

Vorwort

Auch Frauen mit psychischen Erkrankungen werden Mütter, haben aber einen besonderen Beratungsbedarf. Nicht nur die Sorgen wegen einer eventuell einzunehmenden Medikation spielen eine Rolle, sondern auch andere Fragen stellen sich: Wie schaffe ich es mit meiner Erkrankung, eine gute Mutter zu werden und eine stabile Bindung zu meinem Kind aufzubauen? Was muss ich in der Schwangerschaft und rund um die Geburt beachten? Welche Unterstützungsmöglichkeiten stehen mir zur Verfügung? Und nicht zuletzt: Was kann ich selbst tun, um meinen Wunsch nach einer glücklichen Familie Realität werden zu lassen? Ebenso wie bei einer geplanten Schwangerschaft tauchen diese Gedanken auch bei einer ungeplanten Schwangerschaft auf, dann aber oftmals noch drängender, weil viel weniger Zeit für Überlegungen und Planungen besteht.

Diesen und vielen anderen Fragen soll in diesem Buch nachgegangen werden. Ein weiteres Ziel ist es, mit etlichen Vorurteilen aufzuräumen: So etwa mit der über lange Zeit, manchmal sogar von Ärzten vertretenen Einstellung, dass psychisch erkrankte Frauen generell auf Kinder verzichten sollten. Diese Meinungen sind erfreulicherweise in den letzten Jahrzehnten selten geworden, was mit der Verbesserung der Behandlungsmöglichkeiten und einem größeren Bewusstsein in Medizin und Psychologie bzw. in der Gesellschaft für das Selbstbestimmungsrecht, die Autonomie also, erkrankter Menschen zu tun hat. Auch hinsichtlich der Medikamente haben wir viel hinzugelernt und wissen mittlerweile, dass es kein »absolutes Nein« dafür gibt, wenn eine Frau schwanger ist bzw. werden will. Die Fälle, in denen Frauen einen Rückfall ihrer Erkrankung erleiden, weil alle Medikamente mit der Kinderwunschplanung oder sofort mit Eintreten der Schwangerschaft abgesetzt wurden, werden immer seltener – auch wenn es sie immer noch gibt.

Da viele psychische Erkrankungen, wie etwa Depressionen, Psychosen und Angststörungen, typischerweise im jungen bis mittleren Erwachsenenalter erstmals auftreten, sind Frauen oft bereits erkrankt, bevor sie sich mit der Familienplanung beschäftigen. Schaut man sich die Häufigkeiten der behandlungsbedürftigen psychischen Störungen an, dann wird deutlich, dass das Thema, mit dem wir uns hier beschäftigen, viele Millionen Frauen und ihre Partner betrifft; entsprechende Unsicherheiten sind weit verbreitet. Viele Betroffene machen leider noch immer alle diese Fragen mit sich allein aus, weil sie fürchten, in der Familie oder im Freundes- und Kollegenkreis mitleidig angesehen zu werden oder sogar auf Unverständnis zu stoßen, wenn sie offen über ihre Erkrankung und die daraus entstehenden Probleme sprechen.

Alle diese Aspekte haben uns – die Autorinnen und den Autor dieses Buches – bewogen, unsere jeweiligen langjährigen Erfahrungen zusammenzutragen. Wir können vielleicht nicht alle Ihre Fragen beantworten, aber zumindest einen wichtigen Teil davon. Wir alle haben uns während unserer bisherigen beruflichen Tätigkeit intensiv dem Thema »Psychische Erkrankung und Schwangerschaft« gewidmet. Anke Rohde als Psychiaterin und Psychotherapeutin und langjährige Leiterin der Gynäkologischen Psychosomatik an der Universitätsfrauenklinik Bonn. Christof Schaefer als Kinderarzt und langjähriger Leiter von »Embryotox« an der Charité-Universitätsmedizin Berlin. Almut Dorn als psychologische Verhaltenstherapeutin mit eigener psychotherapeutischer Praxis für Gynäkologische Psychosomatik in Hamburg. Und Sarah Kittel-Schneider als Psychiaterin und Psychotherapeutin an den Universitätskliniken Frankfurt und Würzburg mit vielfältigen Behandlungserfahrungen und wissenschaftlichen Aktivitäten zum Thema.

In diesen Tätigkeiten haben wir in den zurückliegenden Jahren jeweils viele hundert Frauen mit psychischer Erkrankung im Rahmen ihrer Kinderwunschplanung bzw. in der Schwangerschaft persönlich beraten und betreut.

Aus der täglichen Beschäftigung mit der Problematik wissen wir sehr genau, dass betroffene Frauen und ihre Angehörigen nicht immer die professionelle Unterstützung finden, die sie sich wünschen; auf ihre Fragen bekommen sie nicht immer eine fundierte Antwort. Der vorliegende

Ratgeber versucht, möglichst viele dieser Fragen zu beantworten, sofern dies allgemein und losgelöst vom Einzelfall möglich ist.

Und wir wollen Sie ermutigen: Werden Sie zur Expertin für Ihre Erkrankung!

Anke Rohde, Christof Schaefer, Almut Dorn, Sarah Kittel-Schneider
Herbst 2023