

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 / Saggsüß)

Postpartale Depression

Sie fühlten sich nicht während der letzten Woche (Stärker in Klammern)

<p>1. Ich konnte lachen auf das Leben von der letzten Zeit an:</p> <p>Genau so oft wie früher <input type="checkbox"/> 0 Nicht ganz so oft wie früher <input type="checkbox"/> 1 Fast weniger als früher <input type="checkbox"/> 2 Überhaupt nie <input type="checkbox"/> 3</p> <p>2. Es geht nicht, und das ist nicht fair:</p> <p>Sehr oft wie früher <input type="checkbox"/> 0 Etwas weniger als früher <input type="checkbox"/> 1 Viel weniger als früher <input type="checkbox"/> 2 Fast gar nicht <input type="checkbox"/> 3</p> <p>3. Ich habe mich uninteressanter/weniger wieder schuldig gefühlt, wenn etwas dazwischenlag:</p> <p>Ja, sehr oft <input type="checkbox"/> 0 Ja, manchmal <input type="checkbox"/> 1 Nicht sehr oft <input type="checkbox"/> 2 Nie <input type="checkbox"/> 3</p> <p>4. Ich war ängstlich und machte mir unnötige Sorgen:</p> <p>Ja, sehr oft <input type="checkbox"/> 0 Ja, manchmal <input type="checkbox"/> 1 Nicht sehr oft <input type="checkbox"/> 2 Nie <input type="checkbox"/> 3</p> <p>5. Ich fühlte mich verlassend und wurde praktisch ohne wichtigen Grund:</p> <p>Ja, ziemlich oft <input type="checkbox"/> 0 Ja, manchmal <input type="checkbox"/> 1 Nicht sehr oft <input type="checkbox"/> 2 Ja, überhaupt nie <input type="checkbox"/> 3</p>	<p>6. Ich bin alles zurecht geworden:</p> <p>Ja, ich vermisse mir Überbange nicht mehr so heftig <input type="checkbox"/> 0 Ja, ich vermisse mir Überbange nicht mehr so heftig <input type="checkbox"/> 1 Ja, manchmal <input type="checkbox"/> 2 Nein, ich vermisse mir Überbange noch heftig <input type="checkbox"/> 3 Nein, ich vermisse mir Überbange immer noch sehr <input type="checkbox"/> 4</p> <p>7. Ich war so ängstlich, dass ich kaum schlafen konnte:</p> <p>Ja, fast täglich <input type="checkbox"/> 0 Ja, manchmal <input type="checkbox"/> 1 Nicht sehr oft <input type="checkbox"/> 2 Nein, nie <input type="checkbox"/> 3</p> <p>8. Ich war traurig und fühlte mich allein:</p> <p>Ja, sehr oft <input type="checkbox"/> 0 Ja, ziemlich oft <input type="checkbox"/> 1 Nicht sehr oft <input type="checkbox"/> 2 Nein, nie <input type="checkbox"/> 3</p> <p>9. Ich war so ängstlich, dass ich weinen musste:</p> <p>Ja, sehr oft <input type="checkbox"/> 0 Ja, manchmal <input type="checkbox"/> 1 Nicht sehr oft <input type="checkbox"/> 2 Nein, nie <input type="checkbox"/> 3</p> <p>10. Selbsterfüllung hat mir die Gedanke, mir etwas anzutun:</p> <p>Ja, oft <input type="checkbox"/> 0 Manchmal <input type="checkbox"/> 1 Selten <input type="checkbox"/> 2 Nie, nie <input type="checkbox"/> 3</p>
--	---

Gesamtwert

Fähigkeit: Postnatal Depression Scale (12, 10, 20, 28, 30, 36, 38, 40, 42, 44, 46, 48, 50, 52, 54, 56, 58, 60, 62, 64, 66, 68, 70, 72, 74, 76, 78, 80, 82, 84, 86, 88, 90, 92, 94, 96, 98, 100).
 Quelle: Postnatal Depression Scale (12, 10, 20, 28, 30, 36, 38, 40, 42, 44, 46, 48, 50, 52, 54, 56, 58, 60, 62, 64, 66, 68, 70, 72, 74, 76, 78, 80, 82, 84, 86, 88, 90, 92, 94, 96, 98, 100).
