

„Focus“

Nach einer Geburt: Postpartale Depression erkennen

In dieser „Focus“-Sendung spricht Psychotherapeutin Notburga Egerbacher-Anker über das Thema: „Postpartale Depression erkennen, damit umgehen und unterstützen“.

03.08.2024 12.51

Notburga Egerbacher-Anker ist Psychotherapeutin, spezialisiert auf die Arbeit mit Säuglingen, Kindern und Jugendlichen. Bei Thomas Harms machte sie die Ausbildung in bindungsbasierter Körperpsychotherapie, sowie in der Emotionellen Ersten Hilfe, kurz EEH. Mittlerweile lehrt sie selbst beide Bereiche, bietet Supervision an und hält Vorträge. Ihr Vortrag wurde im Rahmen der Reihe „Wertvolle Kinder“ im Vorarlberger Kinderdorf aufgenommen.

„Focus“ mit Notburga Egerbacher-Anker



Eine schwere psychische Erkrankung

Was, wenn man sich über die Geburt seines Babys nicht freuen kann, sondern sich stattdessen Verzweiflung und Erschöpfung breit machen? Rund 20 Prozent aller Mütter erleben das so und sie stoßen damit bei vielen oft auf Unverständnis oder gar Ablehnung, selbst innerhalb der eigenen Familie. Dabei leiden diese Frauen unter einer schweren psychischen Erkrankung: In „Focus“ geht es um die Postpartale Depression.

Werbung 



Diese Erkrankung ist scharf vom Baby-Blues zu unterscheiden, den ganz viele Frauen in den ersten beiden Wochen nach der Geburt aufgrund der Hormonumstellung erleben. Die Postpartale Depression hingegen ist keine Stimmungsschwankung, sondern eine schwere psychische Erkrankung, die im Zeitraum von bis zu einem Jahr nach der Geburt auftritt.

Es gibt gute Behandlungsmöglichkeiten, sagt die Expertin. Im Vortrag geht sie etwa ausführlich auf die sogenannte Emotionale Erste Hilfe ein. Auch Medikamente helfen, einige seien mit dem Stillen gut vereinbar.

Erkrankung bleibt oft unerkannt

Obwohl 20 Prozent aller Frauen an einer postpartalen Depression erkranken, werden sie oft nicht erkannt und die Familien bleiben mit ihren Problemen allein, sagt Notburga Egerbacher-Anker. Nur ein Fünftel aller betroffenen Frauen werde richtig diagnostiziert. Dabei könne man mit einfachen Tests schon viel herausfinden. Deswegen müsse dieses Thema mehr Aufmerksamkeit bekommen.

Sendungshinweis