

babys.de


 baby-mile.de welcher vorname für mein kind? suchen

HOME

Community

[Kinderwunsch](#) | [Schwangerschaft](#) | [Vornamen](#) | [Geburt](#) | [Ernährung](#) | [Entwicklung](#) | [Gesundheit](#)

Schwangerschaftsdepression

Das Kind wächst und gedeiht, in der Partnerschaft läuft es gut, Freunde und Familie freuen sich auf das Kind, auch finanziell gibt es keine Probleme – und trotzdem geht es manchen Frauen während der Schwangerschaft seelisch schlecht. Woran liegt das?

Nach Meinung von Medizinern leiden rund zehn Prozent der Schwangeren unter einer Schwangerschaftsdepression. Oft wird aber eine Anpassungsstörung verantwortlich gemacht, also die Reaktion der Frau auf ihre Schwangerschaft. Da die Ursachen noch nicht vollständig geklärt sind, ist auch die Behandlung entsprechend schwierig.

Verstärkt wird die Schwangerschaftsdepression oft noch von der Erwartung des Umfeldes. Kaum jemand kann einsehen, warum eine gesunde Schwangere nicht ganz aus dem Häuschen ist über ihr Glück. Die Schwangere fühlt sich schuldig, und auch das verschlimmert ihren Zustand. In anderen Fällen tun die Frau selbst wie auch Außenstehende die Depression als Ergebnis der Schwangerschaftshormone ab, in der Erwartung "Das wird schon wieder!"

Das Fatale daran: Ohne richtige Diagnose fühlen sich viele betroffene Schwangere weder ernst genommen noch haben sie eine Chance, ihre Depression in den Griff zu bekommen. Auch eine leichte unbehandelte Depression kann sich ohne Behandlung zu schwersten dauerhaften Depressionen auswachsen. Auch das Risiko für eine postpartale Depression scheint bei den Frauen weitaus größer zu sein, die schon während der Schwangerschaft an Depressionen leiden.

Wie bei vielen seelischen Problemen sind die Ursachen schwer zu finden, vielfältig und oftmals schwammig. Für die Schwangerschaftsdepression werden oft einfach die Hormone verantwortlich gemacht, aber auch Beziehungsprobleme, schwierige Lebensumstände oder auch körperliche Beschwerden im Zusammenhang mit der Schwangerschaft können die Depression auslösen.

Dies gilt umso mehr, wenn in der Familie der Frau schon depressive Erkrankungen aufgetreten sind oder die Schwangerschaft Erinnerungen an frühere Misshandlungen aufwühlt.

Einer der wichtigsten Schritte in so einer Lage ist es, Hilfe zu suchen. Depression ist eine Krankheit, es ist kein Versagen. Ebenso bedeutet es nicht, dass eine Frau mit Schwangerschaftsdepressionen eine schlechte Mutter ist – eine schlechte Mutter ist sie erst dann, wenn sie in dieser Lage keine Hilfe für sich und ihr ungeborenes Kind verlangt.

Typische Symptome für eine Depression:

- ▶ Angst
- ▶ Reizbarkeit
- ▶ Niedergeschlagenheit
- ▶ Konzentrationsschwierigkeiten
- ▶ extreme und/oder andauernde Erschöpfung
- ▶ Appetitlosigkeit oder übersteigerter Appetit
- ▶ Lustlosigkeit
- ▶ andauernde Traurigkeit
- ▶ Schlafstörungen

- > [Schwangerschaftstest](#)
- > [Hebamme oder Arzt?](#)
- > [Mutterpass](#)
- > [Geburtstermin](#)
- > [Schwangerschaftswochen](#)
- > [Plazenta](#)
- > [Vorsorgeuntersuchungen](#)
- > [Mehrlingsschwangerschaften](#)
- > [Stimmungsschwankungen](#)
- > [Schwangerschaftsdepression](#)
- > [Krankheiten](#)
- > [Fehlgeburt](#)
- > [Abtreibung](#)
- > [Babyklappe & anonyme Geburt](#)
- > [Ernährung](#)
- > [Sport](#)
- > [Reisen](#)
- > [Wellness](#)
- > [Erstausrüstung](#)
- > [Rechte](#)
- > [Schwanger & Alleinerziehend](#)
- > [Späte Schwangerschaft](#)
- > [Ammenmärchen](#)

Neueste Forenbeiträge:

[Schwanger ?](#)

Halli Hallo

[Geburtskarten](#)

Hallo! Ich bin neu hier und möchte mich erstmal vorstellen. Ich heiße Tina...

[Re: Impfungen in der S...](#)

Hallo Lena, so weit mir bekannt sollte eine Impfung mit Lebendimpfstoffen vermieden...

Und viele weitere Themen im [Forum zur Schwangerschaft](#)

[Impressum](#)