 © 1997, 2000, 2003, 2006, 2009, 2012, 2015, 2018, 2021, 2024, 2027, 2030, 2033, 2036, 2039, 2042, 2045, 2048, 2051, 2054, 2057, 2060, 2063, 2066, 2069, 2072, 2075, 2078, 2081, 2084, 2087, 2090, 2093, 2096, 2099, 2102, 2105, 2108, 2111, 2114, 2117, 2120, 2123, 2126, 2129, 2132, 2135, 2138, 2141, 2144, 2147, 2150, 2153, 2156, 2159, 2162, 2165, 2168, 2171, 2174, 2177, 2180, 2183, 2186, 2189, 2192, 2195, 2198, 2201, 2204, 2207, 2210, 2213, 2216, 2219, 2222, 2225, 2228, 2231, 2234, 2237, 2240, 2243, 2246, 2249, 2252, 2255, 2258, 2261, 2264, 2267, 2270, 2273, 2276, 2279, 2282, 2285, 2288, 2291, 2294, 2297, 2300, 2303, 2306, 2309, 2312, 2315, 2318, 2321, 2324, 2327, 2330, 2333, 2336, 2339, 2342, 2345, 2348, 2351, 2354, 2357, 2360, 2363, 2366, 2369, 2372, 2375, 2378, 2381, 2384, 2387, 2390, 2393, 2396, 2399, 2402, 2405, 2408, 2411, 2414, 2417, 2420, 2423, 2426, 2429, 2432, 2435, 2438, 2441, 2444, 2447, 2450, 2453, 2456, 2459, 2462, 2465, 2468, 2471, 2474, 2477, 2480, 2483, 2486, 2489, 2492, 2495, 2498, 2501, 2504, 2507, 2510, 2513, 2516, 2519, 2522, 2525, 2528, 2531, 2534, 2537, 2540, 2543, 2546, 2549, 2552, 2555, 2558, 2561, 2564, 2567, 2570, 2573, 2576, 2579, 2582, 2585, 2588, 2591, 2594, 2597, 2600, 2603, 2606, 2609, 2612, 2615, 2618, 2621, 2624, 2627, 2630, 2633, 2636, 2639, 2642, 2645, 2648, 2651, 2654, 2657, 2660, 2663, 2666, 2669, 2672, 2675, 2678, 2681, 2684, 2687, 2690, 2693, 2696, 2699, 2702, 2705, 2708, 2711, 2714, 2717, 2720, 2723, 2726, 2729, 2732, 2735, 2738, 2741, 2744, 2747, 2750, 2753, 2756, 2759, 2762, 2765, 2768, 2771, 2774, 2777, 2780, 2783, 2786, 2789, 2792, 2795, 2798, 2801, 2804, 2807, 2810, 2813, 2816, 2819, 2822, 2825, 2828, 2831, 2834, 2837, 2840, 2843, 2846, 2849, 2852, 2855, 2858, 2861, 2864, 2867, 2870, 2873, 2876, 2879, 2882, 2885, 2888, 2891, 2894, 2897, 2900, 2903, 2906, 2909, 2912, 2915, 2918, 2921, 2924, 2927, 2930, 2933, 2936, 2939, 2942, 2945, 2948, 2951, 2954, 2957, 2960, 2963, 2966, 2969, 2972, 2975, 2978, 2981, 2984, 2987, 2990, 2993, 2996, 2999, 3002, 3005, 3008, 3011, 3014, 3017, 3020, 3023, 3026, 3029, 3032, 3035, 3038, 3041, 3044, 3047, 3050, 3053, 3056, 3059, 3062, 3065, 3068, 3071, 3074, 3077, 3080, 3083, 3086, 3089, 3092, 3095, 3098, 3101, 3104, 3107, 3110, 3113, 3116, 3119, 3122, 3125, 3128, 3131, 3134, 3137, 3140, 3143, 3146, 3149, 3152, 3155, 3158, 3161, 3164, 3167, 3170, 3173, 3176, 3179, 3182, 3185, 3188, 3191, 3194, 3197, 3200, 3203, 3206, 3209, 3212, 3215, 3218, 3221, 3224, 3227, 3230, 3233, 3236, 3239, 3242, 3245, 3248, 3251, 3254, 3257, 3260, 3263, 3266, 3269, 3272, 3275, 3278, 3281, 3284, 3287, 3290, 3293, 3296, 