Zeitschrift: Obstetrica : das Hebammenfachmagazin = la revue spécialisée des sages-femmes

Herausgeber: Schweizerischer Hebammenverband

Band: 121 (2023)

Heft: 12

Artikel: Die psychische Gesundheit im Familiensystem fördern

Autor: Forster, Fabienne

DOI: https://doi.org/10.5169/seals-1049785

Nutzungsbedingungen

Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften auf E-Periodica. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Zeitschriften und ist nicht verantwortlich für deren Inhalte. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern beziehungsweise den externen Rechteinhabern. Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen sowie auf Social Media-Kanälen oder Webseiten ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. Mehr erfahren

Conditions d'utilisation

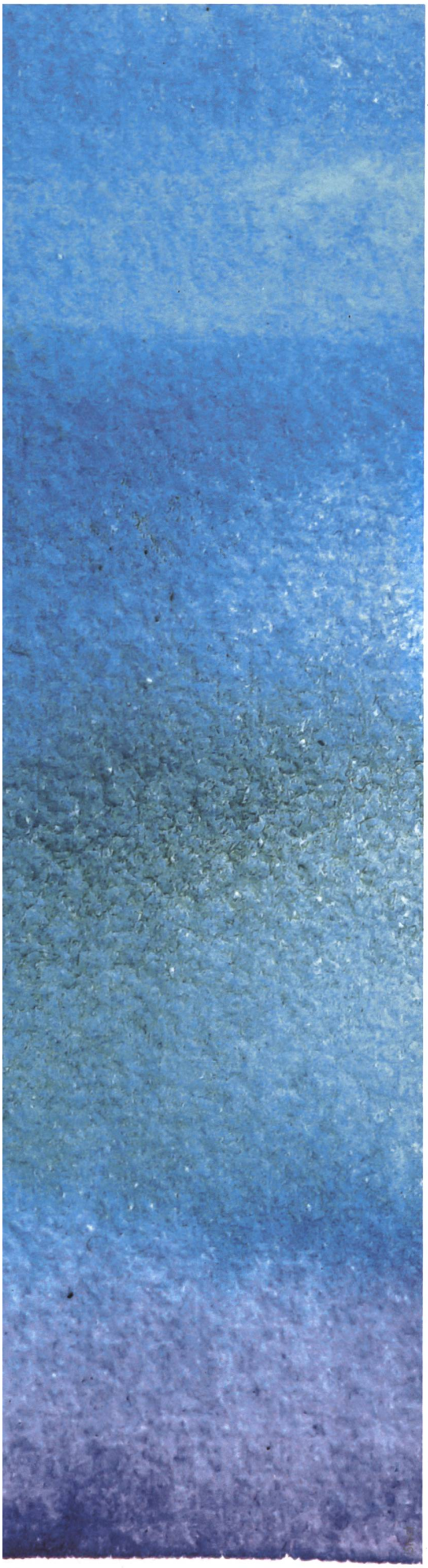
L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. La reproduction d'images dans des publications imprimées ou en ligne ainsi que sur des canaux de médias sociaux ou des sites web n'est autorisée qu'avec l'accord préalable des détenteurs des droits. En savoir plus

Terms of use

The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. Publishing images in print and online publications, as well as on social media channels or websites, is only permitted with the prior consent of the rights holders. Find out more

Download PDF: 12.07.2025

ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, https://www.e-periodica.ch



Die psychische Gesundheit im Familiensystem fördern

Mit der Geburt des Kindes geht für viele ein Lebenstraum in Erfüllung. Tatsächlich ist der Übergang zur Elternschaft jedoch auch eine Risikophase für die Entwicklung psychischer Störungen – sie gehören zu den häufigsten Geburtskomplikationen. Indem Hebammen genau hinschauen und frühzeitig handeln, können sie viel bewirken. Bei den werdenden Müttern, aber auch bei deren Partner*innen.

