

## Handlungsleitfaden bei peripartalen psychischen Beeinträchtigungen

Psychische Störungen in der Schwangerschaft.

Psychische Störungen im Wochenbett/bis zu 6 Monate nach der Geburt nach Schweregrad:

1. Depressive Verstimmung in den ersten 3-5 Tagen nach der Geburt („Baby-Blues“)
2. Postpartale Depression (PPD) in den ersten Monaten nach der Geburt.
3. Postpartale Psychose (PPP), meistens in den ersten beiden Wochen nach der Geburt.

### 1. Erkennen

Die Fachkräfte der Geburtshilfe und der vor- und nachsorgenden Hilfen achten auf Anzeichen psychischer Beeinträchtigungen, ggf. mit Hilfe eines geeigneten Fragebogens (z.B. dem Edinburgh-Postnatal-Depression-Scale (EPDS) oder dem Eltern-Kind-Beziehungsfragebogen (PBQ)) bzw. gezielter Fragen, z.B.:

**1. Fühlten Sie sich im letzten Monat häufig niedergeschlagen, traurig, bedrückt oder hoffnungslos?**

**2. Hatten Sie im letzten Monat deutlich weniger Lust und Freude an Dingen, die Sie sonst gerne tun? („Whooley-Fragen“).**

Je nach Einschätzung/ Befund werden der Schwangeren bzw. der jungen Mutter Empfehlungen gegeben bzw. wird sie an geeignete Fachkräfte verwiesen:

### 2. Auffangen/ Beraten

Psychische Beeinträchtigungen bei Schwangeren	Depressive Verstimmung nach der Geburt „Baby-Blues“	Postpartale Depression	Postpartale Psychose
<b>Häufigkeit:</b> depressive Symptome: ca. 18%, davon schwere behandlungsbedürftige Depression: ca.13% (ähnlich wie in der weiblichen Allgemeinbevölkerung)	<b>Häufigkeit:</b> 50 - 80% Verschwindet in der Regel innerhalb weniger Tage. Keine weiteren Maßnahmen notwendig.	<b>Häufigkeit:</b> depressive Symptome: ca. 19% im 1. – 3. Monat nach der Geburt; davon schwere behandlungsbedürftige Depression: ca. 7% (= etwa 120 Frauen pro Jahr in Hamm)	<b>Häufigkeit:</b> 0,1 – 0,2% (= etwa 17 - 34 Frauen pro Jahr in Hamm) in der Regel stationäre Aufnahme erforderlich (z. B. über die Institutsambulanz des Marienhospitals)
Fachkräfte, die Schwangere behandeln, beraten und begleiten und Anzeichen einer psychischen Beeinträchtigung feststellen empfehlen je nach Schweregrad: 1. Das Aufsuchen einer Beratungsstelle bzw. 2. die diagnostische Abklärung durch ärztliche oder therapeutische Fachkräfte.	Die Fachkräfte in der Geburtshilfe klären über Stimmungsschwankungen nach der Geburt auf. Bei Bedarf geben sie Infomaterialien mit und reden ggf. mit Partner/ Familie.	Die Fachkräfte in der Geburtsnachsorge beraten Frauen die Anzeichen einer PPD aufweisen und empfehlen das Aufsuchen einer Beratungsstelle sowie die diagnostische Abklärung durch ärztliche oder therapeutische Fachkräfte Therapie: Psycho- und Pharmakotherapie, in schweren Fällen auch stationäre Aufnahme	Eine postpartale Psychose ist gekennzeichnet durch Wahnvorstellungen, Halluzinationen, aber auch auffällige Apathie und verflachter Affekt. In vielen Fällen besteht Gefahr der Selbstgefährdung sowie Gefährdung des Kindes. Eine intensive Behandlung der PPP sowie Unterstützung im Alltag ist erforderlich.

### 3. Therapien und Hilfen einleiten

Bei peripartalen Depressionen, insbesondere leichter und mittlerer Ausprägung	Bei schweren peripartalen psychischen Störungen, insbesondere postpartalen Psychosen
1. Beratungsstelle: Prüft Hilfebedarf, berät bzw. stärkt das Familiensystem, organisiert ggf. Hilfen (z.B. Haushalt, Kinderpflege), empfiehlt ggf. Psychotherapeut*in bzw. Psychiater*in	1. Sicherstellung einer psychiatrischen Betreuung und Therapie: stationäre Aufnahme bzw. engmaschige ambulante Betreuung
2. Therapie für die betroffene Schwangere bzw. Mutter	2. Sicherstellung des Kindeswohls
3. Hilfen für das Kind bzw. die Familie	3. Sicherstellung von ausreichenden Hilfen für Pflege und Betreuung für das Kind bzw. die Familie

