



Wenn sich das Mutterglück nicht einstellen will: Viele Frauen leiden vor und nach der Geburt unter einer Depression.

Foto: fotolia, Junge Mutter, S.Kobold

DAS TIEF NACH DER GEBURT

Viele Frauen in Deutschland leiden nach der Geburt ihres Kindes an einer schweren Depression. Die Mutter-Kind Ambulanz an der LVR-Klinik in Bonn bietet Hilfen.

Simone S. ist 31 Jahre alt und von Beruf Juristin. Vor ungefähr einem Jahr brachte sie nach einer unkomplizierten Schwangerschaft ihr erstes Kind, einen kleinen Sohn und Wunschkind, zur Welt. Es war keine leichte Geburt, mit hohem Blutverlust, »dennoch hätte ich der glücklichste Mensch auf Erden sein sollen – aber war es einfach nicht«.



Karin RUNDE
LVR-Klinik Bonn
Tel 0228 551 3023
karin.runde@lvr.de

Die erste Zeit mit dem Säugling allein zu Hause war getrübt von Selbstzweifeln und Schuldgefühlen. Simone S. traut sich die Versorgung des Säuglings nicht zu, fühlt sich überfordert. Nachts wacht sie beim leisesten Geräusch auf und findet nicht zurück in den Schlaf. Herzerasen, Panikattacken, irrationale Ängste, die Liste ihrer Symptome ist lang. Die Liste ihrer Schuldgefühle ebenso. »Eines Morgens hatte ich keine Gefühle mehr für meinen Sohn, konnte seine Nähe beim Stillen nicht ertragen, ihn nicht auf den Arm nehmen«. In dieser Zeit versorgt ihr Partner das gemeinsame Kind. Auch im Alltag stößt die junge Mutter immer wieder auf Unverständnis. »Aber Du hast das Kind doch gewollt« hört sie mehrfach. Simone S. ist am Ende ihrer Kraft und sie weiß nicht mehr weiter, das Unverständnis ihrer Mitmenschen belastet sie.

Ein Stimmungstief nach der Geburt erleben viele Frauen. Unsicherheit, Überforderung und Erschöpfung können die Balance in der Schwangerschaft, Geburt und in der Zeit danach, aus dem Gleichgewicht bringen. »Eine postpartale Depression tritt mit fünf bis fünfzehn Erkrankungsfällen pro 100 Geburten relativ häufig auf, die Umwelt erwartet im allgemeinen gerade in dieser Situation von der Mutter strahlende Freude über das Neugeborene«, sagt Natalie Som. Sie arbeitet als Fachärztin für Psychiatrie und Psychotherapie in der Mutter-Kind Ambulanz der LVR-Klinik Bonn und kennt die zweifelnden und verzweifelten Frauen, denen es schwer fällt, über ihre Gefühle zu sprechen.



Natalie Som und Dr. Susanne Hoffmann-Neumann vor der Mutter-Kind Ambulanz. Foto: Karin Runde

Die **Mutter-Kind Ambulanz** ist ein abteilungsübergreifendes Angebot und richtet sich an Frauen, die während der Schwangerschaft oder nach der Geburt eine langanhaltende Erschöpfung oder eine postpartale Depression entwickeln. Die Sprechstunde ist ebenso offen für Frauen mit einer bestehenden psychischen Erkrankung und Kinderwunsch.

Tel 0228 551-2800

VERZWEIFLUNG STATT MUTTERGLÜCK

Sich auf eine Schwangerschaft oder ein Baby einzustellen, ist eine Herausforderung. Nicht selten treten Erschöpfung, Ängste und langanhaltende Traurigkeit ein. Manche Mütter haben das Gefühl, nicht genug für ihr Kind zu tun, von ihrem Kind abgelehnt zu werden oder sich nur noch wenig über ihr Kind freuen zu können. Wenn die Niedergeschlagenheit nicht von alleine wieder abklingt, kann eine Wochenbettdepression dahinterstecken. In die Mutter-Kind Sprechstunde kommen Frauen voller Angst und Schuldgefühle. »Hier ist es zunächst wichtig, über Erkrankung und Behandlungsmöglichkeiten aufzuklären, damit es Angehörigen und betroffenen Frauen leichter fällt, vorhandene Hilfeangebote wahrzunehmen«, berichtet die Fachärztin Som, »oftmals reicht dann bereits eine ambulante Behandlung aus, um eine rasche, deutliche Besserung zu bringen.«