TEXT:
FABIENNE FORSTER

Die meisten Menschen in der Schweiz werden irgendwann Eltern. Laut Bundesamt für Statistik haben 75 % aller Schweizer*innen Kinder (Csonka et al., 2017). Kinder sind für viele Menschen ein grosser Lebenstraum. Sie versprechen sich davon Glück, Liebe, Sinn und Freude. Tatsächlich zeigt Forschung, dass Kinder zu bekommen mit einem Anstieg an Zufriedenheit und Erfüllung einhergeht (Dyer et al., 2008). Allerdings ist der Übergang zur Elternschaft gleichzeitig auch gekennzeichnet von Stress, Unsicherheit und ungeahnten Herausforderungen. Diverse Risikofaktoren für die Entwicklung psychischer Störungen nehmen zu; gleichzeitig verringern sich Schutzfaktoren für die psychische Gesundheit wie zum Beispiel die Schlafqualität, Freizeit oder finanzielle Ressourcen (Forster, 2021). Das macht den Übergang zur Elternschaft zu einer Risikophase für die Entwicklung psychischer Störungen. Tatsächlich gehören psychische Störungen zu den häufigsten Geburtskomplikationen (Berger, 2019). Etwa jeder vierte Elternteil ist von einer psychischen Störung im Peripartum betroffen. Am häufigsten im Übergang zur Elternschaft sind Angststörungen, vor allem Zwänge. An peripartaler Depression erkrankt jede sechste Frau und jeder zehnte Mann (Alves et al., 2023). Vor allem bei Männern nehmen Substanzmissbrauch und -abhängigkeiten mit der Geburt zu (Borschmann et al., 2019) und für psychotische und bipolare Störungen besteht ein erhöhtes Rückfallrisiko. Obwohl psychische Störungen im Peripartum sehr häufig sind, wird in der Geburtsvor- und -nachbereitung

Psychische Gesundheit von werdenden Eltern unterstützen

Informationen und Empfehlungen mit Fokus auf die psychische Gesundheit von Eltern während der Schwangerschaft und bis ein Jahr nach der Geburt:

Zu den Empfehlungen: https://gesundheitsfoerderung.ch

CONTINUER L'ALLAITEMENT MALGRÉ LES RÉGURGITATIONS DE L'ENFANT?

APTAMIL AR ÉPAISSISSANT

- Notre aliment spécial en cas **d'augmentation des régurgitations**
- Contient **l'agent gonflant naturel** qu'est la gomme de caroube
- Pour épaissir le **lait habituel**

Farine de graines de caroube

Contactez-nous également via notre formulaire en ligne

Avis important: L'allaitement est idéal pour l'enfant. Les préparations pour nourrissons ne doivent être données que sur conseil d'un pédiatre ou d'un autre professionnel de santé. Les aliments destinés à des fins médicales spéciales devraient être utilisés uniquement sous contrôle médical. Aptamil AR épaississant est un aliment destiné à des fins médicales spéciales (régimes alimentaires complémentaires) et doit être utilisé uniquement sous contrôle médical.

INFORMATIONS DESTINÉES AUX PROFESSIONNELS DE SANTÉ

NUTRICIA

Antje Kroll-Witzer

noch zu selten über psychische Störungen gesprochen. Im Folgenden wird beschrieben, welche Chancen sich für Hebammen bieten, um die psychische Gesundheit von schwangeren Personen und ihren Familien zu fördern.

Früherkennung als Chance für Geburt und Wochenbett

Die meisten psychischen Störungen sind rasch und nachhaltig durch Psychotherapie und/oder Pharmakotherapie therapierbar. Allerdings besteht in der Regel auch ein hohes Risiko für Rückfälle und Chronifizierung. Besonders wenn Störungen lange nicht erkannt und behandelt werden, steigt die Gefahr, therapieresistente Störungen und komorbide Störungen zu entwickeln (wie zum Beispiel Suchterkrankungen oder Zwangsstörungen). Daher ist es zentral, dass psychische Störungen früh erkannt und behandelt werden (Forster, 2023).

