

## 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](http://www.wien.gv.at/gesundheitsberatung-vorsorge/eltern-kind/geburt/familienhebammen.html)
- **Frühe Hilfen – Familienbegleitung:** [www.fruehehilfen.at](http://www.fruehehilfen.at), ☎ (+43) 800/80 80 88, E: [fruehehilfen@die-moewe.at](mailto:fruehehilfen@die-moewe.at)
- **Österreichisches Hebammengremium:** [www.hebammen.at](http://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
  - **Psychopharmako-Therapie:** Hinweise zur Behandlung während Schwangerschaft und Stillen
  - **Leitlinien** für psychosoziale Schwangerenbetreuung



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

# Checkliste: Perinatale Krisen und postpartale Depression

Risikoeinschätzung für **GynäkologInnen** und **Hebammen** in **geburtshilflichen Ambulanzen**



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 Lebenssituationen, 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 der 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 postpartal. Auch psychisch belastete 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 in der **Schwangerenambulanz** und im **Wochenbett** das Risiko von psychischen Krisen und Depressionen bei der Frau erfragen und bei Bedarf an PsychologIn, PsychiaterIn, Hebamme oder SozialarbeiterIn verweisen.

## Verweisen Sie die Frau mit den richtigen Worten weiter:

„Nach allem, was Sie mir erzählt haben, empfehle ich Ihnen, mit unserer **Abteilungspsychologin / Psychiaterin / Sozialarbeiterin / Familienhebamme** zu reden. Sie haben eine erhöhte Wahrscheinlichkeit, an einer postpartalen Depression zu erkranken und dieses Risiko kann durch eine gute Begleitung deutlich reduziert werden! Wenn Sie wollen, kann ich für Sie einen Termin ausmachen und Ihre Kontaktdaten weitergeben.“

## Schnelles PPD-Screening in der Ambulanz

**Befindlichkeitsbogen (EPDS)** (Ein / Helden / Sagende)

Postpartale Depression

Sie fühlten ich mich während der letzten Woche (Stimme zu / Stimmt)

<p><b>1. Ich konnte lachen auf die Lachen von der letzten Woche an:</b></p> <p>Stimmte mir voll zu <input type="checkbox"/> 4 Stimmte mir fast voll zu <input type="checkbox"/> 3 Stimmte mir etwas zu <input type="checkbox"/> 2 Stimmte mir nicht zu <input type="checkbox"/> 1 Stimmte mir gar nicht zu <input type="checkbox"/> 0</p> <p><b>2. Es gab viele, auf die ich mich freuen konnte:</b></p> <p>Stimmte mir voll zu <input type="checkbox"/> 4 Stimmte mir fast voll zu <input type="checkbox"/> 3 Stimmte mir etwas zu <input type="checkbox"/> 2 Stimmte mir nicht zu <input type="checkbox"/> 1 Stimmte mir gar nicht zu <input type="checkbox"/> 0</p> <p><b>3. Ich habe mich selbstverleugern/verleugern können:</b></p> <p>Stimmte mir voll zu <input type="checkbox"/> 4 Stimmte mir fast voll zu <input type="checkbox"/> 3 Stimmte mir etwas zu <input type="checkbox"/> 2 Stimmte mir nicht zu <input type="checkbox"/> 1 Stimmte mir gar nicht zu <input type="checkbox"/> 0</p> <p><b>4. Ich war begeistert und machte mir gewisse Sorgen:</b></p> <p>Stimmte mir voll zu <input type="checkbox"/> 4 Stimmte mir fast voll zu <input type="checkbox"/> 3 Stimmte mir etwas zu <input type="checkbox"/> 2 Stimmte mir nicht zu <input type="checkbox"/> 1 Stimmte mir gar nicht zu <input type="checkbox"/> 0</p> <p><b>5. Ich fühlte mich verurteilt und wurde pauschal über mich gesprochen:</b></p> <p>Stimmte mir voll zu <input type="checkbox"/> 4 Stimmte mir fast voll zu <input type="checkbox"/> 3 Stimmte mir etwas zu <input type="checkbox"/> 2 Stimmte mir nicht zu <input type="checkbox"/> 1 Stimmte mir gar nicht zu <input type="checkbox"/> 0</p>	<p><b>6. Ich bin alles zurecht geworden:</b></p> <p>Stimmte mir voll zu <input type="checkbox"/> 4 Stimmte mir fast voll zu <input type="checkbox"/> 3 Stimmte mir etwas zu <input type="checkbox"/> 2 Stimmte mir nicht zu <input type="checkbox"/> 1 Stimmte mir gar nicht zu <input type="checkbox"/> 0</p> <p><b>7. Ich war so glücklich, dass ich kaum schlafen konnte:</b></p> <p>Stimmte mir voll zu <input type="checkbox"/> 4 Stimmte mir fast voll zu <input type="checkbox"/> 3 Stimmte mir etwas zu <input type="checkbox"/> 2 Stimmte mir nicht zu <input type="checkbox"/> 1 Stimmte mir gar nicht zu <input type="checkbox"/> 0</p> <p><b>8. Ich war fröhlich und fühlte mich selbst:</b></p> <p>Stimmte mir voll zu <input type="checkbox"/> 4 Stimmte mir fast voll zu <input type="checkbox"/> 3 Stimmte mir etwas zu <input type="checkbox"/> 2 Stimmte mir nicht zu <input type="checkbox"/> 1 Stimmte mir gar nicht zu <input type="checkbox"/> 0</p> <p><b>9. Ich war so glücklich, dass ich weinen musste:</b></p> <p>Stimmte mir voll zu <input type="checkbox"/> 4 Stimmte mir fast voll zu <input type="checkbox"/> 3 Stimmte mir etwas zu <input type="checkbox"/> 2 Stimmte mir nicht zu <input type="checkbox"/> 1 Stimmte mir gar nicht zu <input type="checkbox"/> 0</p> <p><b>10. Selbstkritik kam mir der Gedanke, mir etwas anzutun:</b></p> <p>Stimmte mir voll zu <input type="checkbox"/> 4 Stimmte mir fast voll zu <input type="checkbox"/> 3 Stimmte mir etwas zu <input type="checkbox"/> 2 Stimmte mir nicht zu <input type="checkbox"/> 1 Stimmte mir gar nicht zu <input type="checkbox"/> 0</p>
---	--

