

Psychische Erkrankungen

DEPRESSION UND ANGSTSTÖRUNG

Depression und Angststörung gehören zu den am häufigsten diagnostizierten psychischen Erkrankungen, wobei in der Peripartalzeit Angststörungen häufiger als Depressionen diagnostiziert werden. Fast 40 % der postpartal depressiven Frauen leiden gleichzeitig an Angststörungen. Bei Vätern wird diese Symptomatik auch als hoch eingeschätzt.

TYPISCHE SYMPTOME

DER DEPRESSION IN DER PERIPARTALZEIT

- Schwere Erschöpfungszustände und ausgeprägte Schlafstörungen
- Antriebs- und Energielosigkeit, Gefühl der inneren Leere, Unruhe, Freudlosigkeit
- Konzentrationsstörungen und Grübeln
- Körperliche Beschwerden wie Kopfschmerzen, bleierne Schwere und Appetitlosigkeit
- Ständige Angst, das Baby nicht gut genug zu versorgen oder es zu verletzen
- Kein Gefühl für das Kind bzw. das Gefühl, mit dem Kind überhaupt nichts anfangen zu können
- Selbsttötungsgedanken

TYPISCHE SYMPTOME

DER ANGSTSTÖRUNGEN IN DER PERIPARTALZEIT

- Andauernde innere Unruhe und Anspannung, ständiges Grübeln über mögliche Gefahren und Unglücksfälle
- Starke Sorgen und Befürchtungen um das Kind und die Familie
- Die Angst blockiert alltägliche Abläufe
- Ängste können sich auf bestimmte Situationen und Gegenstände beziehen
 - ▶ Phobie (z.B. offene Plätze)
- Zusätzliche körperliche Symptome: Herzrasen, Atemnot, Schwindel, Zittern, schweißnasse Hände, Beklommenheit, Engegefühle in der Brust, Übelkeit und Erbrechen

WAS SAGEN

DEPRESSIVE MÜTTER?

- Es war ein Fehler, ein Kind zu bekommen
- Ich kann keine gute Mutter sein. Meine Energie ist alle. Das Baby hat eine liebende Mutter verdient. Ich schaffe das einfach nicht
- Durch das Kind wird mein Leben nie wieder in Ordnung. Ich werde nie wieder glücklich
- Ich will das Kind in eine Pflegefamilie geben. Dieses Kind zerstört unsere Familie. Wir müssen die Situation wieder in den Griff kriegen und das schaffen wir nur, wenn wir entlastet werden
- Ich bin ein Störfaktor und eine Belastung für die Familie
- Ich kann nichts für mein Kind empfinden. Ich fühle mich so leer

WAS SAGEN

MÜTTER MIT ANGSTSTÖRUNGEN?

- Ich kann mein Kind nicht alleine lassen
- Ich kann mit meinem Kind das Haus nicht verlassen
- Ich kann nicht alleine zu Hause mit dem Baby sein. Es kann so viel passieren, ich bin noch nicht so weit. Ich muss noch viel lernen
- Mit dem Bus fahren kann ich nicht. Wenn ich einsteige, bekomme ich Atemnot, mir wird übel, ich fange an zu zittern
- Ich weiß, dass mein Baby sehr krank ist. Die Ärzte nehmen uns aber nicht ernst. Wir beginnen jetzt an einer anderen Stelle mit neuen Untersuchungen und hoffen, dass dann klar wird, was mein Kind hat

WIE VERHALTEN SICH

DEPRESSIVE MÜTTER?

- Zeigen wenig Emotionen/ der Ausdruck der Emotionen ist verflacht
- Äußern Schuldgefühle; halten sich für nicht fähig, ihre Aufgaben als Mutter zu erfüllen
- Machen wenig mit dem Kind oder mischen sich ständig in die Aktivitäten des Kindes ein
- Merken oft nicht die Interaktionsangebote der Kinder und reagieren deswegen nicht darauf
- Die Kinder schauen die Mütter selten an/ sie sind wenig aktiv und leicht irritiert
- Haben Schwierigkeiten das Verhalten der Kinder richtig zu interpretieren

WIE VERHALTEN SICH

MÜTTER MIT ANGSTSTÖRUNGEN?

- Lassen den Kindern wenig Freiraum für Exploration
- Reagieren mit starker, verängstigter Kontrolle, wenn die Kinder Grenzen überschreiten
- Sind oft nicht konsequent in ihrem Verhalten
- Zeigen oft negative Emotionen
- Merken oft nicht die Interaktionsangebote der Kinder und reagieren deswegen nicht darauf
- Haben Schwierigkeiten, das Verhalten der Kinder richtig zu interpretieren