

## Gestose Beratung

Das Beratungsangebot richtet sich an Frauen\* mit bzw. nach einer hypertensiven Schwangerschaftserkrankung (Präeklampsie, HELLP-Syndrom, vorzeitige Plazenta-Ablösung, SGA, Schwangerschaftshochdruck) und an Frauen\*, die eine Schwangerschaft planen bei bekannten Risikofaktoren wie z.B. Bluthochdruck oder Gerinnungsstörungen.

Schwangerschaft und Geburt markieren zentrale Umbrüche im Leben von Frauen\* und ihren Familien – selbst wenn sie medizinisch unauffällig verlaufen. Frauen\*, die von hypertensiven Schwangerschaftserkrankungen betroffen sind, erleben zusätzlich zu diesen Umbrüchen noch eine Vielzahl weiterer Bewältigungsaufgaben: Der Umgang mit der Krankheit, mit unmittelbaren und mittelbaren körperlichen, psychischen und sozialen Folgen und nicht zuletzt die Frage nach der weiteren Familienplanung.

In der Beratung werden Frauen\* nach Schwangerschafts- und Geburtskomplikationen bestärkt und unterstützt, Erlebtes zu verarbeiten und lösungsorientiert Strategien für die kurz- und langfristige gesundheitliche Selbstfürsorge zu erarbeiten.

### **Konkret kann dies beinhalten:**

- Beratung zu medizinischen oder therapeutischen Abklärungs- und Vorsorgestrategien (ggf. auch für die Planung weiterer Schwangerschaften)
- Erarbeitung psychischer und sozialer Stärkungsstrategien für eventuell folgende Schwangerschaften
- Beratung zu den körperlichen Folgen einer Schwangerschaft mit Komplikationen.
- Beratung zur Verarbeitung der psychosozialen Belastungen, die durch die Gestose-Schwangerschaft und ihre Folgen entstehen können.
- Unterstützung beim Verstehen der Wechselwirkungen von Körper und Psyche nach schweren und traumatisierenden Geburtssituationen
- Suche nach sozialen, psychischen und körperlichen Ressourcen, um Erlebtes zu bewältigen, um Vertrauen in den Körper zu fassen.
- Erarbeitung eines individuellen Selbstfürsorgekonzeptes
- Anregung zur Vernetzung in Selbsthilfegruppen mit anderen Betroffenen

### **Termine nach Absprache**

*Leitung: Marina Moor*

#### **Ein Angebot von:**

**Haus der Familie Mitte**

#### **Adresse:**

Fehrfeld 7  
28203 Bremen

#### **Telefon:**

0421 70 39 37

#### **E-Mail-Adresse:**

[hdf-mitte@afsd.bremen.de](mailto:hdf-mitte@afsd.bremen.de)

**Internetadresse:**

[www.afsd.bremen.de](http://www.afsd.bremen.de)

**Nächste Termine:**

Termine bitte erfragen

**Anmeldungsinfo:**

Anmeldung erforderlich

**Kosten:**

Teilnahme kostenfrei