

## Krise vor/nach der Geburt – Unser Angebot für Sie

### Für wen wir da sind

Das Behandlungsangebot richtet sich an Mütter, die nach der Geburt in eine Krise geraten (postpartale Depression, Ängste) und für Frauen, die in der Schwangerschaft Unterstützung brauchen.

Die Geburt eines Kindes ist eine enorme Umstellung im Leben einer Frau und eines Paares und bedeutet Abschied und Neuorientierung. Daher kann es in dieser Zeit zu Krisen kommen. Ca. 10-12% aller Frauen erleiden eine sogenannte postpartale Depression. Diese Erkrankung kann gut behandelt werden, wenn Sie den Mut aufbringen, bei ersten Anzeichen Hilfe aufzusuchen.

### Was wir anbieten

Wir bieten Ihnen ein kurzfristiges und zeitlich begrenztes Behandlungsangebot zur Unterstützung in der akuten Krise. In 1-5 Sitzungen wird besprochen, was Sie brauchen und es werden erste Entlastungsschritte geplant. Zur Unterstützung der Beziehung mit Ihrem Kind arbeiten wir video-gestützt. Sie sind gemeinsam mit ihrem Baby und ihrem Partner willkommen.

### Ziele

Ziel ist es, die Krise vor oder nach der Geburt zu überwinden und wieder mit Zuversicht und Freude in Ihre Mutterrolle hineinzuwachsen.

Wir helfen Ihnen zu *verstehen*: was hat sich verändert und welche Symptome gehören zur postpartalen Stimmungsveränderung.

Wieder *handlungsfähig* werden: Sie suchen Unterstützung und Hilfe im eigenen familiären oder sozialen Netz und bei Fachleuten.

Einen *Neubeginn finden*: wieder mit Zuversicht, mehr Freude und Sicherheit die Beziehung zu Ihrem Baby wachsen lassen.

Ein *neuer Blick*: Mit Video-gestützter Therapie erfahren Sie Ihre intuitive Kompetenz, Feinfühligkeit und lernen Ihr Baby besser „lesen“.

### Wer wir sind

Ein erfahrenes Team aus Psychologinnen, Psychiaterinnen und Pflegefachfrauen in den Ambulatorien Langnau und Burgdorf bietet kurzfristig und zeitlich begrenzt Hilfe und Unterstützung an.

Wir arbeiten eng mit den Abteilungen Geburtshilfe/Gynäkologie und Psychiatrie, Hebammen, Gynäkologen/innen, Pädiater/innen, Hausärzt/innen, Ambulante Pflege und Mütterberaterinnen zusammen.

### Anmeldung

Über Triage 034 421 27 27.

**Psychiatrie Langnau i.E.**  
Telefon +41 34 421 37 00  
Telefax +41 34 421 37 03  
psychiatrie.langnau@spital-emmental.ch

**Psychiatrie Burgdorf Spital**  
Telefon +41 34 421 27 00  
Telefax +41 34 421 27 03  
psychiatrie.burgdorf@spital-emmental.ch

**Psychiatrie Burgdorf Buchmatt**  
Telefon +41 34 421 27 70  
Telefax +41 34 421 27 73  
psychiatrie.buchmatt@spital-emmental.ch

[www.psychiatrie-emmental.ch](http://www.psychiatrie-emmental.ch)

**Hauptnummer Spital Burgdorf**  
Telefon +41 34 421 21 21  
Telefax +41 34 421 21 99

**Hauptnummer Spital Langnau i.E.**  
Telefon +41 34 421 31 31  
Telefax +41 34 421 31 99