

Postnatale Depressionen

Wie betroffene Frauen ihren Alltag gestalten

After Work Lecture vom 26. Oktober 2016

Dr. Susanne Knüppel Lauener

Inhalt

- Einführung - PnD und Stand des Wissens
- Forschungsmethode – Rekrutierung
- Ergebnisse – Modell: «Dem Zusammenbruch des Alltags begegnen»
- Diskussion und Schlussfolgerungen

Postnatale Depressionen (PnD)

10-15 % Frauen in verschiedenen Kulturen haben in den ersten 12 Wochen nach der Geburt eine PnD. (O'Hara & Swain, 1996)

PnD ist ein universelles Phänomen. (Oates et al., 2004)

Geburten jährlich (2015): CH: 86'559, Kanton Zürich: 16'866.
(Bundesamt für Statistik - BFS, 2015)

PnD - Symptome nach ICD-10

- **Gedrückte Stimmung, Verminderung von Antrieb und Aktivitäten**
- **Freude, Interesse** und Konzentrationsfähigkeit sind vermindert.
- Selbstwertgefühl und Selbstvertrauen sind beeinträchtigt.
- Schuldgefühle und Wertlosigkeit.
- Somatische Symptome wie Früherwachen, Morgentief, psychomotorische Hemmungen, Agitiertheit, Appetitverlust, Gewichtsverlust und Libidoverlust können auftreten.

(Deutsches Institut für Medizinische Dokumentation und Information-DIMDI, 2014)

Fazit der Literaturanalyse

1. Starke Verknüpfung von PnD und Mutterschaft mit kulturellen und gesellschaftlichen Normen – Geschlechterfragen und soziales Konstrukt als Forschungsperspektiven.
2. PnD betrifft die Affektivität – Gefühle als zentraler Forschungsgegenstand (Psychiatrie – Psychologie).
3. Forschungen zu spezifischen Phänomenen.

Forschungsfrage

Wie beeinflussen postnatale Depressionen den Alltag und die elterlichen Aufgaben, und welches sind die spezifischen Pflegebedürfnisse von Frauen mit Depressionen und ihren Familien?

Methode

- Grounded Theory Methode (GTM) – symbolischer Interaktionismus – konstruktiver Ansatz. ([Charmaz, 2006](#))
- Multiple Wirklichkeiten.
- Empirische Welt – Annäherung an die Lebenswelten der Studienpopulation.
- Reflexivität als integraler Bestandteil der Analyse.

Setting und ethische Aspekte

- Kanton Tessin: 341'652 Einwohner, 2'839 Geburten / Jahr (2012). ([Ufficio di statistica, 2014](#))
- Zugang zur Studienpopulation: Pflege Routine-Nachversorgung.
- Gefördert von der Stiftung Pflegewissenschaften Schweiz.
- Ethikkommission Kanton Tessin bewilligt am 28. Februar 2012 das Forschungsprojekt.

Studienpopulation: Auswahlkriterien

Einschlusskriterien

- Italienisch oder deutsch sprechend.
- Positives Screening Resultat (Edinburgh Postnatal Depression Scale: ≥ 9 Punkte). (Cox & Holden 2008)

Ausschlusskriterien

- Vorhergehende psychische Krankheit/Behandlung und schwerwiegende somatische Krankheit.
- Schwere Krankheit oder Behinderung beim Neugeborenen.

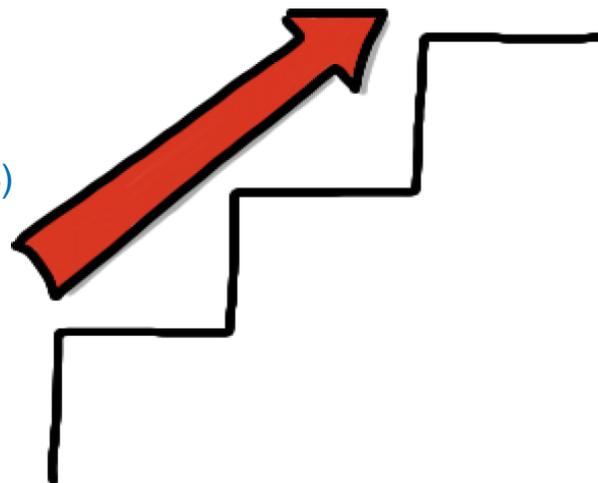
Zweistufiges Screening Verfahren

Edinburgh Postnatal
Depression Scale (EPDS)

(Cox & Holden, 2008)

Patient Health
Questionnaire – 2 (PHQ-2)

(Kroenke et al., 2003)



Daten Screening Verfahren

- Deskriptives komparatives Studiendesign.
- Zwei zentrale Ergebnisse – Publikation. (Knüppel, Schnepf & Imhof 2014)

