

## Frauenspezifische Sprechstunde

### Wofür braucht es eine Frauenspezifische Sprechstunde?

Frauen werden durch die vielfältigen Veränderungen in Schwangerschaft, Mutterschaft und Wechseljahren mit besonderen Herausforderungen konfrontiert. Diese Herausforderungen können schnell zu Überlastung führen und mit psychischer Beeinträchtigung wie Schlafmangel, Ängsten, Gereiztheit und depressiver Verstimmung einhergehen. Aus der Überlastung können sich auch psychische Erkrankungen entwickeln, die die Behandlung durch eine Fachperson erforderlich machen.

### Für wen ist die Frauenspezifische Sprechstunde?

Zielgruppe der Sprechstunde sind Frauen mit psychischen Problemen, die in Zusammenhang mit Schwangerschaft, Mutterschaft und Wechseljahren stehen.

Thematische Schwerpunkte sind:

- Unerfüllter Kinderwunsch
- Kinderwunsch bei bestehender psychischer Erkrankung
- Ambivalente Schwangerschaft
- Depression und Ängste in der Schwangerschaft
- Traumatisches Geburtserleben
- Nach der Geburt auftretende Depression, Angststörung, Zwangsstörung oder Psychose
- Überforderung mit der Mutterrolle
- Überforderung mit der Berufstätigkeit als Mutter
- Psychische Beschwerden in den Wechseljahren

### Was erwartet mich bei einer Abklärung?

In der Frauenspezifischen Sprechstunde findet zunächst eine sogenannte Abklärung statt, die 1-3 Termine umfasst. Bei der Abklärung spricht eine erfahrene Psychiaterin oder Psychologin mit Ihnen über Ihre aktuellen Probleme, die Entstehungsgeschichte und die bereits angewendeten Lösungsversuche. Es wird eine Diagnose gestellt (falls vorhanden), ein Krankheitskonzept erarbeitet, und es werden Therapiemöglichkeiten besprochen (Medikamente / Psychotherapie).

### Wie kann ich einen Termin bekommen?

Eine ärztliche Zuweisung ist wünschenswert (Hausarzt, Gynäkologe). Eine direkte telefonische Anmeldung über das Sekretariat der Psychiatrischen Poliklinik ist ebenfalls möglich.

### Telefonische Beratung für Fachpersonen

Wir beraten auch Fachleute telefonisch zu folgenden Themen:

- Psychopharmaka-Therapie in Schwangerschaft und Stillzeit
- Ambulante und stationäre Behandlungsangebote für Mutter und Kind
- Vernetzungsangebote für Mutter und Kind

### Anmeldung

Verantwortlich für die Sprechstunde ist Mag. rer. nat. Sonja Wanderer, Therapeutische Leiterin, Fachpsychologin für Psychotherapie FSP.

Anmeldungen erfolgen via ärztliche Zuweisung oder direkt: Psychiatrische Poliklinik, Sekretariat, Telefon 052 266 28 84, [psychpol@ipw.zh](mailto:psychpol@ipw.zh).