

Das Zusammenspiel zwischen postpartaler mütterlicher Erschöpfung und Schrei- und Schlafproblemen des Säuglings

Tina Renold, Bachelor of Science Pflege, Berufsbegleitender Studiengang 2013, Bachelor-Thesis 2015

Einleitung

- Säuglinge sind in ihrer Entwicklung des Schrei- und Schlafverhaltens auf die Regulationshilfen der Eltern angewiesen¹.
- Eine Erschöpfung der Eltern kann diese daran hindern, ihr Interaktionsangebot auf ihr Kind abzustimmen².
- Gleichzeitig verhindert das fordernde Verhalten des Kindes die Ruhephasen der Eltern³.
- Dies führt sowohl zu gestörten Interaktionsmustern, als auch zu einem erhöhten Risiko für postpartale Depressionen und Schütteltraumen des Kindes⁴.
- Noch heute wird die Problematik von Eltern häufig unterschätzt und in der Praxis zu wenig beachtet⁵.

Fragestellung und Zielsetzung

- Wie erleben Eltern das Zusammenspiel von postpartaler Erschöpfung und Schrei- und Schlafproblemen des Säuglings in den ersten sechs Monaten postpartum?
- Welche pflegerischen Massnahmen können sie in der Bewältigung dieser Herausforderungen unterstützen?

Ziel dieser Arbeit ist es, das Erleben und den Umgang Betroffener mit der Problematik zu analysieren und für die Praxis relevante Unterstützungsangebote abzuleiten. Das Wissen von Pflegenden bezüglich der Thematik soll verbessert und somit Risiken für betroffene Eltern minimiert werden.

Methodik

Systematische Literaturrecherche in folgenden Datenbanken:

- Medline (PubMed)
- Cinahl
- Cochrane
- PsychINFO
- Web of Science
- Embase

Anhand systematischer Suchstrategien und relevanter Ein- und Ausschlusskriterien wurden Ergebnisse gesammelt. Insgesamt wurden 7 Studien eingeschlossen.

Ergebnisse

Erleben auf drei Ebenen

Persönliche Ebene:

- Eltern stellen ihre Bedürfnisse zugunsten der Kinderpflege häufig zurück^{6,7}
- Unrealistische Erwartungshaltungen bezüglich Schlaf korrelieren signifikant mit Gefühlen von Fatigue ($r=-.58, p<.001$)⁷

Emotionale Ebene

- Gefühle von Fatigue korrelieren signifikant mit hohem Stressleveln ($r=0.56, p<.001$)⁷
- Eltern erleben Emotionen wie Hilflosigkeit, Frustration, erschütterte Zuversicht in eigene Fähigkeiten und verschiedene Ängste^{3, 7, 8, 9}

Funktionale Ebene

- Die Aufnahmefähigkeit und Funktionalität im Alltag ist durch die Erschöpfung eingeschränkt^{3, 6, 7, 9}
- Durch die geminderte Geduld und erhöhte Gereiztheit der Eltern wird die Kinderpflege für sie zur Herausforderung^{3, 7}



www.shutterstock.com – Bild Nr. 74652733

Umgang und Unterstützungsmöglichkeiten

Bedeutung der Fachpersonen

- Die Unterstützung durch Fachpersonen wurde abhängig von den strukturellen Gegebenheiten unterschiedlich erlebt⁶
- Verwirrung durch Information korreliert signifikant mit Gefühlen von Angst und Fatigue ($r=0.57, p<.001$)⁸

Bedeutung individueller Strategien

- Mütter, welche durchschnittlich 2.3 mal pro Woche tagsüber Schlafpausen mit einer Dauer von 33 – 135 Minuten hielten, wiesen bei der Gegenüberstellung mit einer Vergleichsgruppe bessere Outcomes in der Mutter-Kind-Interaktion auf ($p=.04$)¹⁰
- Ein höheres Bedürfnis nach sozialer Unterstützung korrelierte signifikant mit erhöhten Level von Fatigue ($r=0.48, p<.001$)⁸