Auch Simone S. sucht in der Mutter-Kind Ambulanz Hilfe. Die Therapeutinnen hier wissen, wie es sich anfühlt, vor allem Angst zu haben. Sie helfen, den Alltag neu zu organisieren und unterstützen die junge Mutter mit einer psychotherapeutischen Behandlung und leichten Antidepressiva. Die Heilungschancen sind gut. »In der Regel stellt sich schon drei oder vier Wochen nach Behandlungsbeginn eine enorme Verbesserung ein«, so Natalie Som. Auch Simone S. geht es nach drei Wochen erheblich besser und sie ist in der Lage, das Kind allein zu versorgen. Heute genießt sie ihre Rolle als junge Mutter. Auch ihr kleiner Sohn ist gesund und zufrieden.

INTERVIEW MIT PROF. DR. MED. MARKUS BANGER, ÄRZTLICHER DIREKTOR AN DER LVR-KLINIK BONN

Karin Runde: Wer kommt zu Ihnen in die Mutter-Kind Ambulanz?

Prof. Markus Banger: Zahlreiche Frauen leiden nach der Geburt ihres Kindes an einer postpartalen Depression und viele stoßen auf Unverständnis und Vorurteile. Unbehandelt birgt diese Erkrankung viel Leid für die betroffenen Frauen und für die Angehörigen. Wir sehen in der Ambulanz ganz unterschiedliche Frauen. Ganz junge Patientinnen, Akademikerinnen, Frauen, die schon früher mit psychischen Erkrankungen zu tun hatten oder auch Frauen aus sozial schwachem Umfeld. In Zweifelsfällen sollten sich Betroffene immer Beratung suchen, am besten bei einer Fachärztin oder Psychotherapeutin, die sich mit dem Krankheitsbild gut auskennt.



Wenn die Niedergeschlagenheit nicht von alleine wieder abklingt, kann eine Wochenbettdepression dahinterstecken. Foto: fotolia, Pregnant Woman Sitting On Bed Holding Belly, Monkey Business

Karin Runde: Wie kann eine Behandlung aussehen?

Prof. Markus Banger: In der Ambulanz wird die Situation der Frauen reflektiert, Belastungsfaktoren werden benannt, wir schauen, ob es Hilfen aus der Familie heraus gibt und klären, ob es eventuell Zwangsgedanken gibt. Dann bieten wir konkrete Hilfen an, besprechen Sorgen, richten psychotherapeutische Gespräche ein und bei einem bestimmten Schweregrad überlegen wir gemeinsam, kurzfristig medikamentöse Hilfen einzusetzen.

Karin Runde: Spielt die Persönlichkeit der Mütter auch eine Rolle?

Prof. Markus Banger: Besonders Frauen mit zu hohen Ansprüchen an sich selbst leiden darunter, diesen Ansprüchen plötzlich nicht mehr gerecht zu werden. Ja, wir alle wollen perfekt sein und es ist schwierig mit einem neugeborenen Kind weiterhin 100 Prozent Einsatz zu zeigen.

Gleichzeitig erwartet die Außenwelt von werdenden Müttern, dass sie vor Glück und Vorfriede strahlen. Was häufig unbemerkt bleibt: Viele Frauen leiden bereits während der Schwangerschaft an einer Depression. Dass man auf Unverständnis trifft, erleben viele Menschen mit psychischen Erkrankungen. Wer an einer postpartalen Depression erkrankt, ist auf keinen Fall eine schlechte Mutter. Eine Depression nach der Geburt - für viele Frauen ist das noch immer ein Tabu. Die ambulante Form der Therapie in der Mutter-Kind Ambulanz ist so enorm wichtig, da sie betroffenen Frauen und ihren Familien niederschwellig und schnell psychiatrische Hilfe und soziale Unterstützung bereit stellt.