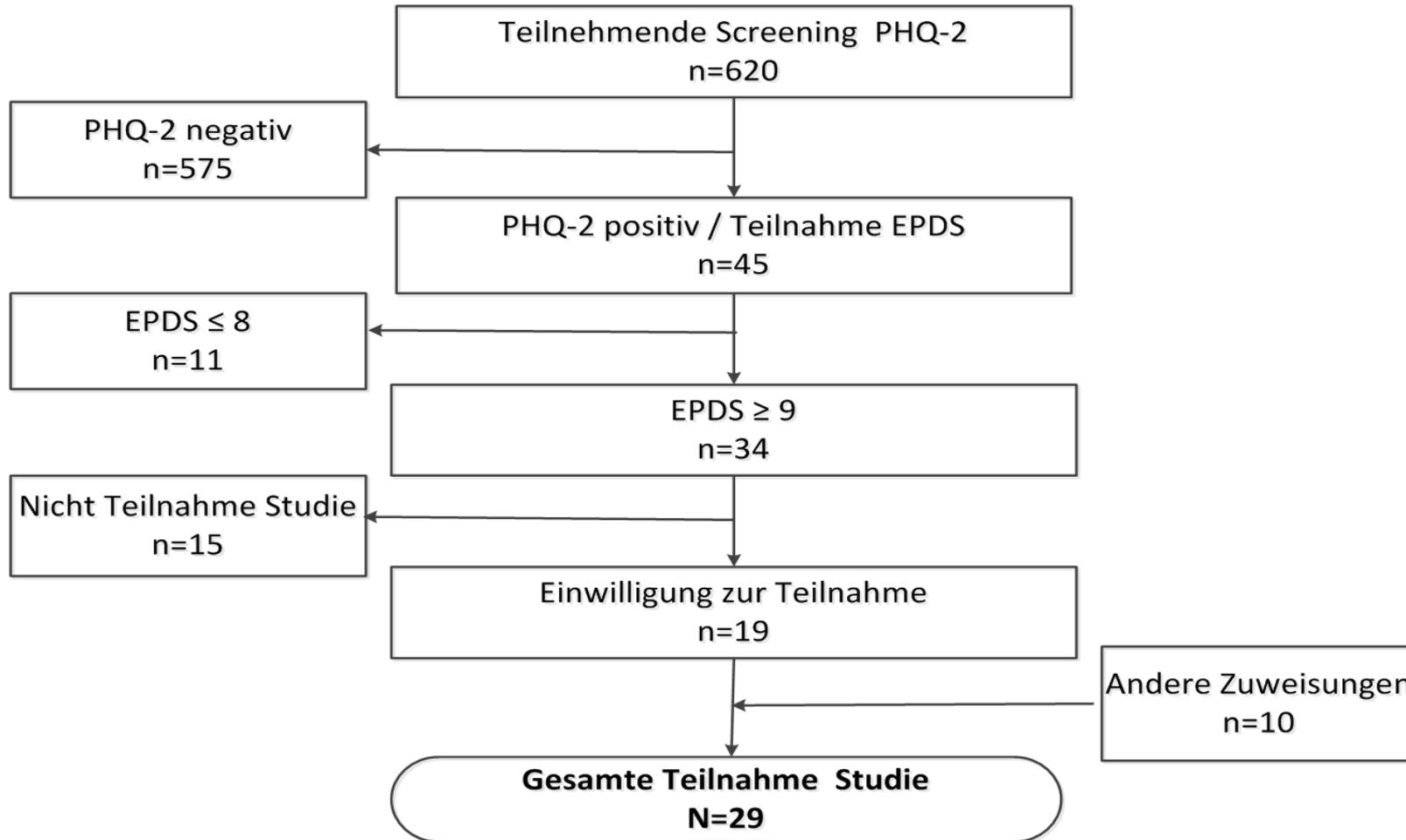
Fachteil | Pflegewissenschaft | Ausgabe 12-2014

Screening für Postnatale Depressionen in der ambulanten Versorgung

Susanne Knüppel Lauener¹, Univ.-Prof. Dr. Wilfried Schnepf, Prof. Dr. Lorenz Imhof

Postnatale Depressionen (PnD) sind eine der häufigsten Komplikationen bei Müttern nach der Geburt. Über 50 % der PnD werden nicht erkannt. Diese Studie untersucht, wie sich ein zweistufiges Screening Verfahren, angewendet im Rahmen einer aufsuchenden pflegerischen Grundversorgung, bewährt. Dafür haben in der Schweiz Mütter- und Väterberaterinnen das Patient Health Questionnaire-2 und die Edinburgh Postnatal Depression Scale eingesetzt. Es wurde ein deskriptives komparatives Studiendesign verwendet. 635 Frauen wurden angefragt und 34 Frauen hatten Anzeichen auf eine PnD (5.5 %). Die Wahrscheinlichkeit eine PnD zu entdecken, erhöht sich bei einer zweiten oder weiteren Beratung (RR=2.24, p=.012) und bei Frauen mit problematischen Schwangerschaften und/oder Geburten (RR=2.41, p=.040). Andere Eigenschaften haben keine signifikanten Unterschiede gezeigt. Der Einsatz von Screening Instrumenten ist abhängig von den Bedingungen der Durchführung. Weitere Untersuchungen zu ihrer Verwendung sind angesichts zunehmender Standardisierung der Pflege wichtig, um die Bedürfnisse der Pflegeempfänger nicht aus den Augen zu verlieren.

Rekrutierungsprozess



Stichprobe - Interviews

InterviewpartnerInnen	Anzahl Interviews
Erstinterview Mütter	29
Familienmitglieder (6 Väter und 1 Grossmutter)	7
Zweitinterview Mütter	9
Zweitinterview Familienmitglieder (2 Väter)	2
Total	47

Dauer Erstinterviews: Frauen $M= 54$ Minuten ($\pm SD=14.7$, range 22-90), Familienmitglieder mit $M= 33$ Minuten ($\pm SD=16.9$, range 15-54).

