



## An die Medien

31. Oktober 2007

### Medienmitteilung

## **30'000 Besucher im ersten Jahr für PND-Online-Portal**

**In der Gesellschaft ist es noch weitgehend tabuisiert, im WWW aber stösst das Thema "Krisen nach der Geburt" auf breites Interesse. Die Website des Vereins "Postnatale Depression Schweiz" jedenfalls ist binnen eines Jahres über 30'000 Mal besucht worden. Das Online-Portal spricht Betroffene, Angehörige und Fachleute gleichermaßen an.**

Unter [www.postnatale-depression.ch](http://www.postnatale-depression.ch) finden sich seit Ende Oktober 2007 Informationen zur Postnatalen Depression (PND), die jährlich bis zu 10'000 Frauen in der Schweiz betrifft. Es ist die erste und einzige Website der Schweiz, die sich ausschliesslich und vertieft diesem Thema widmet und sich dabei sowohl an Betroffene, Angehörige und Fachleute richtet.

Die Zahlen der Vereins-Website zeigen deutlich, dass Aufklärung PND Not tut: In nur 12 Monaten informierten sich über 30'000 BesucherInnen über Symptome, Ursachen

und Behandlungsmöglichkeiten und suchten Adressen von Selbsthilfegruppen sowie spezialisierten Fachleuten.

Die Initiantinnen der Website beantworteten auch einige persönliche Mail-Anfragen. Es gingen diverse Mails ein von (ehemals) Betroffenen, die sich bedankten, dass sie nun endlich wüssten, was sie vor Jahren hatten. Fachleute attestieren der Site eine hohe Professionalität.

### **Weitere Projekte**

Bereits angelaufen ist das Projekt "Patenschaft": Der Verein vermittelt akut Betroffenen eine Person, die die Krankheit hinter sich hat und Tipps geben kann. Weiter möchte der Verein die Website in die anderen Landessprachen übersetzen lassen — derzeit wird versucht, dafür die Mittel zu bekommen. Ebenso möchte der Verein im kommenden Jahr vermehrt mit Fachgesellschaften über Möglichkeiten für Weiterbildung und Zusammenarbeit sprechen. Medien können viel für die Enttabuisierung des Themas und Entstigmatisierung der betroffenen Mütter tun, indem sie über das Thema berichten.

### **Weitere Auskünfte für Medienschaffende:**

*Sibylle Kloser, Präsidentin Verein "Postnatale Depression Schweiz"*

*Mobile: 079 317 17 42*

*oder: 058 200 50 92*

*erreichbar am 31.10.2007 von 13:00 bis 17:30 Uhr*

*Weitere Termine nach Absprache möglich*

*Auf Wunsch Vermittlung von (ehemals) Betroffenen für Fallgeschichten*

*(Falls nicht erreichbar, bitte Nachricht hinterlassen, ruft zurück)*

### **Infobox: Postnatale Depression**

Gemäss Studien erleiden 10-15% aller Frauen nach einer Geburt eine sog. Postpartale Depression, besser bekannt als Postnatale Depression (PND). Symptome können sein: Schlafstörungen, Angststörungen, Selbstmordgedanken, keine oder gestörte Beziehung zum Kind und der Umwelt, Aggression, Essstörung. Risikofaktoren gibt es viele, im Prinzip kann jede Frau eine PND bekommen, auch wenn sie schon ein Kind bekommen hat, ohne krank zu werden. Die Krankheit ist mit Therapie und/oder Medikamenten gut behandelbar: je früher, je besser. Wird nicht behandelt, können sich verschiedene Symptome chronifizieren. Es sind auch Folgeschäden beim Kind möglich.

In der Schweiz sind es rund 10'000 Frauen, die jedes Jahr nach der Geburt in die Krise stürzen. Unter dem Klischee-Druck des "freudigen Ereignisses" schämen sich jedoch viele und schweigen. Oder sie stossen auf Unverständnis. Viele finden erst spät angemessene fachliche Hilfe. Dadurch wird ihr Leiden verlängert und es entstehen unnötige Gesundheitskosten.

Literatur: Z. B. **Brooke Shields, "Down came the rain"**

### **Infobox 2: Verein Postnatale Depression Schweiz**

Gegründet am 2. Januar 2006 von vier Frauen, die ehemals von der Postnatalen Depression (PND) betroffen waren. Der Verein betreibt seit Ende Oktober 2006 das erste Schweizer Online-Portal zu PND, das sich sowohl an Betroffene, deren Angehörige und Fachleute richtet.

Wichtigste Ziele des Vereins sind:

- Tabu der Krankheit brechen
- Aufklärung
- Hilfe / Kontakte vermitteln für Betroffene und Angehörige (Fachpersonen und Selbsthilfe)
- Zusammenarbeit mit Fachleuten
- Aufbau und Betrieb eines Beratungstelefons
- Aufbau weiterer Selbsthilfegruppen
- Anregung zur Einrichtung von Mutter-Kind-Stationen
- Erreichung von flächendeckendem Screening im Wochenbett mittels Edinburgh-Skala
- Unterstützung wissenschaftlicher Forschung

Der Verein finanziert sich über Mitgliederbeiträge und Spenden. Alle Vorstandmitglieder arbeiten unentgeltlich.

**[www.postnatale-depression.ch](http://www.postnatale-depression.ch)**

**[info@postnatale-depression.ch](mailto:info@postnatale-depression.ch)**