

Hilfreiche Kontakte für die Patientin und Sie

- **FEM-Elternambulanz** als Zuweisungsdrehscheibe für niedergelassene PPD-ExpertInnen: ☎ (+43) 650/546 30 66 (Mo, Di, Mi, Fr 8.30–12.30 Uhr)
- **Spezialambulanz für peripartale Psychiatrie** im OWS: ☎ (+43 1) 910 60-218 20
- **Familienhebammen der MA 15:** ☎ (+43 1) 4000-876 37, www.wien.gv.at/gesundheitsberatung-vorsorge/eltern-kind/geburt/familienhebammen.html
- **Frühe Hilfen – Familienbegleitung:** www.fruehehilfen.at, ☎ (+43) 800/80 80 88, E: fruehehilfen@die-moewe.at
- **Österreichisches Hebammengremium:** www.hebammen.at
- **Psychosomatische Frauenambulanz**, Universitätsklinik für Frauenheilkunde, AKH: Anmeldung ☎ (+43 1) 404 00-280 40 oder 290 40 (Mo–Fr 8.00–15.00 Uhr)

Akut-Telefonnummer

- **Psychozialer Dienst – 24h-Notdienst:** ☎ (+43 1) 313 30

Informationen für die Patientin und Sie

- **Broschüre für Frauen:** „... eigentlich sollte ich glücklich sein“ über PPD
- **Folder für ÄrztInnen:** „Muttermilch – glückliche Mutter?“ Adressverzeichnis für ExpertInnen bei postpartalen Depressionen für Wien
- **Infoblätter und Fragebögen:**
 - **Eltern-Kind-Beziehungsfragebogen** zum Screening von Beziehungsstörungen
 - **Klinisches Management** für Depression in Schwangerschaft und postpartal
 - **Psychopharmaka-Therapie:** Hinweise zur Behandlung während Schwangerschaft und Stillen
 - **Leitlinien** für psychosoziale Schwangerenbetreuung



Kostenloser Bezug:
www.frauengesundheit-wien.at
☎ (+43 1) 4000-871 62

Checkliste: Perinatale Krisen und postpartale Depression

Risikoeinschätzung für GynäkologInnen in niedergelassenen Ordinationen



Postpartale Depression

Stellen Sie 4 wichtige Fragen zum Wohle der Frau und ihres Kindes:

1 „Wie geht es Ihnen persönlich?“

Hintergrund: Mit dieser offenen und neutralen Frage geben Sie der Frau die Möglichkeit sich zu öffnen.

2 „Gibt es im Moment etwas, das Sie sehr belastet?“

Hintergrund: Es gibt eine Reihe an Risikofaktoren, die das Risiko für psychische Krisen und PPD erhöhen: Gewalterfahrungen, lang andauernde Partnerschaftsprobleme, schwieriges familiäres Umfeld, wenig oder fehlende soziale Unterstützung, finanzielle Schwierigkeiten, andere akut belastende Lebensereignisse wie Todesfälle, schwere Krankheiten in Familie, etc.

3 „Wie haben Sie frühere Schwangerschaften/Geburten erlebt?“

Hintergrund: Verdrängte negative Erfahrungen früherer Schwangerschaften und/oder Geburtserlebnisse können durch die erneute Schwangerschaft wieder aktiviert werden und zu Krisen führen. Ebenso stellen eine vorangegangene Früh-, Fehl- oder Totgeburt und/oder ein schwer krankes/chronisch krankes Kind einen großen Belastungsfaktor dar.

4 „Hatten Sie selbst schon einmal eine psychische Krise oder gibt es jemanden in der Familie, der psychische Probleme hat?“

Hintergrund: Frühere psychische Krisen oder Erkrankungen (Depressionen, PPD bei einer vorangegangenen Schwangerschaft, Angst- oder Zwangserkrankungen, Essstörungen, ...) sind ein Risikofaktor für erneutes Auftreten einer Depression während der SS oder postnatal. Auch psychisch kranke Angehörige (Partner, Kinder, Eltern) erhöhen das Risiko dafür. Denken Sie auch an Psychopharmaka- und Medikamenteneinnahme oder Suchterkrankungen (Alkohol, Nikotin, Drogen).

Psychische Krisen rund um Schwangerschaft und Geburt sind häufig. Jede 5. Frau ist von postpartaler Depression betroffen. Und mit ihr das Kind, denn eine postpartale Depression gefährdet den Aufbau einer sicheren Bindung an die Mutter und damit eine gute psychische sowie körperliche Entwicklung des Kindes.

Mit den angeführten vier kurzen Fragen können Sie bei einer schwangeren Frau in Ihrer Ordination das Risiko für die Entwicklung von psychischen Krisen und Depressionen abfragen. Je nach Bedarf können Sie an PsychologInnen, PsychiaterInnen, SozialarbeiterInnen oder Hebammen verweisen.