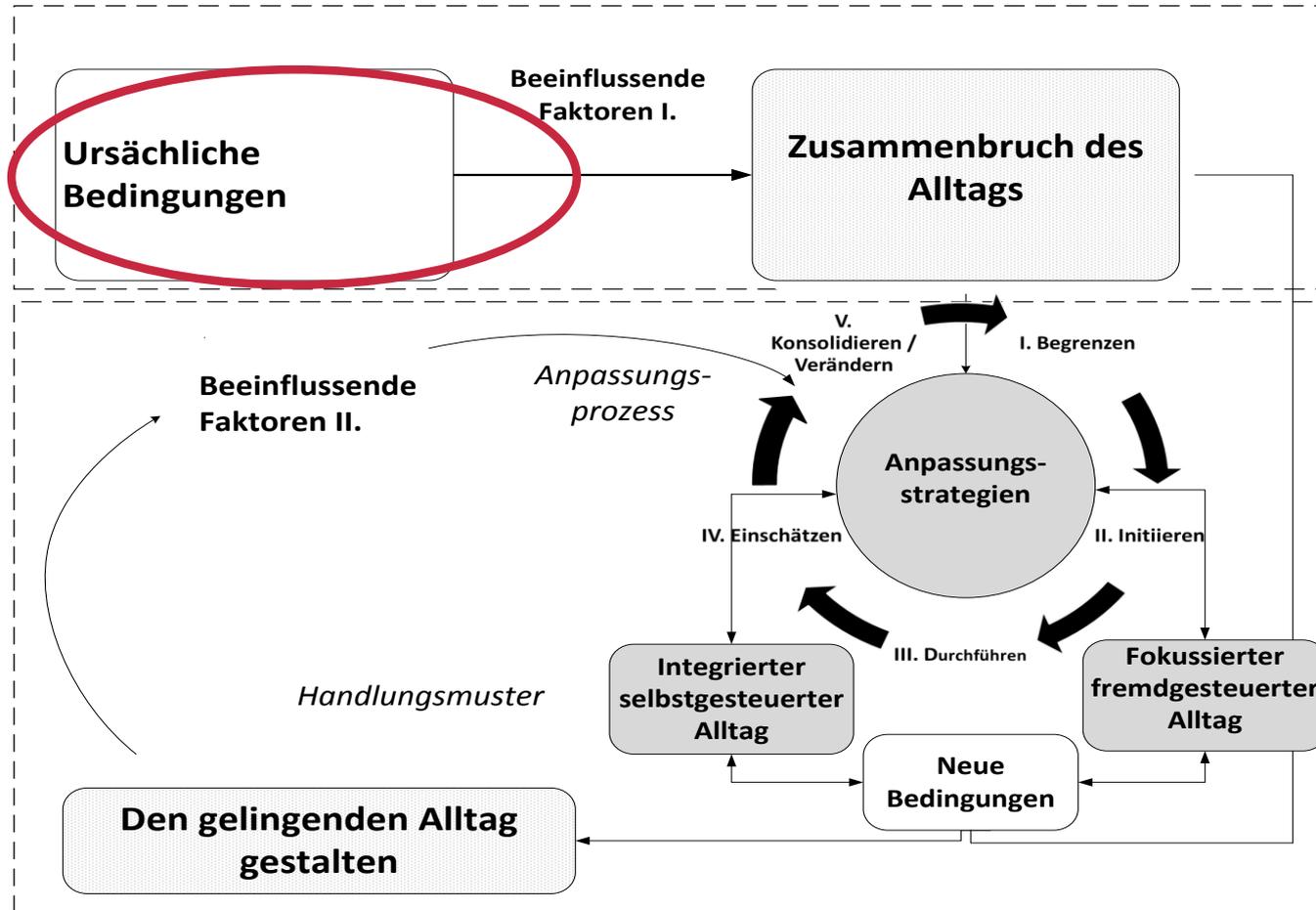
Dauer Zweitinterviews: Frauen $M= 42$ Minuten ($\pm SD=13.3$, range 25-60); Familienmitglieder $M= 15$ Minuten ($\pm SD=18$, range 12-18).

Insgesamt wurden **2164 Interviewminuten** transkribiert.

Eigenschaften Studienpopulation N=29

Depression	
EPDS $M(\pm SD)$, range	13.2 (± 3.8), 9-22
Soziodemographische Eigenschaften	
Alter	
Frauen (Jahre) $M(\pm SD)$, range	33.5 (± 5.9), 21-47
Kind (Wochen) $M(\pm SD)$, range	21.1 (± 15.6), 8-76
Anzahl Kinder	
1 Kind $n(\%)$	16 (55.2)
2 und mehr Kinder $n(\%)$	13 (44.8)
Verlauf der Schwangerschaft und Geburt	
Problemlos $n(\%)$	23 (79.3)
Problematisch $n(\%)$	6 (20.7)

«Dem Zusammenbruch des Alltags begegnen»



Ursächliche Bedingungen

- Körperliche Folgen von Schwangerschaft und Geburt
- Eintreten des Kindes ins Leben
- Auftreten der Depression