Zwischen depressiven Symptomen und den typischen Herausforderungen der Elternschaft gibt es diverse Überschneidungen.

Unsichtbare psychische Störungen

Psychische Störungen sind in aller Regel von aussen nicht sichtbar. Jede vierte Person, der man heute auf der Strasse begegnet, leidet an einer psychischen Erkrankung. Entsprechend würde auch eine Fachperson in Psychologie keiner*keinem ihrer Patientinnen oder Patienten auf der Strasse ansehen, dass sie von einer psychischen Störung betroffen sind. Dazu kommt, dass es vor allem zwischen depressiven Symptomen und den typischen Herausforderungen der Elternschaft diverse Überschneidungen gibt. So gehören zum Beispiel Veränderung in Schlaf, Appetit beziehungsweise Gewicht und sexueller Appetenz für die meisten Eltern, vor allem für schwangere Personen, zum Elternwerden dazu. Die Schlafdauer reduziert sich in der Regel deutlich in den ersten Jahren, was auch mit Erschöpfung und Stimmungseinbrüchen einhergehen kann. Gleichzeitig gehören Schlafstörungen, Erschöpfung und Stimmungseinbrüche zu den Symptomen einer depressiven Episode, ebenso wie Kon-

Standardisierter Screening-Fragebogen

Mit diesem einfachen Fragebogen können Personen in ihrer Situation abgeholt und ein Gespräch weitergeführt werden.

Zum Fragebogen: https://register.awmf.org

zentrationsprobleme. Konzentrationsprobleme ergeben sich bei Schwangeren und ihren Partner*innen, aber auch natürlicherweise durch die neurologische Umstrukturierung mit der Geburt eines Kindes. Die Reduktion der grauen Substanz geht mit kognitiven Einbussen für etwa zwei Jahre nach Geburt einher (Cárdenas et al., 2020).

Frühe Sensibilisierung und frühzeitiges Erkennen

Wie können Hebammen also Betroffene früh erkennen und zur richtigen Behandlung verhelfen? Die einfachste Möglichkeit dazu ist die Verwendung von standardisierten Screening-Fragebögen wie zum Beispiel der Edinburgh Depressions-Skala (siehe Kästchen, Seite 28). Studien zeigen, dass die Verwendung solcher Fragebögen die Wahrscheinlichkeit erhöht, dass hilfsbedürftige Betroffene erkannt werden, und auch, dass sie diese Hilfe annehmen (Bina, 2020). Weil es kaum möglich ist, Betroffene von aussen zu erkennen, ist es für Hebammen ratsam, allen Eltern (also auch den Partner*innen von schwangeren Personen) bereits während der Schwangerschaft einen solchen Fragebogen abzugeben – oder sie auf entsprechende Apps hinzuweisen wie zum Beispiel das Postpartale-Depression-Krisenapp von Postpartale Depression Schweiz oder das beni-App von peribass.

Einerseits ermöglicht das eine frühe Sensibilisierung sowie die Messung des Verlaufs psychischer Symptome bis nach der Geburt. Ausserdem entwickeln sich über die Hälfte der sogenannten «postpartalen» Depression schon antenatal. Mit einer frühen Erkennung kann bestenfalls einer Verschlechterung nach der Geburt vorgebeugt werden. Darüber hinaus sind niedrige Werte in diesen Fragebögen immer auch eine schöne Gelegenheit, um Eltern positive Rückmeldungen zu geben und sie zu ermuntern, bis jetzt hilfreiche Strategien beizubehalten.

Gesundheit als Ganzes

Auch die körperliche Gesundheit und das Geburtserleben können durch die Förderung der psychischen Gesundheit verbessert werden. Die psychische Gesundheit lässt sich in der Realität nicht von der körperlichen Gesundheit trennen. Zum Beispiel erleben Schwangere mit depressiven Symptomen häufiger Präeklampsie, Geburtskomplikationen oder Frühgeburten (Schaffir, 2018). Umgekehrt erhöhen Beschwerden während der Schwangerschaft und schwierige Geburten das Risiko für die Entwicklung psychischer Symptome nach der Geburt (Quenby et al., 2021). Die Förderung der psychischen Gesundheit bedeutet daher immer auch die Förderung der körperlichen Gesundheit – und umgekehrt.