3299, 3302, 3305, 3308, 3311, 3314, 3317, 3320, 3323, 3326, 3329, 3332, 3335, 3338, 3341, 3344, 3347, 3350, 3353, 3356, 3359, 3362, 3365, 3368, 3371, 3374, 3377, 3380, 3383, 3386, 3389, 3392, 3395, 3398, 3401, 3404, 3407, 3410, 3413, 3416, 3419, 3422, 3425, 3428, 3431, 3434, 3437, 3440, 3443, 3446, 3449, 3452, 3455, 3458, 3461, 3464, 3467, 3470, 3473, 3476, 3479, 3482, 3485, 3488, 3491, 3494, 3497, 3500, 3503, 3506, 3509, 3512, 3515, 3518, 3521, 3524, 3527, 3530, 3533, 3536, 3539, 3542, 3545, 3548, 3551, 3554, 3557, 3560, 3563, 3566, 3569, 3572, 3575, 3578, 3581, 3584, 3587, 3590, 3593, 3596, 3599, 3602, 3605, 3608, 3611, 3614, 3617, 3620, 3623, 3626, 3629, 3632, 3635, 3638, 3641, 3644, 3647, 3650, 3653, 3656, 3659, 3662, 3665, 3668, 3671, 3674, 3677, 3680, 3683, 3686, 3689, 3692, 3695, 3698, 3701, 3704, 3707, 3710, 3713, 3716, 3719, 3722, 3725, 3728, 3731, 3734, 3737, 3740, 3743, 3746, 3749, 3752, 3755, 3758, 3761, 3764, 3767, 3770, 3773, 3776, 3779, 3782, 3785, 3788, 3791, 3794, 3797, 3800, 3803, 3806, 3809, 3812, 3815, 3818, 3821, 3824, 3827, 3830, 3833, 3836, 3839, 3842, 3845, 3848, 3851, 3854, 3857, 3860, 3863, 3866, 3869, 3872, 3875, 3878, 3881, 3884, 3887, 3890, 3893, 3896, 3899, 3902, 3905, 3908, 3911, 3914, 3917, 3920, 3923, 3926, 3929, 3932, 3935, 3938, 3941, 3944, 3947, 3950, 3953, 3956, 3959, 3962, 3965, 3968, 3971, 3974, 3977, 3980, 3983, 3986, 3989, 3992, 3995, 3998, 4001, 4004, 4007, 4010, 4013, 4016, 4019, 4022, 4025, 4028, 4031, 4034, 4037, 4040, 4043, 4046, 4049, 4052, 4055, 4058, 4061, 4064, 4067, 4070, 4073, 4076, 4079, 4082, 4085, 4088, 4091, 4094, 4097, 4100, 4103, 4106, 4109, 4112, 4115, 4118, 4121, 4124, 4127, 4130, 4133, 4136, 4139, 4142, 4145, 4148, 4151, 4154, 4157, 4160, 4163, 4166, 4169, 4172, 4175, 4178, 4181, 4184, 4187, 4190, 4193, 4196, 4199, 4202, 4205, 4208, 4211, 4214, 4217, 4220, 4223, 4226, 4229, 4232, 4235, 4238, 4241, 4244, 4247, 4250, 4253, 4256, 4259, 4262, 4265, 4268, 4271, 4274, 4277, 4280, 4283, 4286, 4289, 4292, 4295, 4298, 4301, 4304, 4307, 4310, 4313, 4316, 4319, 4322, 4325, 4328, 4331, 4334, 4337, 4340, 4343, 4346, 4349, 4352, 4355, 4358, 4361, 4364, 4367, 4370, 4373, 4376, 4379, 4382, 4385, 4388, 4391, 4394, 4397, 4400, 4403, 4406, 4409, 4412, 4415, 4418, 4421, 4424, 4427, 4430, 4433, 4436, 4439, 4442, 4445, 4448, 4451, 4454, 4457, 4460, 4463, 4466, 4469, 4472, 4475, 4478, 4481, 4484, 4487, 4490, 4493, 4496, 4499, 4502, 4505, 4508, 4511, 4514, 4517, 4520, 4523, 4526, 4529, 4532, 4535, 4538, 4541, 4544, 4547, 4550, 4553, 4556, 4559, 4562, 4565, 4568, 4571, 4574, 4577, 4580, 4583, 4586, 4589, 4592, 4595, 4598, 