Ursächliche Bedingungen: Auftreten der Depression

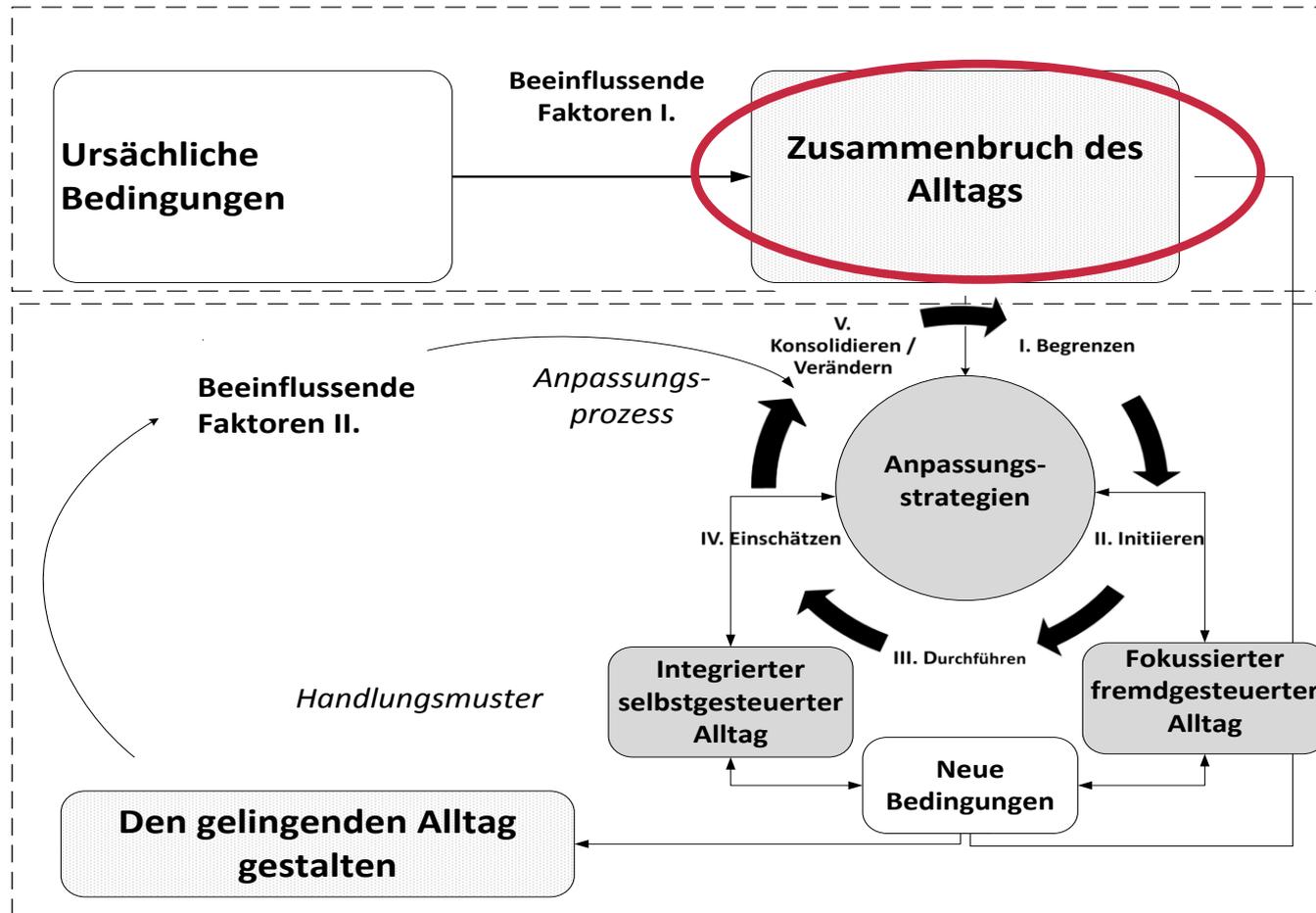
- Sensibler und feinhäutiger sein
- Sich für unfähig halten
- Traurig - lustlos sein
- Keine Energie haben – antriebslos sein
- Angst haben

Sich für unfähig halten

«Weil ich das Bedürfnis gehabt habe, meinem Leben ein Ende zu setzen. Also ich habe, ich bin überzeugt gewesen, dass es der Lisa [die Tochter] ohne mich besser gehen würde, (...) Dass ich ihr nichts mehr als Schaden zufügen kann (...).»

(28.259)

«Dem Zusammenbruch des Alltags begegnen»



Zusammenbruch des Alltags

Also, weil ich einfach nicht mehr konnte, schaffte ich es nicht mehr, mich um sie [die Tochter] zu kümmern, ich stand nicht mehr auf meinen Beinen, ich war immer müde (...).(21.102)

- Neue Routine entwickeln
- Neue Handlungen erlernen
- Schwierigkeiten aushalten

Zusammenbruch des Alltags: Routine entwickeln

- **Unerwarteten Veränderungen begegnen**
- Mit schwer überwindbaren Hürden planen
- Überfordertes, pausenloses und schwerfallendes Handeln

Aber sicher nicht, dass mein Leben so durcheinander gerät, oder. Und dass ich so aus der Bahn („Fuege“) geworfen werde, also. (...)
(27:389)

Zusammenbruch des Alltags: Routine entwickeln

- Unerwarteten Veränderungen begegnen
- **Mit schwer überwindbaren Hürden planen**
- Überfordertes, pausenloses und schwerfallendes Handeln

