

Therapie/Massnahmen	Beschreibung
Geburtsvorbereitungskurs	<ul style="list-style-type: none"> ▶ Bereits die Teilnahme an einem Geburtsvorbereitungskurs kann präventiv helfen. ▶ Die schwangere Frau wird dort von Fachpersonen über die Entwicklung zur Mutterschaft informiert. ▶ Im Erfahrungsaustausch mit anderen Schwangeren erlebt sie ihre Ambivalenz, Gefühlsempfindungen, Ängste und Reaktionen als normale Entwicklung. Dies erlaubt ihr, diese Gefühle anzunehmen, bewusster zu erleben und zu verarbeiten.
Unterstützung durch GeburtshelferInnen	<ul style="list-style-type: none"> ▶ Wird die Schwangerschaft sicher nachgewiesen, erheben die Geburtshelfer eine genaue Anamnese über die Lebensumstände der Frau. ▶ Frauen mit Prädisposition zu Problemen (ungeplante Schwangerschaft, unsichere Partnerschaft, unsicheres soziales Umfeld, Existenzproblematik, vorbestehende psychische Probleme etc.) werden frühzeitig erfasst und mit geeigneten Massnahmen unterstützt.
Symptomatische Therapien:	<ul style="list-style-type: none"> ▶ medizinische Ruheverordnung durch Krankschreiben ▶ therapeutische Zuweisung in ein entsprechendes Klinikum
Ambulante Gesprächstherapien bei Fachpersonen:	<ul style="list-style-type: none"> ▶ Je nach Krankheitsbild können bei psychischen Störungen ambulante Gesprächstherapien angeboten oder verordnet werden. ▶ In extremen Fällen kann sogar eine stationäre Behandlung wirksam werden.
Medikamentöse Behandlung	<ul style="list-style-type: none"> ▶ Eine medikamentöse Behandlung mit Psychopharmaka ist sehr schwierig, weil dabei das ungeborene Kind gefährdet wird.

Bewährte Mittel bei psychischen Veränderungen und Störungen

ACON , Apis, Ars, Asar, Aur, Calc-c, **CHAM**, Chin, Cimic, Con, **GELS** , **IGN** , Lyc, Nat-m, Nux-m, **NUX-V** , **PULS** , **SEP** , Verat

 = Groma Praxistipp

ACONITUM NAPELLUS

- ▶ **plötzliche** Panik, dauernde **Angst**, etwas Schreckliches könnte ihr zustossen, vor Untersuchung, nach schlechtem Arztbericht
- ▶ spürt Fötusbewegung nicht mehr, Panik bricht aus
- ▶ **Angst zu sterben, vor Alleinsein**, sich zu bewegen,

zu stürzen, gegen Personen oder Gegenstände zu stossen

- ▶ grosse **Unruhe, hochgradige Erregung**

Causa

- ▶ **Angst**, Schreck, **Schock**, Emotionen, Ärger, sexueller Missbrauch, Fieber, Kälte, Zystitis