

Netzwerkkrise rund um die Geburt
www.krise-geburt.de

Schatten und Licht
www.schatten-und-licht.de

PränatalNetzwerk Hannover
www.praenatalnetzwerk-hannover.de

Elternambulanz
www.eltern-ambulanz.de

Kaiserschnittstelle
www.kaiserschnittstelle.de

Psychiatrische Klinikum Wunstorf
<https://psychiatrie-wunstorf.krh.de/>

Frauen- und Mädchengesundheitszentrum
www.fmgz-hannover.de

Hilfe für Schwangere und Mutter
www.notruf-mirjam.de/startseite

Bündnis gegen Depression
www.deutsche-depressionshilfe.de

Selbsthilfegruppen
www.kibis-hannover.de



Psychische Krisen rund um die Geburt



Stadt Laatzen
Frühe Hilfen
Maria Jakob
Marktplatz 2
30880 Laatzen
Tel: 0511 8205-5408
E-Mail: maria.jakob@laatzen.de

Depressionen und Angststörungen können jederzeit auftreten - jedoch können Frauen während der Schwangerschaft, der Geburt eines Kindes und im ersten Lebensjahr ihres Kindes verstärkt darunter leiden.

Die Schwangerschaft und die Geburt eines Kindes sind bereichernd, können aber auch Veränderungen und Herausforderungen mit sich bringen. Es ist normal, dass einige Tage besser verlaufen als andere. Für Menschen mit einer psychischen Erkrankung ist jeder Tag ein Kampf. Es ist daher wichtig, Anzeichen früh zu erkennen und unmittelbar Hilfe zu suchen.

Mögliche Anzeichen:

- Traurigkeit
- Verlust von Interesse und Freude
- Müdigkeit, Erschöpfung, Antriebsmangel
- Schlafstörungen
- Lebensmüde Gedanken
- Selbstvorwürfe
- Angst, Panik, zwanghafte Gedanken

Holen Sie sich Unterstützung!

Der Verein Schatten und Licht e.V. bietet auf seiner Homepage einen Selbst-Test, der bei der Einschätzung der Situation betroffener Frauen unterstützen kann. Den Selbst-Test finden Sie hier:

<https://schatten-und-licht.de/selbsttest/>

Beratungen und Hilfen vor Ort

Schwangeren- und Schwangerenkonfliktberatungsstelle der Diakonie

Alte Rathausstraße 41
30880 Laatzen
Tel: 0511 8744660

Koordinierungsstelle Frühe Hilfen

Marktplatz 2
30880 Laatzen
Tel: 0511 8205-5408

Sozialpsychiatrische Beratungsstelle in Laatzen

Würzburger Str. 17
30880 Laatzen
Tel: 0511 616-26515

Psychosozialer/Psychiatrischer Krisendienst der Region Hannover

Podbielskistraße 168
30177 Hannover
Tel: 0511 3003-3470

Der psychosoziale/psychiatrische Krisendienst in der Region Hannover hilft Menschen an Wochenenden (einschließlich Freitagnachmittag) und an Feiertagen bei

- psychischen Krisen
 - Selbsttötungsgefährdung
 - akuten Lebenskrisen
- durch fachkompetente und kostenfreie Beratung und Hilfe.

Elternambulanz bei seelischen Krisen und psychosomatischen Beschwerden der MHH Hannover

Carl-Neuberg-Straße 1
30625 Hannover
Tel: 0511 532-0
E-Mail: Elternambulanz@mh-hannover.de

Krisenhilfe rund um die Uhr

Ärztlicher Bereitschaftsdienst	116 117
Krisendienst	0511 300 334 70
Telefonseelsorge	0800 1110111
	0800 1110222