*(...) als ob ich die zehn Dinge sehe, die ich tun muss
(...) sehe ich alle fünfzehn zusammen, und das scheinen mir viele, wenn es mir nicht gut geht. (6.304)*

Zusammenbruch des Alltags: Routine entwickeln

- Unerwarteten Veränderungen begegnen
- Mit schwer überwindbaren Hürden planen
- Überfordertes, pausenloses und **schwerfallendes Handeln**

*Manchmal habe ich nicht einmal Lust zu sprechen ...
(...) Ich möchte nur fernsehen oder schlafen...
(...) Auch mein Körper, manchmal spüre ich eine Schwere ... (...) Und in solchen Momenten möchte ich nur schlafen...(18.131)*

Zusammenbruch des Alltags: neue Handlungen erlernen

Und ich dachte immer: Es muss doch gehen, es muss doch gehen, oder. Und das wurde mir auch ein bisschen wie eingeredet. Und irgendwann einmal merkst du: Es geht nicht. Aber es geht anders, also es geht auf deine Art, oder. (27.667)

Zusammenbruch des Alltags: Schwierigkeiten aushalten

Wenn es mir nicht so gut geht, bekommt es eigentlich hauptsächlich der Grössere zu spüren. (...) ich ertrage dann auch einfach weniger von ihm. Wenn er einmal nicht gehorcht, (...) Und lass es ihn dann spüren, dass ich eigentlich nicht gerade einen guten Tag habe. Ja. (...). (45.10)

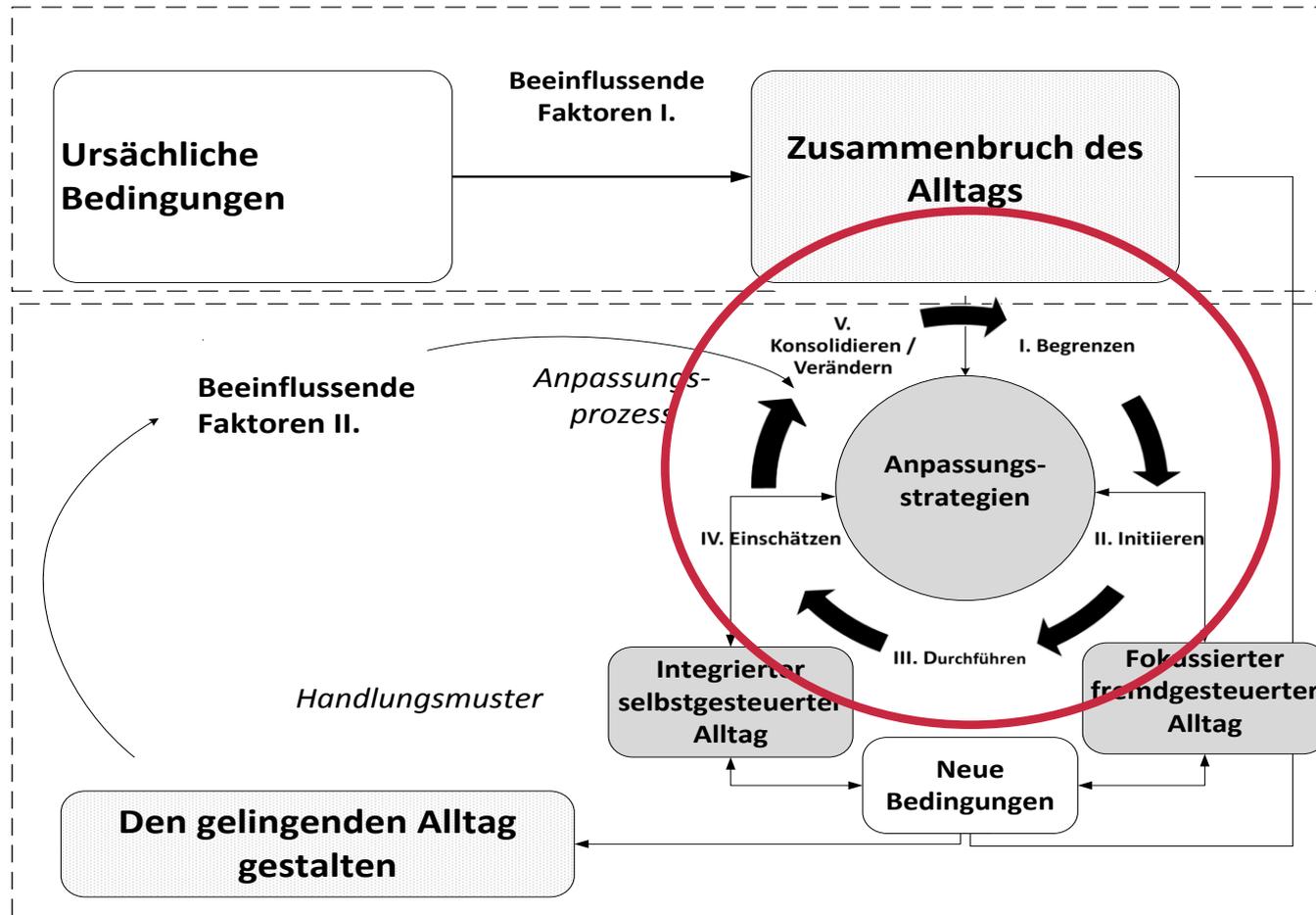
«Dem Zusammenbruch des Alltags begegnen»



