקות נבדקו לפני הטיפול ולאחר תשעה שבועות, כשבין הבדיקות נכלל שאלון להורים על התנהגות התינוק.

לפי החוקרים, אחרי שהאימהות טופלו, הפעילות המוחית של התינוקות שלהן דמתה לפעילות המוחית של תינוקות בריאים לאימהות בריאות. התינוקות הפגינו שיפור במערכות העצבים, הלב וכלי הדם שלהם וגם הוריהם התרשמו מכך שילדיהם השתפרו בוויסות רגשי והתנהגותי.

עד כה היה ידוע לחוקרים ולמומחים, שהתפקוד המוחי של ילדים לאימהות שסבלו מדיכאון אחרי הלידה שונה מהתפקוד המוחי הרגיל. הבדלי התפקוד הללו מגדילים את הסיכוי של הילדים לאימהות המדוכאות לפתח בעיות רגשיות והתנהגותיות בהמשך חייהם. אולם עד עכשיו לא היו מחקרים שהראו שהתהליכים הללו הפיכים, או שטיפול באימהות יכול לבטל אותם.

מחקרים קודמים הראו שטיפול - CBT שהוא קצר, ממוקד מטרה ומכוון לפיתרון בעיות בהווה - יעיל בין השאר לטיפול בדיכאון אחרי לידה. המחקר הנוכחי מראה שיש לו גם פוטנציאל להפחית את העברת הסיכון הבין-דורית מאימהות לילדים.

דיכאון אחרי הלידה פוגע בכ-15% מהאימהות, ומומחים מעריכים שהמספרים כעת גבוהים יותר ונמצאים בעלייה תלולה בעקבות המגפה העולמית. למרות המודעות ההולכת וגוברת לקיומה של התופעה, היא עדיין לא מאובחנת דיה ולא מטופלת מספיק. בישראל חסרה מדיניות בתחום, ואין כמעט שירותי תמיכה לנשים אחרי לידה - במיוחד בפריפריה. אבחון וטיפול מתאים הם קריטיים לבריאותן ולרווחתן של האימהות וכפועל יוצא מכך - גם להתפתחות התקינה ולבריאות התינוקות.