Diskussion und Schlussfolgerungen

- Die Übertragbarkeit der Ergebnisse ist durch die geringe Datenlage, kleine Samples und das Basieren vieler Ergebnisse auf subjektiven Einschätzungen der Eltern eingeschränkt.
- Die postpartalen Versorgungsstrukturen sollten individuell auf die Bedürfnisse der Eltern angepasst werden¹¹.
- Eine zeitlich abgestimmte Informationsabgabe und das Vertreten einer einheitlichen Philosophie der Fachpersonen erscheinen wichtig.
- Erholungsmöglichkeiten in stationären Bereichen und eine optimale Organisation der Nachversorgung sollten gewährleistet werden.
- Weitere Forschung sollte versuchen, eine Kausalität zu erfassen, und sich sowohl mit der Situation von Risikofamilien, als auch mit jener der Väter eingehender beschäftigen.

Literaturverzeichnis

¹Bolten, M., Möhler, E. & Von Gontard, A. (2013). Psychische Störungen im Säuglings- und Kleinkindalter: Exzessives Schreien, Schlaf- und Fütterstörungen. In Döpfner, M., Lehmkuhl, G. & Petermann, F. (Hrsg.), *Leitfaden Kinder- und Jugendpsychotherapie* (Band 17, S. 1 - 69) Göttingen: Hogrefe Verlag GmbH&Co. KG[2] Papousekt 2009. ²Troy, N. W. (2003). Is the significance of postpartum fatigue being overlooked in the lives of women? *MCN, 28*(4), S. 252 – 257. ³Kurth, E., Kennedy, H. P., Spichiger, E., Hösl, I., & Zemp Stutz, E. (2011). Crying babies, tired mothers: what do we know? A systematic review. *Midwifery, 27*(2011), S. 187 - 194. doi: 10.1016/j.midw.2009.05.012. ⁴Kurth, E., Spichiger, E., Fornaro, I., Biedermann, J., Hösl, I., Kläusler, M. & Zemp Stutz, E. (2011). Schreiende Babys, müde Mütter: gesundheitliche Herausforderungen für junge Familien. In Riecher-Rössler, A. (Hrsg.), *Psychische Erkrankungen in Schwangerschaft und Stillzeit* (S. 119 – 127). Freiburg i.Br.: Karger. ⁵Grandadam, F. (2000). Wenn Mutterschaft Mütter schafft. Postpartaler Erschöpfungszustand. *Krankenpflege, 9*, S. 12 – 16. ⁶Kurth, E., Spichiger, E., Stutz, E. Z., Biedermann, J., Hösl, I., & Kennedy, H. P. (2010). Crying babies, tired mothers-challenges of the postnatal hospital stay: an interpretive phenomenological study. *BMC pregnancy and childbirth, 10*(21). doi: 10.1186/1471-2393-10-21. ⁷Giallo, R., Rose, N., & Vittorino, R. (2010). Fatigue, wellbeing and parenting in mothers of infants and toddlers with sleep problems. *Journal of Reproductive and Infant Psychology, 29*(3), S. 236 - 249. doi: 10.1080/02646838.2011.593030. ⁸Okamoto, M., & Matsuoka, M. (2009). Causal model structure analysis of emotional unrest in first time mothers faced with persistent infant crying 6 - 7 weeks postpartum. *Asian Nursing Research, 3*(1). ⁹Fisher, J., Rowe, H., & Feekery, C. (2004). Temperament and behaviour of infants aged 4 - 12 months on admission to a private mother - baby unit and at 1- and 6- months follow-up. *Clinical Psychologist, 8*(1), S. 15 - 21. doi: 10.1080/13284200410001672928. ¹⁰Ronzio, C. R., Huntley, E., & Monaghan, M. (2013). Postpartum mothers' napping and improved growth fostering of infants: Results from a pilot study. *Behavioral Sleep Medicine, 11*, S. 120 - 132. doi: 10.1080/15402002.2011.642487. ¹¹Kurth, E. (2010). *Postnatal Infant Crying and Maternal Tiredness: Examining their Evolution and Interaction in the first 12 Weeks Postpartum* (Inaugural-Dissertation). Verfügbar auf Anfrage bei der Autorin.