Den gelingenden Alltag gestalten

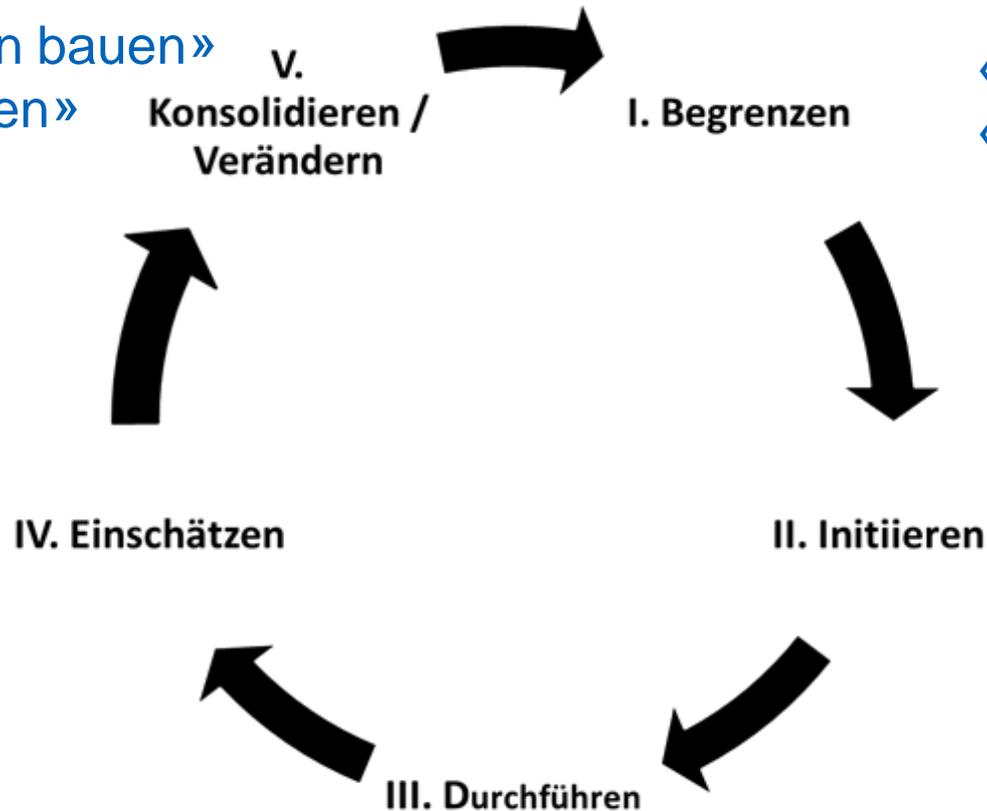
- Routine und Tagesstruktur haben und anpassen können.
- Überzeugt sein, die eigenen Ziele erreichen zu können.
- Sinn in den Handlungen erkennen und dafür anerkannt zu werden.

«Dem Zusammenbruch des Alltags begegnen»



Anpassungsprozess und -strategien

«Auf Erfahrungen bauen»
«Prioritäten setzen»
«Delegieren»



«Prioritäten setzen»
«Delegieren»

«Vergleichen und
normalisieren»

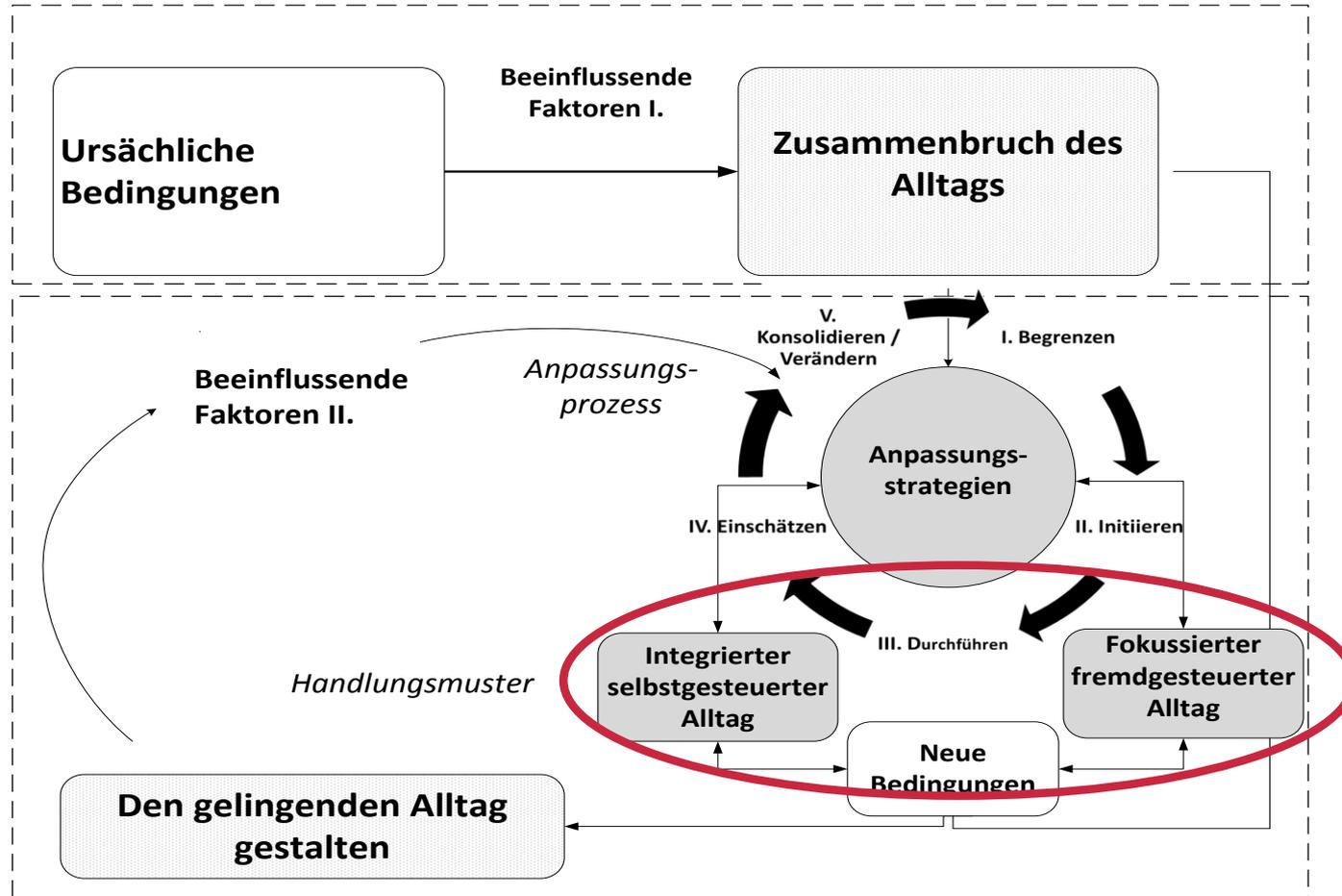
«Sinn finden und
legitimieren»

