



Ihr Partner für Gesundheit Westküstenkliniken Brunsbüttel und Heide



Westküstenkliniken Heide

Psychiatrische Institutsambulanz, Haus G
Chefärztin Dr. Anna C. Schulz-Du Bois
Oberärztin Dr. Svenja Jakober
Psychologin Susanne Brill
Esmarchstraße 50
25746 Heide

Terminvereinbarung

Sekretariat: Jennifer Möller
Telefon: 0481 785-2001
Telefax: 0481 785-2009
Sekretariat-Psychiatrie@wkk-hei.de
Montag bis Freitag: 08.00 - 15.00 Uhr

www.westkuestenkliniken.de



Herausgeber: Westküstenkliniken Brunsbüttel und Heide gGmbH,
Unternehmenskommunikation, Esmarchstraße 50, 25746 Heide
V.i.S.d.P.: Dr. Martin Blümke, Medizinischer Geschäftsführer,
Dr. Bernward Schröder, Kaufmännischer Geschäftsführer
Bildnachweis: Titelbild, Bild Seite 3 und 5 (© Adobe Stock)
August 2023

*...eigentlich müsste ich
doch glücklich sein...*

Spezialambulanz
Mutter und Kind
Wir behandeln Mütter mit
psychischen Störungen
vor und nach der Geburt

Wer kann kommen?

Frauen mit psychischen Symptomen während der Schwangerschaft und bis 3 Jahre nach der Geburt.

Bitte Terminabsprache unter Telefon: 0481 785-2001

Während und nach der Schwangerschaft erleben viele Frauen Stimmungsschwankungen mit Phasen von Freude aber auch Sorgen, Ängsten und Erschöpfung. *Das ist normal.*

Baby-Blues

In den ersten Tagen nach der Geburt kommt es zu starken Veränderungen im Hormonhaushalt der Frau. Dies führt zusammen mit den körperlichen Veränderungen und den Lebensveränderungen durch das Baby oft zu ausgeprägter Empfindlichkeit und Stimmungsschwankungen. Die Frauen weinen dabei grundlos- ohne das Gefühl zu haben, traurig zu sein. Das nennt man Baby-Blues- oder auch die „Heultage“. Diese treten ca. ab dem 3. bis 5. Tag nach der Entbindung auf und dauern etwa 2 Wochen. Bis zu 75 Prozent der Mütter sind davon betroffen.

Wenn jedoch Traurigkeit und Ängste überhand nehmen und länger als 2 Wochen andauern, kann das ein Hinweis auf eine ernstzunehmende Depression sein, die 10 bis 15 Prozent der Mütter betreffen.

Anzeichen für eine Depression:

- Gedrückte und niedergeschlagene Stimmung
- Interessenverlust
- Antriebslosigkeit und Erschöpfung
- Schuldgefühle, Selbstzweifel, zwiespältige Gefühle gegenüber dem Baby

Andere Erkrankungen während der Schwangerschaft und nach der Geburt sind **Angststörungen** oder **Psychosen**.

Oft bemerken die betroffenen Frauen und ihre Angehörigen erst spät, dass sie psychisch erkrankt sind und schreiben ihre Symptome zunächst den veränderten Lebensumständen durch das Baby zu.

Auch können sich **vorbestehende psychische Erkrankungen** in der Schwangerschaft oder nach der Geburt verschlechtern.

In unserer Spezialambulanz ermöglichen wir in dringlichen Fällen auch schnelle Vorstellungstermine und beziehen auch Familienangehörige mit ein. Wir arbeiten mit Hebammen, Gynäkolog*innen und Hausärzt*innen zusammen.

Unsere Behandlungsangebote:

- Diagnostik
- Psychoedukation
- Psychotherapie in Einzel und Gruppe
- Medikamentöse Unterstützung
- Sozialtherapeutische Beratung

Psychotherapeutische Gruppe für Frauen mit postpartalen depressiven Erkrankungen:

Dieses Therapieprogramm umfasst acht Gruppensitzungen mit verhaltenstherapeutischen und interaktionellen Verfahren. Ziel ist die gezielte Vermittlung von Wissen, das Erlernen von Bewältigungsstrategien sowie der Austausch mit anderen Betroffenen.

Themenkomplexe:

- Rollenbilder
- Kontaktaufbau zum Kind
- Stressfaktoren und Stressbewältigung
- Beruhigungstechniken
- Wahrnehmung positiver Gefühle
- Krisenmanagement

