

21. Juni 2017

RADIOBEITRAG als Text

Baby-Blues oder Wochenbett-Depression? Stimmungstief nach der Geburt

Anmoderation:

Die Geburt eines Kindes ist ein Grund zur Freude und ein überwältigendes Erlebnis für die Eltern. Für viele Frauen ist die Zeit danach nicht nur himmelhochjauchzend, sondern auch tief betrübt. Dabei unterscheidet man zwischen einer Wochenbett-Depression und dem sogenannten Baby-Blues wie Dr. Astrid Maroß erklärt. Kristin Sporbeck hat sich bei der Ärztin des AOK-Bundesverbandes informiert.

Länge: 1.57 Minuten

Dr. Astrid Maroß:

Sehr, sehr viele Frauen erleben einige Tage nach der Geburt ein Stimmungstief und fühlen sich schlecht und das geht nach wenigen Tagen wieder vorbei. Bei einer Wochenbett-Depression sind die Symptome sehr viel ausgeprägter und der Zustand hält länger an – unter Umständen monatelang –, setzt manchmal auch erst später ein. Das betrifft immerhin 15 von 100 Frauen.

Text: Erklärt Dr. Astrid Maroß, Ärztin im AOK-Bundesverband. Die Symptome gleichen einer Depression in anderen Lebensphasen – also Traurigkeit, Leeregefühl, Antriebsmangel und Selbstzweifel bis hin zu Selbstmordgedanken.

Dr. Astrid Maroß:

Typisch für depressive, junge Mütter sind oft Schuldgefühle, nämlich, dass sie die perfekte Mutterrolle nicht ausfüllen können, dass kleine Fehler als großes Versagen interpretiert werden, dass die Zeit nicht so glücklich verläuft, wie sie doch im Lehrbuch steht.

Text:

Eine Depression ist behandelbar und die Betroffenen können lernen, die Herausforderungen im neuen Alltag zu meistern. Erste Ansprechpartner sind beispielsweise Frauenärztin, Hebamme oder eine Beratungsstelle. Bei schweren Symptomen sind fachärztliche und psychotherapeutische Hilfe gefragt. Wichtig ist, dass die betroffenen Frauen nicht aus falscher Scham zu lange warten – ihnen kann gut geholfen werden. Die Ursachen sind ganz unterschiedlich, so Maroß.

Dr. Astrid Maroß:

Die Geburt bedeutet ja eine enorme Umstellung, nicht nur für den Körper, für die Hormonlage, sondern auch dafür, dass Verantwortung für einen kleinen Menschen übernommen werden muss; das oft im Zustand der Übermüdung und Überforderung, manchmal mit wenig sozialer Unterstützung. Die Partnerschaft verändert sich und manchmal ist auch keine Hilfe vor Ort da. Das Risiko für eine Wochenbett-Depression ist auch dann höher, wenn die Frau vor der Schwangerschaft schon eine komplizierte Geschichte hatte, entweder mit psychischen Symptomen oder schwieriger familiärer oder sozialer Situation.