«Trial and error»
«Prioritäten setzen»
«Delegieren»

Sinn finden und legitimieren

(...) man sagt nicht, dass man Hilfe braucht, weil man nicht weiss, dass man Hilfe braucht. (...) man habe das Gefühl, es stimme etwas nicht. (...) man fasst keinen klaren Gedanken (...) ich bin dazu nicht fähig gewesen. Das was ich fähig gewesen wäre (...) wäre gewesen, mich zu verstecken, wie es mir wirklich geht, auch wenn man sich für die Gedanken, die man hat, schämt. (...). (28:555)

«Dem Zusammenbruch des Alltags begegnen»



Integrierter selbstgesteuerter Alltag

- Den Alltag aktiv gestalten
 - Eine Tagesstruktur entwickeln und anpassen
- (...) für mich ist einfach das A und O der Rhythmus, den ich habe. (...) Und auch, dass meine Kinder jetzt eigentlich genau wissen: Nach dem Essen gibt es den Mittagsschlaf (...) Einfach so diese Routine. Die brauche ich, und ich habe das Gefühl, die tut meinen Kindern auch gut (...) (45.7)*

Integrierter selbstgesteuerter Alltag

- Den Alltag aktiv gestalten
- Eine Tagesstruktur entwickeln und anpassen

*Doch einmal
organisiert, wie alle
Dinge, lernst du und
nach und nach kannst
du es... (42.6.)*

Fokussierter fremdgesteuerter Alltag

Ja also der Alltag war natürlich - irgendwie am Anfang ganz durch ihn bestimmt. Wann hat er Hunger, wann nicht, oder. (27.655)

- Das sich erschöpfende Handeln
- Das sich zurückziehende Handeln

Fokussierter fremdgesteuerter Alltag: das sich erschöpfende Handeln

Alles was ich tat, war für mich negativ (...), dass ich auch nicht in der Lage war mich so ihr [der Tochter] zu widmen wie ich wollte, war für mich schon negativ. (...) Daher versuchte ich immer mehr zu machen, um zu versuchen (...) ihr an nichts fehlen zu lassen, deshalb ich... annullierte ich mich (...) (21.95)

Fokussierter fremdgesteuerter Alltag: das sich zurückziehende Handeln

(...) habe der Sara [Tochter] zugeschaut wie sie schläft (...), ich habe vielleicht 2, 3 Wochen lang die Haare nicht gewaschen, nicht geduscht. Das einzige, was ich gemacht habe, ist, ich habe meine Brust immer gereinigt, weil ich gewusst habe, die Sara isst von dort (...). (28.451)

Diskussion - 1

Auswirkungen der PnD auf den Alltag in spezifischen Bereichen.

(Highet et al., 2014; Taylor & Johnson, 2010; Kurth et al., 2009; Dennis & Ross, 2005)

- **Umfassendes Bild zum Alltag von Frauen mit PnD.**

Diskussion - 2

Verlust der Kontrolle.

(Highet et al., 2014; Knudson–Martin & Silverstein, 2009; Beck, 2002, 1993)

- **Neue Dimension zum Unterbruch der Routine und fehlende Tagesstruktur.**

Diskussion - 3

Fokus auf das Kind als Strategie, in schwierigen Situation die Kontrolle zu behalten. (Hjalmhult und Lomborg 2012)

➤ **PnD unterscheidet sich durch den Verlust der Kontrolle.**

Sechs Empfehlungen für die Praxis - 1

1. Anpassungsprozess: Phasen und Strategien berücksichtigen.
2. Auf das Kind fokussieren kann unter bestimmten Bedingungen zu einem gelingenden Alltag führen.
3. Unterstützung der Neugestaltung des Alltags: Erholungsphasen, «sich Zeit geben und Zeit lassen», fördern von Routine und Tagesstruktur sowie Förderung von Tätigkeiten der biographischen Kontinuität.

