

## Medienmitteilung

Kilchberg, 18. April 2016

Psychische Probleme in Schwangerschaft und Wochenbett -

## Mutterglück und Babyblues



**In der Vorstellung der meisten Menschen sollten die Erwartung und die Geburt eines Kindes ein freudiges Ereignis darstellen. Viele Frauen erleben jedoch Schwangerschaft und Wochenbett als eine einschneidende Lebensveränderung, die mit Stress und gemischten Gefühlen verbunden ist. Gerade in unserer heutigen Gesellschaft geht die Geburt eines Kindes für viele Frauen einher mit einem Verlust an autonomer Lebensführung, Mehrfachbelastungen in der Rolle als Mutter, Hausfrau und Berufstätige. Sie sehen sich konfrontiert mit gesellschaftlichen Erwartungen und der Notwendigkeit, die Rollen und Aufgaben in der Partnerschaft neu zu verhandeln. Frauen weisen in dieser sensiblen Lebensphase ein erhöhtes Risiko auf, psychosomatisch zu erkranken.**

Infolge der hormonellen, körperlichen und psychischen Umstellungen nach einer Geburt sind rund 50 bis 80 Prozent aller Frauen während der ersten 14 Tage nach einer Geburt von einem kurzfristigen Stimmungstief betroffen, das einige Stunden bis wenige Tage andauern kann. Etwa 10 bis 15 Prozent aller Mütter entwickeln nach der Geburt eine Wochenbettdepression und zeigen Symptome wie Müdigkeit, Erschöpfung, allgemeines Desinteresse, sexuelle Unlust, Schwindel, Kopfschmerzen, Herzbeschwerden, Traurigkeit, innere Leere, Schuldgefühle und sogar Suizidgedanken. Auch andere psychische Erkrankungen wie Angst- und Zwangsstörungen oder Essstörungen können in dieser Zeit erstmals auftreten oder sich verschlechtern.

Psychischer Stress kann sich ungünstig auf die Schwangerschaft auswirken und dadurch das Risiko von Geburtskomplikationen erhöhen. Betroffene Mütter haben infolge der psychischen Belastung mitunter Schwierigkeiten, einen warmherzigen und einfühlsamen Kontakt zu ihrem Kind aufzubauen, worunter sie selbst sehr leiden. Die Bindung an das Kind

und damit dessen emotionale Verhaltensentwicklung können beeinträchtigt werden. Das rechtzeitige Erkennen und die kompetente Behandlung solcher Situationen sind daher für die Gesundheit von Mutter und Kind von grosser Bedeutung.

Das Sanatorium Kilchberg bietet Frauen im Zentrum für Psychosomatik in Zürich eine Spezialsprechstunde an zur Beratung und Behandlung psychischer Probleme in Schwangerschaft und Wochenbett. Eine enge Zusammenarbeit mit dem behandelnden Geburtshelfer ist dabei entscheidend.

Am Donnerstag, 28. April um 18:30 Uhr findet in der Volkshochschule Bäregasse 22 in 8001 Zürich eine öffentliche Informationsveranstaltung mit Frau Dr. med. Christine Poppe, Chefärztin Psychotherapie, Sanatorium Kilchberg, und Frau KD Dr. med. Barbara Bass, Leitende Ärztin Psychosomatik, Triemli Spital, statt. Es werden Hinweise zum Erkennen einer psychischen Problematik, die zugrundeliegenden Risikofaktoren und die Bedeutung für Schwangerschaft und Kind wie auch geeignete Behandlungsansätze aufgezeigt.

---

Für weitere Auskünfte steht gerne zur Verfügung:

Frau Jacqueline Baumann, Marketing & Kommunikation, Sanatorium Kilchberg  
Tel. 044 716 42 22, Email: [j.baumann@sanatorium-kilchberg.ch](mailto:j.baumann@sanatorium-kilchberg.ch)