

Margot Hannah Petersen

Dr. med.

Stress in der Schwangerschaft – Bedeutung von individuellen und externen Faktoren, insbesondere der Partnerschaft und des sozialen Umfeldes

Promotionsfach: Kinder- und Jugendpsychiatrie

Doktorvater: Herr Prof. Dr. med. Franz Resch

Die Ergebnisse dieser Arbeit, basierend auf der sogenannten „Pränatalstudie“ am Universitätsklinikum Heidelberg in der Klinik für Kinder- und Jugendpsychiatrie, zeigen die Rolle Partnerschaft und der sozialen Unterstützung während der Schwangerschaft in einer Art Schlüsselfunktion in der subjektiven Stresswahrnehmung, was, verweisend auf vielfältige, bereits bekannte, stressbezogene Risiken für Mutter und Kind, eine sehr wichtige Erkenntnis darstellt.

In Anbetracht der bereits gut erforschten Rolle pränatalen Stresses in verschiedensten Krankheitsbildern, bietet diese Erkenntnis neue, ungeahnt einfache Möglichkeiten der Prävention: verschiedene Forschungsergebnisse der letzten Jahre zeigten, dass Stress in der Schwangerschaft durch sogenanntes „fetal programming“ einen wichtigen Risikofaktor für verschiedene lang- und kurzfristige Symptome und Krankheitsbilder darstellt. Beispiele sind unter anderem ADHS, Sprachverzögerung, Schizophrenie (Talge et al. 2007, Mulder et al. 2002) oder evtl. sogar koronare Herzkrankheit (Barker et al. 1997). Nach den Ergebnissen dieser Studie können diese schwerwiegenden Risiken durch Aufklärung, sowie simple Zuwendung und Kommunikation von Seiten des Partners und der Freunde eingeschränkt werden.

Im Vergleich zu den anderen untersuchten individuellen Faktoren (sozialdemographischer Hintergrund, schwangerschaftsbezogene Ängste, Risikoverhalten), sowie zu den untersuchten externen Faktoren (kritische Lebensereignisse, medizinische Komplikationen, finanzielle Schwierigkeiten, u.a.) sticht die Bedeutung der Partnerschaft deutlich signifikant als modulierende Variable heraus, welche in allen Ergebnissen hohe Korrelationen mit der subjektiven Stressempfindung der werdenden Mütter zeigt. Je nach subjektiver Wahrnehmung kann eine gute Partnerschaft objektiv vorhandene Stressbelastung abpuffern. Gleichfalls fungiert eine negativ bewertete Partnerschaft andersherum als Trigger für das subjektive Stressempfinden der Schwangeren. Die Wahrnehmung von sozialer Unterstützung ist in hohem Grade von der Qualität der Partnerschaft abhängig.

Bis jetzt wurde die Rolle des Partners während der Schwangerschaft oft nur marginal betrachtet oder in die stressbezogenen Studien mit einbezogen. Es zeigt sich jedoch, dass der soziale und partnerschaftliche Einfluss viel höher zu werten ist, als bisher vermutet. Um den Folgen und Risiken mütterlichen Stresses während der Schwangerschaft vorzubeugen, besteht ein dringender Aufklärungsbedarf der werdenden Mütter, sowie deren Partner und des nahestehenden sozialen Umfeldes. Dies ist vor allem wichtig, weil Männer sich in der Schwangerschaft oft als „außen vor gelassen“ oder wenig wichtig empfinden. Deshalb ist es von Bedeutung, die Ergebnisse dieser Studie transparent zu machen, um den Partnern ihre zentrale Rolle für ihr Kind auch schon während der Schwangerschaft vor Augen zu führen. So kann zum einen das Verantwortungsgefühl erhöht werden, zum anderen wird aber auch die Selbstwirksamkeitserwartung der Männer und somit die Motivation zur aktiven Partizipation an der Schwangerschaft gefördert.

Auch Freunde und Bekannte können, wenn sie sich der Bedeutung der sozialen Unterstützung bewusst sind, der Schwangeren durch ihre Unterstützung beistehen. Gemeinsamkeit und Kommunikation, als eines der einflussreichsten Kriterien, sollten in jeder Beziehung während der Schwangerschaft eine wichtigere Rolle spielen. Weiterhin sollten Paare auch bereits bei Kinderwunsch und während der Planung einer Schwangerschaft über die Signifikanz der partnerschaftlichen Rolle aufgeklärt werden. Im Falle schwerwiegender Beziehungsprobleme während der Schwangerschaft könnte eine Paartherapie von Nutzen sein.

Die Ergebnisse zeigen, dass eine gute Partnerschaft und soziale Unterstützung unabhängig von der objektiven Situation die wichtigsten Einflussfaktoren für subjektives Stress- bzw. Wohlbefinden darstellen. Diese präventive Wirkung im Bezug auf emotionalen und psychologischen Stress unterstreicht die Wichtigkeit eines gefestigten sozialen Umfeldes und einer guten Partnerschaft. Sie sind die richtungsbestimmenden Faktoren für die kurz- und längerfristige Risikominimierung für Mutter und Kind.