Sechs Empfehlungen für die Praxis - 2

4. Bei der Beratung zu beachten: Frauen mit PnD lernen unter erschwerten Bedingungen.
5. Normalisieren der Situation und legitimieren der depressiven Symptome.
6. Zuversicht und Selbstwertgefühl durch Anerkennen von Handlungen und Fördern von positiven Erfahrungen.

Schlussfolgerungen – die Bewältigung des Alltags

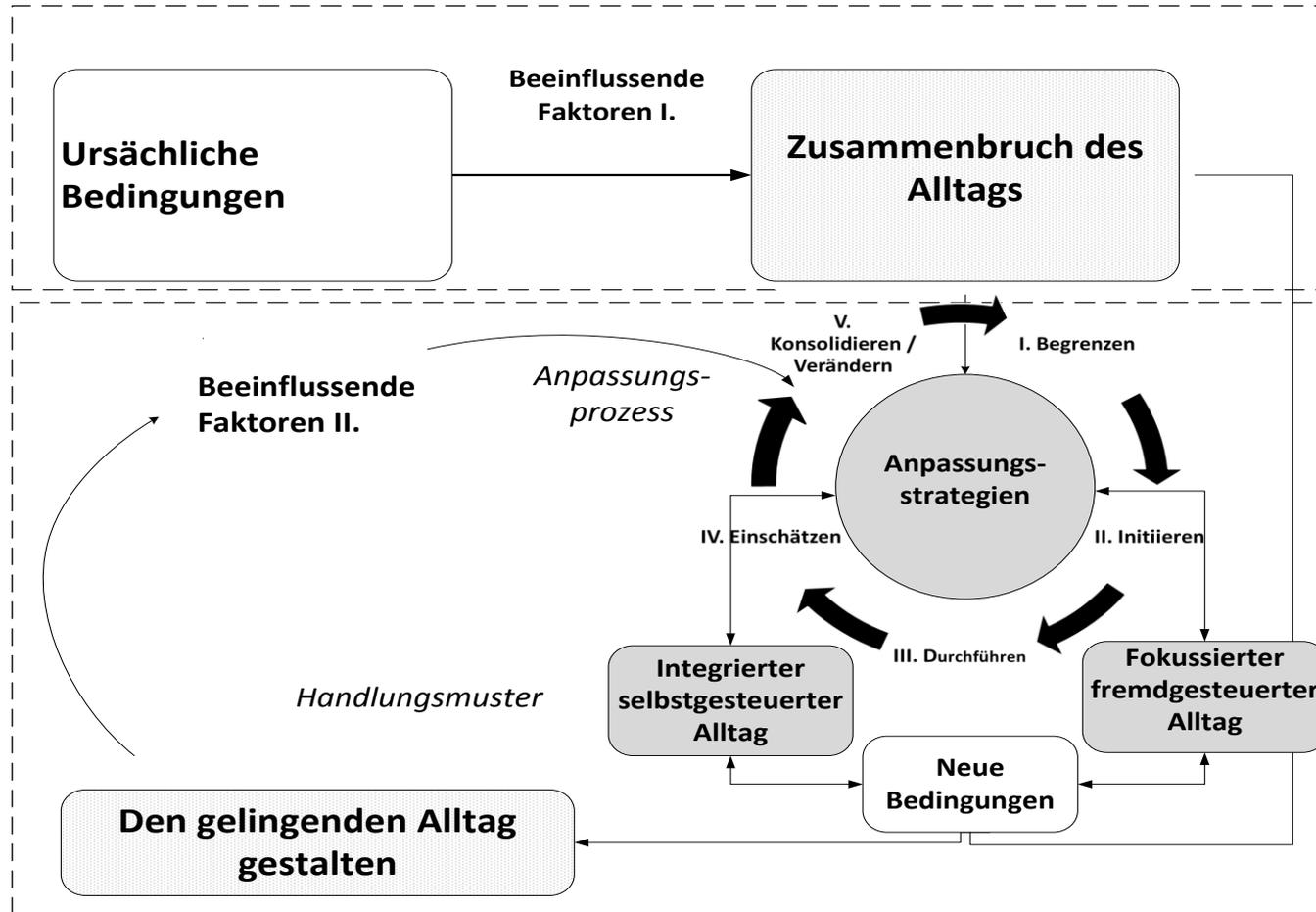
- Frauen mit PnD streben nach einem gelingenden Alltag.
- Der Schutz und das Wohl des Kindes ist prioritär und eine Ressource.
- Die Merkmale der Alltagsgestaltung bewegen sich entlang eines Kontinuums in den beiden Handlungsmuster.
- Die Auswirkungen auf die Familie konnte nur teilweise untersucht.

Herzlichen Dank für Ihre Aufmerksamkeit!



Kontakt und Informationen: susanne.knueppellauener@zhaw.ch

«Dem Zusammenbruch des Alltags begegnen»



Literaturverzeichnis

Siehe Verzeichnis Dissertation.