

## Weiterführende Informationen

- Auf der Homepage des ZI:  
[www.zi-mannheim.de/behandlung/zentrale-aufnahme-ambulanzen.html](http://www.zi-mannheim.de/behandlung/zentrale-aufnahme-ambulanzen.html)
- Bundesweiter gemeinnütziger Verein:  
Schatten und Licht e. V.  
[www.schatten-und-licht.de](http://www.schatten-und-licht.de)
- Marcé Gesellschaft für Peripartale Psychische Erkrankungen e. V.  
[www.marce-gesellschaft.de](http://www.marce-gesellschaft.de)
- Mutter-Kind-Behandlung im Psychiatrischen Zentrum Nordbaden  
[www.mutter-kind-behandlung.de](http://www.mutter-kind-behandlung.de)
- Hand in Hand - Perinatales Präventionsnetz im Rhein-Neckar-Kreis  
[www.hand-in-hand-rheinneckar.de](http://www.hand-in-hand-rheinneckar.de)

Zentralinstitut für Seelische Gesundheit  
Klinik für Psychiatrie und Psychotherapie  
Zentralambulanz  
K 3, 21 · 68159 Mannheim  
[zi-mannheim.de](http://zi-mannheim.de)

**Ansprechpartnerin**  
Dr. med. Maria Gilles  
Oberärztin  
E-Mail: [peripartal@zi-mannheim.de](mailto:peripartal@zi-mannheim.de)

zi



## Terminvereinbarung

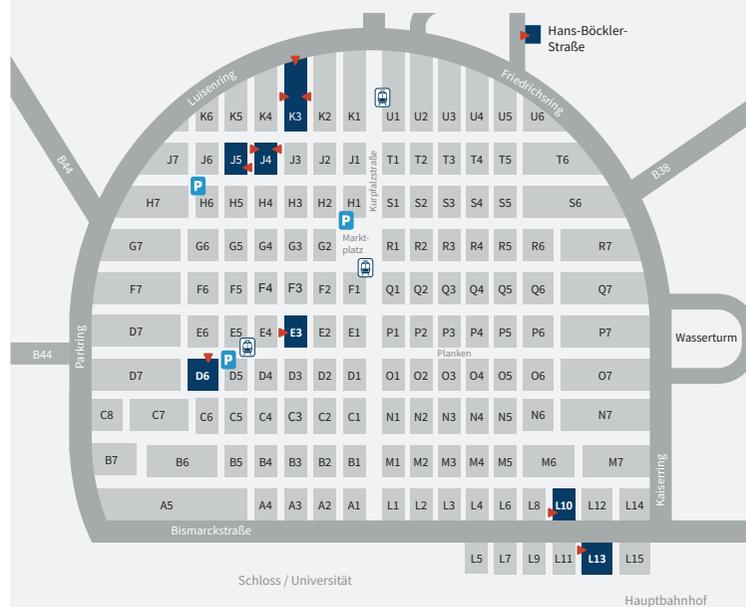
- per Telefon: 0621 1703-2850  
Zentralambulanz (Stichwort peripartal)
- per E-Mail:  
[zentralambulanz@zi-mannheim.de](mailto:zentralambulanz@zi-mannheim.de)

## Benötigte Unterlagen

- Überweisung Ihrer Hausärztin/Ihres Hausarztes oder Ihrer Gynäkologin/Ihres Gynäkologen an unsere Zentralambulanz
- Falls Sie schwanger sind, bringen Sie bitte den Mutterpass zum Termin mit.

Stand 04/2014 · Titelfoto: istockphoto .com / © damircudic

Anfahrt mit den Straßenbahnlinien 1, 3, 4, 5 und 7  
Haltestellen Abendakademie und Marktplatz



**Sprechstunde für  
psychische Erkrankungen  
in der Zeit um die Geburt**

Zentralinstitut  
für Seelische  
Gesundheit

## Liebe Schwangere, liebe Mutter,

Schwangerschaft, Geburt und die ersten Monate nach der Geburt, die sogenannte Peripartalzeit, sind im Leben einer Frau besondere und häufig zwiespältige Phasen. Dieser Lebensabschnitt ist mit Wünschen und Hoffnungen verknüpft, geht jedoch auch mit Befürchtungen und Ängsten einher.

Viele Mütter leiden nach der Geburt oder schon während der Schwangerschaft unter psychischen Beschwerden. Diese Beschwerden prägen den Alltag im Umgang mit ihrem Kind sowie ihre Beziehungen zu Bezugspersonen. Belastungen, Stressreaktionen und psychische Störungen in der Peripartalzeit werden häufig unterschätzt. Dadurch bleiben peripartale psychische Erkrankungen oft unerkannt und betroffene Frauen werden nicht behandelt.

Eine frühe Diagnose, Beratung und Behandlung peripartaler Erkrankungen verbessern die Lebensqualität und die Gesundheit von Mutter und Kind. Die seelische Gesundheit der Mutter ist eine wichtige Voraussetzung für eine positive Mutter-Kind-Beziehung sowie für die kindliche Entwicklung.

Von zentraler Bedeutung in der Peripartalzeit ist die Wochenbettdepression, auch Postpartale Depression genannt. Fünf bis 20 Prozent der Mütter sind davon betroffen. Sie tritt meist in den ersten Wochen nach der Geburt auf, ist aber bis zu einem Jahr danach möglich. Der Beginn ist oft schleichend: Typische Symptome sind Müdigkeit, Erschöpfung, Energiemangel, Schlafstörungen, Traurigkeit oder ein Gefühl der Leere, Ängste, körperliche Beschwerden, Rückzug oder Muttergefühle, die nicht den eigenen Erwartun-

gen entsprechen. Die Wochenbettdepression kann auch zu ambivalenten Gefühlen und Schuldgefühlen dem Kind gegenüber führen und zu Bindungsstörungen beitragen. Auch vor der Geburt (antepartal) können depressive Erkrankungen auftreten, die häufig unerkannt bleiben.

Ängste und Zwänge sind weitere psychische Beschwerden, die in der Peripartalzeit auftreten können und die psychische und physische Gesundheit von Mutter und Kind erheblich beeinträchtigen.

Wenn Sie sich in der Zeit um die Geburt Ihres Kindes in einer Krise befinden, möchten wir Sie dazu ermutigen, sich Hilfe zu suchen. Wir bieten Ihnen einen zeitnahen ambulanten Beratungstermin und möchten Sie in dieser herausfordernden Zeit unterstützen und begleiten.

## Unser ambulantes Angebot

- Diagnostik hinsichtlich peripartaler psychischer Erkrankungen (Depression, Angsterkrankungen, und andere)
- Beratung und psychotherapeutische Begleitung während der Peripartalzeit
- Krisenmanagement
- Stressreduktionsverfahren
- Psychopharmakologische Behandlung, falls notwendig
- Enge Zusammenarbeit mit Ihrer Gynäkologin/Ihrem Gynäkologen, Ihrer Hausärztin/Ihrem Hausarzt oder Ihrer Hebamme
- Beratung von PartnerIn und engen Angehörigen
- Umgang mit traumatischen Geburtserlebnissen
- Schwangerschaftsplanung und Kinderwunsch bei psychiatrischer Erkrankung oder psychiatrischer Medikation