## Ansprechpersonen / -institutionen in Hamm

### Schwangerschaftsberatungsstellen (in der Schwangerschaft und bis zum 3. Lebensjahr):

<b>AWO Ruhr-Lippe-Ems</b> Südenwall 21a, 59065 Hamm, <a href="http://www.awo-rle.de">www.awo-rle.de</a>	023 81 8 76 98 44
<b>Diakonie Ruhr Hellweg</b> Südstraße 29, 59065 Hamm, <a href="http://www.diakonie-ruhr-hellweg.de">www.diakonie-ruhr-hellweg.de</a>	023 81 5 44 00-50
<b>Sozialdienst Katholischer Frauen</b> Franziskanerstr. 3, 59065 Hamm, <a href="http://www.schwangerschaftsberatung-hamm.de">www.schwangerschaftsberatung-hamm.de</a>	023 81 1 44-2 10
<b>VARIA – Innosozial</b> Heßlerstr. 49, 59065 Hamm, <a href="http://www.innosozial.de">www.innosozial.de</a>	023 81 5 48 61 16

### Frauen-, Erziehungs-, Familien- und Lebensberatung:

<b>Caritasverband Hamm, Beratungsstelle für Eltern, Kinder und Jugendliche</b> Lange Straße 27, 59067 Hamm, <a href="http://www.caritas-hamm.de">www.caritas-hamm.de</a>	023 81 3 78 70 00
<b>Diakonie Ruhr Hellweg, Beratungsstelle für Ehe-, Familien- und Lebensfragen</b> Südstraße 29, 59065 Hamm, <a href="http://www.diakonie-ruhr-hellweg.de">www.diakonie-ruhr-hellweg.de</a>	023 81 5 44 00-70
<b>Frauenberatungs- und Therapiezentrum,</b> Bahnhofstraße 15-17, 59065 Hamm, <a href="http://www.frauenberatung-therapie.de">www.frauenberatung-therapie.de</a>	023 81 43 18 40
<b>Kath. Beratungsstelle für Ehe-, Familien- und Lebensfragen</b> Oststr. 37, 59065 Hamm, <a href="http://www.paderborn.efl-beratung.de">www.paderborn.efl-beratung.de</a>	023 81 8 33 49
<b>Stadt Hamm, Beratungsstelle für Eltern, Jugendliche und Kinder</b> Elchstr. 11, 59071 Hamm, <a href="http://www.hamm.de/erziehungsberatung">www.hamm.de/erziehungsberatung</a>	023 81 17-61 70

### Psychiatrische Anlaufstellen

<b>Institutsambulanz des Marienhospitals</b> Knappenstraße 19, 59071 Hamm, <a href="http://www.marienhospital-hamm.de">www.marienhospital-hamm.de</a>	023 81 18 25 46
<b>Stadt Hamm, Gesundheitsamt, Sozialpsychiatrischer Dienst</b> Heinrich-Reinköster Straße 8, 59065 Hamm, <a href="http://www.hamm.de">www.hamm.de</a>	023 81 17-64 66
<b>Außerhalb von Hamm: Mutter-Kind-Einheit der LWL-Klinik Herten für Psychiatrie ...</b> Im Schlosspark 20, 45699 Herten, <a href="http://www.lwl-klinik-herten.de">www.lwl-klinik-herten.de</a>	023 66 8 02-0

### Weiterführende Informationen und Links:

- Edinburgh-Postnatal-Depression-Scale (EPDS) und Eltern-Kind-Beziehungsfragebogen (PBQ)**  
[www.marce-gesellschaft.de/materialien/](http://www.marce-gesellschaft.de/materialien/)
- „Schatten und Licht e. V.“ Selbsthilfe-Organisation zu peripartalen psychischen Erkrankungen**  
[www.schatten-und-licht.de](http://www.schatten-und-licht.de)
- Faktenblatt „Postpartale Depression“ des Kompetenzzentrums Frauen und Gesundheit NRW**  
[frauenundgesundheit-nrw.de/wp-content/uploads/2014/08/Faktenblatt\\_PPD.pdf](http://frauenundgesundheit-nrw.de/wp-content/uploads/2014/08/Faktenblatt_PPD.pdf)
- Postpartale psychische Störungen – Update 2016, Frauenheilkunde up2date4, 2016**  
[www.thieme.de/de/hebammenarbeit/postpartale-psychische-stoerungen-132542.htm?wt.mc\\_id=campaign=grundrauschen-q2-2018-18k2zk\\_source=themen-nl-18o77t\\_medium=link-18ov9j](http://www.thieme.de/de/hebammenarbeit/postpartale-psychische-stoerungen-132542.htm?wt.mc_id=campaign=grundrauschen-q2-2018-18k2zk_source=themen-nl-18o77t_medium=link-18ov9j)
- Depression und Angstörung nach der Geburt – Ratgeber für Betroffene und Angehörige, Schatten & Licht e.V.**  
<https://www.hamm.de/fruehe-hilfen/krise>

#### Impressum:

Herausgeber:  
Stadt Hamm, Der Oberbürgermeister  
Familienbüro der Stadt Hamm  
Stand: März 2019