Die psychische Gesundheit lässt sich in der Realität nicht von der körperlichen Gesundheit trennen. Zum Beispiel erleben Schwangere mit depressiven Symptomen häufiger Präeklampsie, Geburtskomplikationen oder Frühgeburten.

Antje Kroll-Witzer

Gesundheitsförderung für das ganze Familiensystem

Die psychische Gesundheit ist im ganzen Familiensystem hoch interdependent. Eine postpartale Depression bei einer Person gilt zum Beispiel als Hauptrisikofaktor für die Entwicklung einer postpartalen Depression bei deren Partner*in (Whisman & Baucom, 2012). Darüber hinaus hängt die Partnerschaftszufriedenheit negativ mit depressiven Symptomen beider Partner*innen zusammen. Das ist besonders im Übergang zur Elternschaft relevant, in der sich Partnerschaften im Durchschnitt erst einmal verschlechtern (Kluwer, 2010). Der Einbezug der Partner*innen von schwangeren Personen ist daher bereits während der Schwangerschaft wichtig. Paare, die trotz Stress und Traditionalisierung eine ausgewogene Unterstützung im Paar beibehalten können, zeigen im Durchschnitt eine bessere psychische Gesundheit (Meier et al., 2020).

Auswirkungen auf die Kinder

Darüber hinaus hängt die psychische Gesundheit von Eltern auch mit der Entwicklung der Kinder zusammen. Kinder von Eltern mit psychischen Störungen zeigen mit höherer Wahrscheinlichkeit bereits im ersten Lebensjahr mehr Regulationsprobleme, mehr Verhaltensauffälligkeiten in der Schule und eine schlechtere psychische Gesundheit im Erwachsenenalter (Tainaka et al., 2022). Kinder von psychisch belasteten Eltern schlafen schlechter, ebenso wie die Eltern selbst, was natürlich wiederum das Wohlbefinden der ganzen Familie beeinflusst (Coles et al., 2022). Das Stresssystem von Kindern reagiert bereits intrauterin auf psychische Probleme oder auch auf Paarkonflikte (McLaughlin et al., 2019). Umgekehrt bieten einfühlsame und tragende Beziehungen zwischen Eltern eine zentrale Grundlage für eine gute Entwicklung der Kinder (Zemp & Bodenmann, 2015).

Weiterbildung SHV

Fabienne Forster wird am 12. November 2024 beim Schweizerischen Hebammenverband (SHV) eine Weiterbildung geben zum Thema «Gesunde Mütter brauchen gesunde Partner*innen».

Informationen und Anmeldungen folgen unter www.e-log.ch

AUTORIN

Fabienne Forster (geb. Meier),
Dr. phil., Psychologin und Paartherapeutin, Gynäkopsychiatrie Wil.

Referenzen

Alves, S. P., Costa, T., Ribeiro, I., Néné, M. & Sequeira, C. (2023) Perinatal mental health counselling programme: A scoping review. *Patient Education and Counseling*; 106, 170–179. https://doi.org/10.1016/j.pec.2022.10.347

Berger, A. (2019) Perinatale psychische Erkrankungen: Ein vernachlässigtes Thema der Gesundheitsversorgung von Frauen. *Psychiatrische Pflege*; 4(1), 17–20. https://doi.org/10.1024/2297-6965/a000224

Bina, R. (2020) Predictors of postpartum depression service use: A theory-informed, integrative systematic review. *Women and Birth*; 33(1), e24–e32. https://doi.org/10.1016/j.wombi.2019.01.006