**Gesamtwert:** 10

Die EPDS ist ein 10-Punkte-Test, der das Risiko einer postpartalen Depression (PPD) zu diagnostizieren. Ein Wert von 10 oder höher deutet auf ein erhöhtes Risiko für eine PPD hin. Ein Wert von 10 oder höher deutet auf ein erhöhtes Risiko für eine PPD hin. Ein Wert von 10 oder höher deutet auf ein erhöhtes Risiko für eine PPD hin.

www.frauengesundheit-wien.at

Sie können auch den kurzen Fragebogen „**Edinburgh Postnatal Depression Scale EPDS**“ verwenden, während die Frau in der Ambulanz 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](http://www.frauengesundheit-wien.at) ☎ (+43 1) 4000-871 62

## Zuweisungsverlauf bei psychosozialen Belastungen und PPD-Risiko

### Psychische Belastungen

Bei **negativen Schwangerschaftserfahrungen, belastenden Lebenssituationen** sowie (**vorangegangenen und aktuellen**) psychischen Krisen:

- ✓ Zuweisung zur **Klinik-/AbteilungspsychologIn**. **WICHTIG:** Informieren Sie die/den PsychologIn, dass Sie Frau N.N. zugewiesen haben.
- ✓ Zuweisung zur **Familienhebamme der MA 15**

### Psychiatrische (Vor)Erkrankung

Bei Schwangeren mit **psychiatrischen Diagnosen**:

- ✓ **Interdisziplinäre Betreuung** der Frau **während** der gesamten Schwangerschaft durch Beiziehen
  - \* des **psychiatrischen Konsiliardienstes** von Anfang an (**WICHTIG:** auf PPD spezialisierte/n PsychiaterIn)
  - \* der/des **Klinik-/AbteilungspsychologIn**
  - \* der **Familienhebamme der MA 15**
  - \* der **Sozialarbeiterin der MAG ELF**
- ✓ Kontaktaufnahme und Austausch mit **behandelnder/m niedergelassener/n PsychiaterIn** im Einverständnis mit Patientin
- ✓ Kontaktaufnahme und Austausch mit **behandelnder/m niedergelassener/n behandelnden GynäkologIn** im Einverständnis mit Patientin

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

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

### Soziale und finanzielle Probleme

In **schwierigen sozialen Lebenssituationen**:

- ✓ Zuweisung zu **Haus-SozialarbeiterIn** der **MAG ELF** noch **während** der Schwangerschaft
- ✓ Angebot, die/den **Klinik-/AbteilungspsychologIn** zu kontaktieren