

LES MALADIES POST-PARTUM

EN BREF

Dépressions post-partum / anxiété et troubles obsessionnels compulsifs liés à l'accouchement

Ces pathologies peuvent présenter des degrés allant de troubles légers de l'adaptation à des formes graves. Ce processus, généralement insidieux, peut apparaître dès la grossesse ou dans les premières semaines ou les premiers mois suivant l'accouchement.

Signes possibles:

- Tristesse, pleurs fréquents
- Sensation de vide intérieur, perte d'intérêt et de tout sentiment de joie
- Fatigue, épuisement, manque de motivation
- Troubles du sommeil et de la concentration
- Sentiments de culpabilité et d'échec, reproches envers soi-même
- Pensées et sentiments contradictoires à l'égard de l'enfant
- Maux de tête, vertiges, troubles cardiaques
- Pensées obsessionnelles, angoisses, panique

Psychose puerpérale

La psychose puerpérale est très rare et peut survenir dans les quatre semaines suivant l'accouchement. En raison du danger que cette pathologie représente pour la mère et l'enfant, une hospitalisation peut être nécessaire.

Signes possibles:

- Idées délirantes, généralement liées à l'enfant
- Hallucinations auditives et autres hallucinations
- Angoisses extrêmes
- Forte agitation ou immobilité physique et apathie
- Pensées suicidaires

ADRESSES DE CONTACT

OFFRES DE CONSEIL / SOUTIEN / MÉDIATION

Point de contact Frühe Hilfen

Information et premier conseil

☎ 05551 908 2642

✉ fruehe-hilfen@kinderschutzbund-northeim.de

Pro familia

☎ 0551 58627 (Inscription via Göttingen)

✉ northeim@profamilia.de

Caritas-Centrum Northeim

☎ 05551 996 83-10

✉ familienbuero@caritas-suedniedersachsen.de

EN CAS DE SUSPICION DE MALADIE MENTALE POST-PARTUM

Sozialpsychiatrischer Dienst (service psycho-social)

☎ 05551 708 575

✉ sozialpsychiatrischerDienst@landkreis-northeim.de

Psychotherapeuten.Team Northeim

« Consultation périnatale »

Prendre rendez-vous via

www.psychotherapeuten.team/terminbuchung

☎ 05551 911 833

Psychiatrische Institutsambulanz Göttingen

(Service psychiatrique ambulatoire de Göttingen)

☎ 0551 402 1650

✉ pia.goettingen@asklepios.com

SERVICES DE CONSEIL SUPRARÉGIONAUX / GROUPES D'ENTRAIDE EN LIGNE

Schatten & Licht e.V.

(avec liste des conseillères)

🌐 www.schatten-und-licht.de

Krise & Geburt

Page d'accueil :

🌐 www.kriseundgeburt.de

LANDKREIS
NORTHEIM



CRISES PSYCHIQUES LIÉES À L'ACCOUCHEMENT

Aide et soutien dans le district de Northeim

« Je devrais pourtant être heureuse! »

10 à 20 % des mères sont touchées par des crises psychiques liées à l'accouchement.

Nous sommes là pour vous!

RÉFLEXIONS TYPIQUES DES MÈRES CONCERNÉES:



- J'ai échoué lors de l'accouchement, je n'ai pas fonctionné correctement.
- J'ai tout fait de travers.
- Je suis une mauvaise mère.
- Je n'en peux plus. Je n'y arrive pas.
- J'ai tellement honte.
- Je devrais pourtant être heureuse...
- On ne me voit pas du tout, moi et mes besoins. Personne ne me comprend.
- Mon enfant / ma famille se porterait mieux sans moi.
- Et bien plus encore.

RÉFLEXIONS / PROPOS DES PÈRES CONCERNÉS:



- J'ai l'impression d'avoir échoué !
- Je sais que je ne vais pas bien, mais je n'ai pas de temps à consacrer à ce problème.
- Je me suis littéralement effondré et suis resté assis par terre en pleurant.
- Je n'ai pas pu apporter suffisamment d'aide à ma femme.
- L'accouchement était bien pire que ce que j'imaginais.

Ces réflexions vous semblent familières?

EXEMPLES DE CRISES LIÉES À L'ACCOUCHEMENT:



- Grossesse difficile
- Césarienne non prévue
- Accouchement difficile
- Accouchement prématuré
- Enfant mort-né
- « Baby-Blues »
- Dépression post-partum
- Troubles anxieux et obsessionnels-compulsifs / pensées obsessionnelles
- Psychose puerpérale
- Pensées suicidaires



AUTO-TEST ET QUESTIONNAIRES



Ces questionnaires peuvent vous aider à évaluer votre santé psychique. Si nécessaire, parlez-en à votre sage-femme ou à votre médecin.

QUESTIONNAIRE SUR LA DÉPRESSION POST-PARTUM - AUTO-ÉVALUATION

<https://www.schatten-und-licht.de/Selbsttest/fragebogenselbsteinschaetzung.pdf>



Remarque : peut également être rempli par le père.

QUESTIONNAIRE SUR UNE MALADIE POST-PARTUM

<https://www.schatten-und-licht.de/Selbsttest/Fragebogen-PPD.pdf>



QUESTIONNAIRE DE BERLIN SUR LES EFFETS DES TRAUMATISMES VÉCUS PENDANT L'ACCOUCHEMENT

<https://www.schatten-und-licht.de/Selbsttest/Fragebogen-Selbsteinschaetzung-BFAG.pdf>