Verweisen Sie die Frau weiter:

▶▶▶ „Nach allem, was Sie mir erzählt haben, empfehle ich Ihnen die Kontaktaufnahme mit einer Spezialistin/einem Spezialisten. Sie sind im Moment sehr belastet und Sie haben eine erhöhte Wahrscheinlichkeit, an einer postpartalen Depression zu erkranken und dieses Risiko kann durch eine gute Begleitung deutlich reduziert werden! Die Unterstützung bei einer Spezialistin/einem Spezialisten wird Ihnen helfen. Ich empfehle Ihnen folgende Adressen.“

Schnelles PPD-Screening im Wartezimmer

Befindlichkeitsbogen (EPDS) (Für: Mütter | Säuglinge)

Postpartale Depression

Sie fühlen sich nicht während der letzten Woche
(Gewinn 0 bis 21 Punkte)

1. Ich konnte lachen auf die Zeiten von der letzten Woche abwärts:
 Genaust wie vor Erfrater: 1
 Mehrmals so oft wie Erfrater: 2
 Ganz wenig oder gar nicht: 3
 Überhaupt nie: 4

2. Es gab Werte, auf die ich nicht freude:
 Ich wie vor Erfrater: 0
 Etwas weniger als Erfrater: 1
 Viel mehr als Erfrater: 2
 Über gar nicht: 3

3. Ich habe mich unvorsorglicherweise Weiter schuldig gefühlt, wenn etwas dazwischenlag:
 Ja, sehr oft: 4
 Ja, manchmal: 3
 Manchmal: 2
 Nein, nie: 1

4. Ich war bittig und machte mir unangenehme Sorgen:
 Nie: 0
 Genaust wie vor Erfrater: 1
 Ja, manchmal: 2
 Ja, sehr oft: 3

5. Ich fühlte mich verurteilt und wurde sprachlos ohne wichtigen Grund:
 Ja, ziemlich oft: 3
 Ja, manchmal: 2
 Nie, fast nie: 1
 Nie, überhaupt nie: 0

6. Ich bin oft sehr unruhig, wenn etwas dazwischenlag:
 Ja, sehr oft: 4
 Ja, manchmal: 3
 Manchmal: 2
 Nein, nie: 1

7. Ich war so unglücklich, dass ich kaum schlafen konnte:
 Ja, fast immer: 4
 Ja, manchmal: 3
 Nie, nicht sehr oft: 2
 Nie, nie: 1


8. Ich war traurig und fühlte mich alone:
 Ja, sehr oft: 4
 Ja, manchmal: 3
 Nie, nicht sehr oft: 2
 Nie, nie: 1

9. Ich war so unglücklich, dass ich weinen musste:
 Ja, sehr oft: 4
 Ja, manchmal: 3
 Nie, nicht sehr oft: 2
 Nie, nie: 1

10. Selbstgespräche kam mir der Gedanke, mir etwas anzutun:
 Ja, oft: 4
 Manchmal: 3
 Selten: 2
 Nie, nie: 1

Gesamtwert: 0-21

www.frauengesundheit-wien.at

die Wiener Program für Psychogestundheit  Stadt Wien

Sie können auch den kurzen Fragebogen „Edinburgh Postnatal Depression Scale EPDS“ vorgeben, während die Frau in Ihrer Ordination auf die Untersuchung wartet.

Der Fragebogen gibt einen schnellen Überblick über das Risiko für PPD. Ausfülldauer: 5 Minuten Auswertungsdauer: 1 Minute

Kostenloser Bezug: www.frauengesundheit-wien.at ☎ (+43 1) 4000-871 62

Zuweisungsverlauf bei psychosozialen Belastungen und PPD-Risiko

Psychische Belastungen

- Bei negativen Schwangerschaftserfahrungen sowie belastenden Lebenssituationen:
- ✓ Zuweisung zur **FEM-Elternambulanz**. Diese kann eine Verdachtsabklärung machen sowie als Drehscheibe zu Beratungseinrichtungen und niedergelassenen PsychologInnen/PsychotherapeutInnen fungieren.
 - ✓ Zuweisung zur niedergelassenen **PsychologIn/PsychotherapeutIn** **WICHTIG:** Geben Sie der Frau konkrete Namen und Ansprechpersonen, die auf PPD oder psychische Krisen in der Schwangerschaft spezialisiert sind.

Psychiatrische (Vor)Erkrankung

- Bei Schwangeren mit **psychiatrischen Diagnosen:**
- ✓ Kontaktaufnahme mit dem **Entbindungsspital** (im Einverständnis mit der Frau):
 - * Spital über psychiatrische (Vor)Erkrankung informieren, hinweisen auf Risikopatientin.
 - * Weiters: Abklären, ob das Spital die notwendige interdisziplinäre Betreuung übernehmen kann (siehe nächster Punkt)
 - ✓ Der Frau eine **interdisziplinäre Betreuung** empfehlen, die sie durch die Schwangerschaft begleitet:
 - * Kontaktaufnahme mit Spezialambulanz für Peripartalpsychiatrie im Otto-Wagner-Spital (OWS)
 - * Beziehen einer (niedergelassenen) **PsychologIn/PsychotherapeutIn**
 - * Verweis an eine **Familienhebammen der MA 15**

Bei Schwangeren und Wöchnerinnen mit **psychiatrischen Diagnosen UND Psychopharmaka-Einnahme:**

- ✓ **Unbedingt** Kontakt mit behandelnder/m PsychiaterIn und/oder Spezialambulanz für peripartale Psychiatrie im OWS
- ✓ Interdisziplinäre Betreuung der Frau **während** der gesamten Schwangerschaft (siehe oben)

Soziale Auffälligkeiten

- In **schwierigen sozialen Lebenssituationen:**
- ✓ Zuweisung zu SozialarbeiterIn der MAG ELF **während** der Schwangerschaft
 - ✓ Zuweisung zu Eltern-Kind-Zentren der MAG ELF während und nach der Schwangerschaft