4601, 4604, 4607, 4610, 4613, 4616, 4619, 4622, 4625, 4628, 4631, 4634, 4637, 4640, 4643, 4646, 4649, 4652, 4655, 4658, 4661, 4664, 4667, 4670, 4673, 4676, 4679, 4682, 4685, 4688, 4691, 4694, 4697, 4700, 4703, 4706, 4709, 4712, 4715, 4718, 4721, 4724, 4727, 4730, 4733, 4736, 4739, 4742, 4745, 4748, 4751, 4754, 4757, 4760, 4763, 4766, 4769, 4772, 4775, 4778, 4781, 4784, 4787, 4790, 4793, 4796, 4799, 4802, 4805, 4808, 4811, 4814, 4817, 4820, 4823, 4826, 4829, 4832, 4835, 4838, 4841, 4844, 4847, 4850, 4853, 4856, 4859, 4862, 4865, 4868, 4871, 4874, 4877, 4880, 4883, 4886, 4889, 4892, 4895, 4898, 4901, 4904, 4907, 4910, 4913, 4916, 4919, 4922, 4925, 4928, 4931, 4934, 4937, 4940, 4943, 4946, 4949, 4952, 4955, 4958, 4961, 4964, 4967, 4970, 4973, 4976, 4979, 4982, 4985, 4988, 4991, 4994, 4997, 5000, 5003, 5006, 5009, 5012, 5015, 5018, 5021, 5024, 5027, 5030, 5033, 5036, 5039, 5042, 5045, 5048, 5051, 5054, 5057, 5060, 5063, 5066, 5069, 5072, 5075, 5078, 5081, 5084, 5087, 5090, 5093, 5096, 5099, 5102, 5105, 5108, 5111, 5114, 5117, 5120, 5123, 5126, 5129, 5132, 5135, 5138, 5141, 5144, 5147, 5150, 5153, 5156, 5159, 5162, 5165, 5168, 5171, 5174, 5177, 5180, 5183, 5186, 5189, 5192, 5195, 5198, 5201, 5204, 5207, 5210, 5213, 5216, 5219, 5222, 5225, 5228, 5231, 5234, 5237, 5240, 5243, 5246, 5249, 5252, 5255, 5258, 5261, 5264, 5267, 5270, 5273, 5276, 5279, 5282, 5285, 5288, 5291, 5294, 5297, 5300, 5303, 5306, 5309, 5312, 5315, 5318, 5321, 5324, 5327, 5330, 5333, 5336, 5339, 5342, 5345, 5348, 5351, 5354, 5357, 5360, 5363, 5366, 5369, 5372, 5375, 5378, 5381, 5384, 5387, 5390, 5393, 5396, 5399, 5402, 5405, 5408, 5411, 5414, 5417, 5420, 5423, 5426, 5429, 5432, 5435, 5438, 5441, 5444, 5447, 5450, 5453, 5456, 5459, 5462, 5465, 5468, 5471, 5474, 5477, 5480, 5483, 5486, 5489, 5492, 5495, 5498, 5501, 5504, 5507, 5510, 5513, 5516, 5519, 5522, 5525, 5528, 5531, 5534, 5537, 5540, 5543, 5546, 5549, 5552, 5555, 5558, 5561, 5564, 5567, 5570, 5573, 5576, 5579, 5582, 5585, 5588, 5591, 5594, 5597, 5600, 5603, 5606, 5609, 5612, 5615, 5618, 5621, 5624, 5627, 5630, 5633, 5636, 5639, 5642, 5645, 5648, 5651, 5654, 5657, 5660, 5663, 5666, 5669, 5672, 5675, 5678, 5681, 5684, 5687, 5690, 5693, 5696, 5699, 5702, 5705, 5708, 5711, 5714, 5717, 5720, 5723, 5726, 5729, 5732, 5735, 5738, 5741, 5744, 5747, 5750, 5753, 5756, 5759, 5762, 5765, 5768, 5771, 5774, 5777, 5780, 5783, 5786, 5789, 5792, 5795, 5798, 5801, 5804, 5807, 5810, 5813, 5816, 5819, 5822, 5825, 5828, 5831, 5834, 5837, 5840, 5843, 5846, 5849, 5852, 5855, 5858, 5861, 5864, 5867, 5870, 5873, 5876, 5879, 5882, 5885, 5888, 5891, 5894, 5897, 5900, 5903, 