



# Wochenbett-Krisenhilfe

Ein aufsuchendes Angebot für Frauen mit Krisen in  
Schwangerschaft und Wochenbett

DGGG, München, 10.10.14

Julia Spätling, Dipl.-Heilpäd., Deutsche Familienstiftung

Ute Weber, Fachkrankenschwester für Psychiatrie, Klinikum Fulda,

Ludwig Spätling, Frauenklinik, Klinikum Fulda



## Was bedeutet Wochenbett-Depression (ppD)?

- Häufigkeit: 15-20%
- Dauer der Symptome: mindestens zwei Wochen
- Beginn: meist schleichend, jederzeit im ersten Jahr p.p.
- Multifaktoriell, z.B. fehlende Unterstützung, belastende Familienverhältnisse, Zukunftsängste, Komplikationen unter der Geburt (z. B. plötzlich notwendige operative Entbindung)
- Unbehandelt kann es schwerwiegende Folgen haben

# Was sind die Symptome der ppD?



- Schlafstörungen
- Traurigkeit, häufiges Weinen
- Gefühl der Gefühllosigkeit (innere Leere)
- Unruhe, Reizbarkeit
- Verminderter Antrieb, Müdigkeit, Erschöpfung
- Denk- und Konzentrationsprobleme
- Schuldgefühle (teilweise unterstützt durch das Umfeld)
- Selbstzweifel, Pessimismus, Niedergeschlagenheit
- Psychosomatische Beschwerden (Schwindel, Kopf-, Herzschmerzen)
- Ängste, Panikattacken, Zwangsgedanken
- Suizidgedanken

Verdachts-  
erhärtung ab  
2 und mehr  
Symptomen!

# Umsetzung der Wochenbett-Krisenhilfe



- Hinweis auf die Problematik der ppD durch Flyer, Presseartikel, Info-Veranstaltungen
- Gezielte Info von Ärzten, Hebammen, Krankenschwestern, soziale Netzwerke der Region

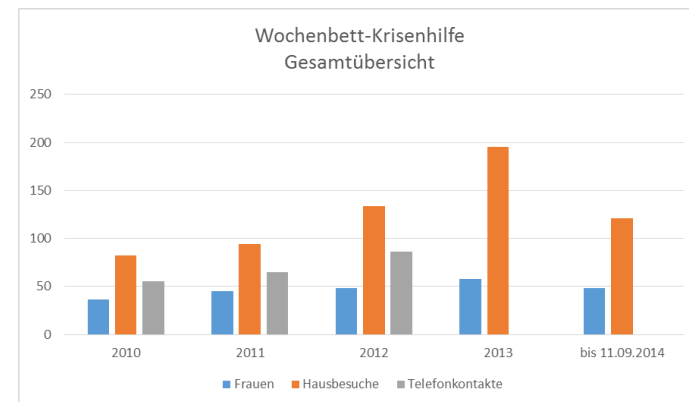
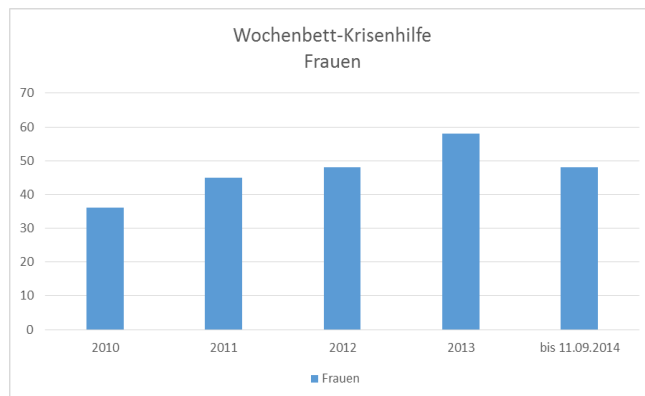
In der Praxis:

- Bei Symptomen von ppD: Hinweis durch Ärzte und Hebammen etc.
- Betroffene meldet sich bei der Hotline
- Fachkrankenschwester kommt ins Haus (Niederschwelligkeit, Sicherheit)
- Durchführung von ca. 10 (1-20) Gesprächen á 90 Minuten
- Zu Beginn: Anamnesebogen, Validierung durch EPDS (Edinburgh postnatal depression scale )
- Nach Beendigung: Beurteilungsbogen zur Qualitätserfassung der Betreuung durch Betroffene

# Umsetzung der Wochenbett-Krisenhilfe



Seit 2010 unter dem Dach der Deutschen Familienstiftung, finanziert mit Stadt und Landkreis Fulda über die Frühen Hilfen



Fazit:

schnelle Hilfe, Vermeidung klinischer Behandlung, offensichtliche Linderung, geringstmögliche **Belastung** des Umfeldes (Kinder, Partner), Sensibilisierung betreuender Ärzte ist nötig

**Wochenbett-Krisenhilfe ist überall umsetzbar!**