

# Hilfe und Beratung bei psychischen Belastungen während der Schwangerschaft und nach der Geburt

Psychosoziales Beratungsangebot für  
Schwangere und Mütter (bis zum vollendeten 3.  
Lebensjahr des Kindes), die psychische  
Belastungen erleben

[#Baby](#) [#Beratung](#) [#Geburt](#) [#Gesundheitsamt](#) [#Mutter-Kind-Bindung](#) [#Peripartale Depression](#) [#Postpartale Depression](#) [#Prävention](#) [#Psychisch belastete Eltern](#) [#Psychische Belastung](#) [#Psychische Erkrankung](#) [#Psychische Gesundheit](#) [#Psychohygiene](#) [#Schwangerschaft](#) [#Seelische Belastung](#) [#Seelische Gesundheit](#) [#Sensibilisierung](#) [#Sprechstunde](#)



Etwa 50 Prozent aller Wöchnerinnen zeigen in den ersten Tagen nach einer Geburt Anzeichen des sogenannten Baby Blues. Bei etwa 10 bis 15 Prozent der Frauen kann sich hieraus eine postpartale Depression entwickeln. Oft bahnt sich diese bereits in der Schwangerschaft an. Aus Scham oder mangelnder Sensibilisierung werden psychische Erkrankungen rund um Schwangerschaft und Geburt häufig erst spät thematisiert oder erkannt und können so chronisch werden.

Das Sprechstundenangebot soll dabei eine erste Anlaufstelle bei psychischen Problemen schwangerer Frauen und junger Mütter sein und den Betroffenen einen niederschweligen Zugang zum Hilfesystem ermöglichen. Durch Psychoinformation und mit dem Einsatz ressourcenaktivierender und stabilisierender Interventionen sollen Belastungsfaktoren reduziert sowie elterliche Kompetenzen und Problemlösefähigkeiten verbessert werden. Im Sinne einer Lotsenfunktion erfolgt im Bedarfsfall eine zielgerichtete Anbindung an weitergehende Hilfen. Bei anhaltender Symptomatik oder Verschlechterung wird in eine entsprechende psychotherapeutische und/oder psychiatrische Behandlung vermittelt.

Angebotsformat	Einzelsetting
Durchführungsort	Beratungsstelle
Stadtbezirk	SB 1, SB 2, SB 3, SB 4, SB 5, SB 6, SB 7, SB 8, SB 9, SB 10, Überregional

Stadtteile	alle Stadtteile sowie Überregional
Zielgruppe	18-27 Jahre, Angehörige, Eltern und werdende Eltern
Teilnehmerzahl	unbegrenzt
Angebot besteht seit	01.09.2022
Geplante Laufzeit	Unbefristet
Evaluation des Angebots	Nein
Trägerkategorie	Städtisch
Träger	Stadtverwaltung Düsseldorf Gesundheitsamt, Schwangeren- und Schwangerschaftskonfliktberatung Kölner Strasse 180 40227 Düsseldorf
Ansprechpartner*in	Dominique Kok schwangerschaftskonfliktberatung@duesseldorf.de 0211-8992664
Weitere Informationen	<a href="http://www.duesseldorf.de/schwangerschaftsberatung">http://www.duesseldorf.de/schwangerschaftsberatung</a>