5906, 5909, 5912, 5915, 5918, 5921, 5924, 5927, 5930, 5933, 5936, 5939, 5942, 5945, 5948, 5951, 5954, 5957, 5960, 5963, 5966, 5969, 5972, 5975, 5978, 5981, 5984, 5987, 5990, 5993, 5996, 5999, 6002, 6005, 6008, 6011, 6014, 6017, 6020, 6023, 6026, 6029, 6032, 6035, 6038, 6041, 6044, 6047, 6050, 6053, 6056, 6059, 6062, 6065, 6068, 6071, 6074, 6077, 6080, 6083, 6086, 6089, 6092, 6095, 6098, 6101, 6104, 6107, 6110, 6113, 6116, 6119, 6122, 6125, 6128, 6131, 6134, 6137, 6140, 6143, 6146, 6149, 6152, 6155, 6158, 6161, 6164, 6167, 6170, 6173, 6176, 6179, 6182, 6185, 6188, 6191, 6194, 6197, 6200, 6203, 6206, 6209, 6212, 6215, 6218, 6221, 6224, 6227, 6230, 6233, 6236, 6239, 6242, 6245, 6248, 6251, 6254, 6257, 6260, 6263, 6266, 6269, 6272, 6275, 6278, 6281, 6284, 6287, 6290, 6293, 6296, 6299, 6302, 6305, 6308, 6311, 6314, 6317, 6320, 6323, 6326, 6329, 6332, 6335, 6338, 6341, 6344, 6347, 6350, 6353, 6356, 6359, 6362, 6365, 6368, 6371, 6374, 6377, 6380, 6383, 6386, 6389, 6392, 6395, 6398, 6401, 6404, 6407, 6410, 6413, 6416, 6419, 6422, 6425, 6428, 6431, 6434, 6437, 6440, 6443, 6446, 6449, 6452, 6455, 6458, 6461, 6464, 6467, 6470, 6473, 6476, 6479, 6482, 6485, 6488, 6491, 6494, 6497, 6500, 6503, 6506, 6509, 6512, 6515, 6518, 6521, 6524, 6527, 6530, 6533, 6536, 6539, 6542, 6545, 6548, 6551, 6554, 6557, 6560, 6563, 6566, 6569, 6572, 6575, 6578, 6581, 6584, 6587, 6590, 6593, 6596, 6599, 6602, 6605, 6608, 6611, 6614, 6617, 6620, 6623, 6626, 6629, 6632, 6635, 6638, 6641, 6644, 6647, 6650, 6653, 6656, 6659, 6662, 6665, 6668, 6671, 6674, 6677, 6680, 6683, 6686, 6689, 6692, 6695, 6698, 6701, 6704, 6707, 6710, 6713, 6716, 6719, 6722, 6725, 6728, 6731, 6734, 6737, 6740, 6743, 6746, 6749, 6752, 6755, 6758, 6761, 6764, 6767, 6770, 6773, 6776, 6779, 6782, 6785, 6788, 6791, 6794, 6797, 6800, 6803, 6806, 6809, 6812, 6815, 6818, 6821, 6824, 6827, 6830, 6833, 6836, 6839, 6842, 6845, 6848, 6851, 6854, 6857, 6860, 6863, 6866, 6869, 6872, 6875, 6878, 6881, 6884, 6887, 6890, 6893, 6896, 6899, 6902, 6905, 6908, 6911, 6914, 6917, 6920, 6923, 6926, 6929, 6932, 6935, 6938, 6941, 6944, 6947, 6950, 6953, 6956, 6959, 6962, 6965, 6968, 6971, 6974, 6977, 6980, 6983, 6986, 6989, 6992, 6995, 6998, 7001, 7004, 7007, 7010, 7013, 7016, 7019, 7022, 7025, 7028, 7031, 7034, 7037, 7040, 7043, 7046, 7049, 7052, 7055, 7058, 7061, 7064, 7067, 7070, 7073, 7076, 7079, 7082, 7085, 7088, 7091, 7094, 7097, 7100, 7103, 7106, 7109, 7112, 7115, 7118, 7121, 7124, 7127, 7130, 7133, 7136, 7139, 7142, 7145, 7148, 7151, 7154, 7157, 7160, 7163, 7166, 7169, 7172, 7175, 7178, 7181, 7184, 7187, 7190, 7193, 7196, 7199, 7202, 7205, 72