Borschmann, R., Becker, D., Spry, E., Youssef, G. J., Olsson, C. A., Hutchinson, D. M., Silins, E., Boden, J. M., Moreno-Betancur, M., Najman, J. M., Degenhardt, L., Mattick, R. P., Romaniuk, H., Horwood, L. J. & Patton, G. C. (2019) Alcohol and parenthood: An integrative analysis of the effects of transition to parenthood in three Australasian cohorts. *Drug and Alcohol Dependence*; 197, 326–334. https://doi.org/10.1016/j.drugalcdep.2019.02.004

Cárdenas, E. F., Kujawa, A. & Humphreys, K. L. (2020) Neurobiological changes during the peripartum period: Implications for health and behavior. *Social Cognitive and Affective Neuroscience*; 15(10), 1097–1110. https://doi.org/10.1093/scan/nsz091

Coles, L., Thorpe, K., Smith, S., Hewitt, B., Ruppanner, L., Bayliss, O., O'Flaherty, M., & Staton, S. (2022) Children's sleep and fathers' health and well-being: A systematic review. *Sleep Medicine Reviews*; 61, 101570. https://doi.org/10.1016/j.smrv.2021.101570

Csonka, Y., Mosimann, A., Schweiz & Bundesamt für Statistik (2017) Familien in der Schweiz: Anhang des Familienberichts 2017: Bericht des Bundesrates vom 26. April 2017 in Erfüllung der Postulate 12.3144 Meier-Schatz vom 14. März 2012 und 01.3733 Fehr vom 12. Dezember 2001.

Dyer, S., Mokoena, N., Maritz, J. & van der Spuy, Z. (2008) Motives for parenthood among couples attending a level 3 infertility clinic in the public health sector in South Africa. *Human Reproduction*; 23(2), 352–357. https://doi.org/10.1093/humrep/dem279

Forster, F. (2021) Die psychische Gesundheit von werdenden Eltern unterstützen, Informationen und Empfehlungen für Fachpersonen. Gesundheitsförderung Schweiz.

Forster, F. (2023) Psychische Krisen bei Frauen im Kontext der Mutterschaft. In U., Lang & A., Brühl (Hrsg.) Frauen in psychischen Krisen helfen Besonderheiten und Empfehlungen für Therapie und Begleitung. Kohlhammer.

Kluwer, E. S. (2010) From Partnership to Parenthood: A Review of Marital Change Across the Transition to Parenthood. *Journal of Family Theory & Review*; 2(2), 105–125. https://doi.org/10.1111/j.1756-2589.2010.00045.x

McLaughlin, K. A., Weissman, D. & Bitrán, D. (2019) Childhood Adversity and Neural Development: A Systematic Review. *Annual Review of Developmental Psychology*; 1, 277–312. https://doi.org/10.1146/annurev-devpsych-121318-084950

Meier, F., Milek, A., Rauch-Anderegg, V., Benz-Fragnière, C., Nieuwenboom, J. W., Schmid, H., Halford, W. K. & Bodenmann, G. (2020) Fair enough? Decreased equity of dyadic coping across the transition to parenthood associated with depression of first-time parents. *PLOS ONE*; 15(2), e0227342. https://doi.org/10.1371/journal.pone.0227342

Quenby, S., Gallos, I. D., Dhillon-Smith, R. K., Podesek, M., Stephenson, M. D., Fisher, J., Brosens, J. J., Brewin, J., Ramhorst, R., Lucas, E. S., McCoy, R. C., Anderson, R., Daher, S., Regan, L., Al-Memar, M., Bourne, T., MacIntyre, D. A., Rai, R., Christiansen, O. B. & Coomarasamy, A. (2021) Miscarriage matters: The epidemiological, physical, psychological, and economic costs of early pregnancy loss. *The Lancet*; 397(10285), 1658–1667. https://doi.org/10.1016/S0140-6736(21)00682-6

Schaffir, J. (2018) Consequences of Antepartum Depression. *Clinical Obstetrics and Gynecology*; 61(3); 533–543. https://doi.org/10.1097/GRF.0000000000000374

