

POSTPARTALE ERKRANKUNGEN

KURZ ERKLÄRT

Postpartale Depressionen / Angst und Zwangsstörungen rund um die Geburt

Bei diesen Krankheitsbildern sind Abstufungen von leichten Anpassungsstörungen bis hin zu schweren Formen möglich. Der meist schleichende Prozess kann bereits während der Schwangerschaft oder in den ersten Wochen / Monaten nach Entbindung entstehen.

Mögliche Kennzeichen:

- Traurigkeit, häufiges Weinen
- Gefühl innerer Leere, Verlust von Interesse und Freude
- Müdigkeit, Erschöpfung, Antriebsmangel
- Schlafstörungen und Konzentrationsprobleme
- Schuld- und Versagensgefühle, Selbstvorwürfe
- Zwiespältige Gedanken und Gefühle dem Kind gegenüber
- Kopfschmerzen, Schwindel, Herzbeschwerden
- Zwanghafte Gedanken, Ängste, Panik

Peripartale Psychose

Die peripartale Psychose ist sehr selten und kann in den ersten vier Wochen nach der Entbindung auftreten. Aufgrund der Gefahr für Mutter und Kind kann eine stationäre Behandlung erforderlich sein.

Mögliche Kennzeichen:

- Wahnvorstellungen, meist auf das Kind bezogen
- Stimmenhören und andere Halluzinationen
- Extreme Angstzustände
- Starke körperliche Unruhe oder Bewegungs- und Teilnahmslosigkeit
- Suizidgedanken

KONTAKTADRESSEN



BERATUNGSANGEBOTE / UNTERSTÜTZUNG / VERMITTLUNG

Anlaufstelle Frühe Hilfen

Information und Erstberatung

☎ 05551 908 2642

✉ fruehe-hilfen@kinderschutzbund-northeim.de

Pro familia

☎ 0551 58627 (Anmeldung über Göttingen)

✉ northeim@profamilia.de

Caritas-Centrum Northeim

☎ 05551 9 96 83-10

✉ familienbuero@caritas-suedniedersachsen.de

BEI VERDACHT AUF POSTPARTALE PSYCHISCHE ERKRANKUNG

Sozialpsychiatrischer Dienst

☎ 05551 708 575

✉ sozialpsychiatrischerDienst@landkreis-northeim.de

Psychotherapeuten.Team Northeim

„Peripartal- Sprechstunde“

Terminbuchung über www.psychotherapeuten.team/terminbuchung

☎ 05551 911 833

Psychiatrische Institutsambulanz Göttingen

☎ 0551 402 1650

✉ pia.goettingen@asklepios.com

ÜBERREGIONALE BERATUNGSANGEBOTE / ONLINE SELBSTHILFEGRUPPEN

Schatten & Licht e.V.

(mit Beraterinnenliste)

🌐 www.schatten-und-licht.de

Krise & Geburt

🌐 www.kriseundgeburt.de

LANDKREIS
NORTHEIM



PSYCHISCHE KRISEN RUND UM DIE GEBURT

Hilfe und Unterstützung im Landkreis Northeim

„Ich sollte eigentlich glücklich sein!“

10 – 20 % aller Mütter sind von psychischen Krisen rund um die Geburt betroffen.



FR



EN



AR



UK

Wir sind für Sie da!

TYPISCHE GEDANKEN BETROFFENE MÜTTER:



- Ich habe unter der Geburt versagt, nicht richtig funktioniert.
- Ich habe alles falsch gemacht.
- Ich bin eine Rabenmutter.
- Ich kann nicht mehr. Ich schaffe das nicht.
- Ich schäme mich so.
- Ich sollte eigentlich glücklich sein...
- Ich und meine Bedürfnisse werden gar nicht gesehen. Keiner versteht mich.
- Mein Kind / meine Familie wäre ohne mich besser dran.
- u.v.m.

BEISPIELE FÜR GEBURTSKRISEN:



- schwierige Schwangerschaft
- ungeplanter Kaiserschnitt
- schwierige Geburt
- Frühgeburt
- Totgeburt
- „Baby - Blues“
- Postpartale Depression
- Angst- und Zwangsstörungen / Zwangsgedanken
- peripartale Psychose
- Suizidgedanken



BETROFFENE VÄTER:

- Ich habe das Gefühl, versagt zu haben.
- Ich weiß, dass es mir nicht gut geht, aber ich habe dafür keine Zeit.
- Ich bin wortwörtlich zusammengesunken und saß weinend auf dem Boden.
- Ich konnte meiner Frau nicht genügend helfen.
- Die Geburt war viel schlimmer als ich es mir vorgestellt habe.

Erkennen Sie sich wieder?

SELBSTTEST UND FRAGEBÖGEN



Diese Fragebögen können Ihnen bei der Einschätzung Ihrer psychischen Situation helfen. Sprechen Sie bei Bedarf mit Ihrer Hebamme oder mit Ihrem Arzt / Ihrer Ärztin.

FRAGEBOGEN ZUR POSTPARTALEN DEPRESSION – SELBSTEINSCHÄTZUNG

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



Hinweis: Kann auch vom Vater ausgefüllt werden.

FRAGEBOGEN ZU EINER POSTPARTALEN ERKRANKUNG

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



BERLINER FRAGEBOGEN ZU AUSWIRKUNGEN VON TRAUMATISIERUNGEN WÄHREND DER GEBURT

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