Tainaka, H., Takahashi, N., Nishimura, T., Okumura, A., Harada, T., Iwabuchi, T., Rahman, M. S., Nomura, Y. & Tsuchiya, K. J. (2022) Long-term effect of persistent postpartum depression on children's psychological problems in childhood. *Journal of Affective Disorders*; 305, 71–76. https://doi.org/10.1016/j.jad.2022.02.061

Whisman, M. A. & Baucom, D. H. (2012) Intimate Relationships and Psychopathology. *Clinical Child and Family Psychology Review*; 15(1), 4–13. https://doi.org/10.1007/s10567-011-0107-2

Zemp, M. & Bodenmann, G. (2015) Partnerschaftsqualität und kindliche Entwicklung: Ein Überblick für Therapeuten, Pädagogen und Pädiater. Springer.

Wenn es auf eine schnelle und verlässliche Diagnose ankommt!

Gruppe-B-Streptokokken (GBS) können im Geburtskanal vertikal von der Mutter auf das Kind übertragen werden. Sie sind weiterhin die häufigste Ursache für Sepsis und Meningitis bei Neugeborenen. GBS-Infektionen von Neugeborenen gehen mit hoher Morbidität und Mortalität einher und gelten als ernstes Problem für das Gesundheitswesen.[1]

1 von 4
Schwangeren sind mit GBS besiedelt[2]

Nur bei 41 % der Frauen,
die beim vorgeburtlichen Screening GBS-positiv sind, bestätigt sich das positive Testergebnis intrapartal[3]

8 % (EU) bis 20 % (Afrika)
Sterblichkeit der frühzeitigen Erkrankung[4]

5.819 Dollar
durchschnittliche Krankenhauskosten bei einem Neugeborenen mit frühzeitiger GBS-Erkrankung[5]

Xpert **Xpress** GBS

Genauigkeit für Ihre Patientinnen

Xpert **Xpress** GBS* ist ein qualitativer diagnostischer *In-vitro*-Test, der für den Nachweis von GBS-DNA in Vaginal-/Rektalabstrichen konzipiert ist. Der Test mit dem Xpert **Xpress** GBS ist indiziert für die **schnelle Feststellung einer intrapartalen GBS-Besiedlung**.

Er liefert präzise Ergebnisse für eine angemessene intrapartale Behandlung von mit GBS besiedelten Müttern und senkt dadurch das Risiko einer frühzeitigen Erkrankung des Neugeborenen.

Zwei Zielsequenzen
in den am besten konservierten Regionen für eine bessere GBS-Stammabdeckung

Laufzeit
Positive Ergebnisse liegen nach etwa 30# Minuten vor

Intrapartale Leistung
Sensitivität: 93,5 %*
Spezifität: 95,5 %*

Probenadäquanzkontrolle
(Sample Adecuacy Control, SAC)

CE-IVD. *In-vitro*-Diagnostikum. Möglicherweise nicht in allen Ländern erhältlich.

* Packungsbeilage zum Xpert **Xpress** GBS 302-7665
\# Mit vorzeitigem Abbruch des Assays bei positivem Ergebnis

1 Ferula A, et al. Bacterial and host determinants of group B streptococcal infection of the neonate and infant. Front Microbiol. 2022 Feb 21;13:820365.
2 About Group B Strep | CDC [Internet]. [Last access: 2022 May 18]. Available from: https://www.cdc.gov/groupbstrep/about/index.html
3 Zietek M, et al. Intrapartum PCR assay is a fast and efficient screening method for Group B Streptococcus detection in pregnancy. Ginekol Pol. 2020;91(9):549–53
4 Gonçalves BP, et al. Group B streptococcus infection during pregnancy and infancy: estimates of regional and global burden. Lancet Glob Health. 2022 Apr 28
5 El Helali N. et al. Point-of-Care Intrapartum Group B Streptococcus Molecular Screening. Effectiveness and costs. Obstet Gynecol 2019 Feb;133(2):276-281