

Schriftliche Expertenbefragung zur perinatalen mentalen Gesundheit und Phytotherapie

Selbstbestimmung während der Geburt, phytotherapeutische Prävention und die
Rolle naturheilkundlicher Unternehmen

1. Einstieg

1. Bitte beschreiben Sie kurz Ihre berufliche Rolle, Ihren Tätigkeitsbereich und Ihre Erfahrung im Kontext Schwangerschaft, Geburt und Wochenbett.
2. Welche Berührungspunkte haben Sie in Ihrem Arbeitsalltag mit psychischer Gesundheit rund um Schwangerschaft und Geburt?

2. Postpartale mentale Gesundheit

3. Welche psychischen Belastungen begegnen Ihnen in Ihrem Arbeitskontext im Zeitraum Schwangerschaft-Wochenbett am häufigsten (bitte priorisieren)?
4. Wo sehen Sie die größten Risikofaktoren für die Entwicklung postpartaler Depressionen (biologisch/psychosozial/versorgungsbezogen)?
5. Wie beurteilen Sie die aktuelle Versorgungslage im Bereich der Prävention postpartaler Depressionen? Wo sehen Sie die größte Lücke?

3. Selbstbestimmung & Geburtserleben

6. Wie definieren Sie „Selbstbestimmung während der Geburt“ aus fachlicher Sicht (z.B. Entscheidungsbeteiligung, Kommunikation, Wahlmöglichkeiten, respektvolle Versorgung)?

7. Welche Aspekte des Geburtserlebens wirken aus Ihrer Sicht besonders auf die psychische Stabilität nach der Geburt – speziell im Hinblick auf depressive Symptome?

8. Welche typischen Konstellationen erhöhen aus Ihrer Erfahrung das Risiko für eine belastende oder potenziell traumatische Geburtserfahrung?

9. Beobachten Sie Unterschiede zwischen klinischen und außerklinischen Geburtssettings hinsichtlich Selbstbestimmung, Vertrauen und Nachsorge? Bitte nennen Sie konkrete Faktoren.

4. Phytotherapie im perinatalen Zeitraum

10. Welche Erfahrungen haben Sie mit pflanzlichen Präparaten im Kontext emotionaler Stabilität im perinatalen Zeitraum (z. B. häufig/selten, eher Schwangerschaft oder Stillzeit, eher Beratung oder Eigeninitiative)?

11. Welche phytotherapeutischen Präparate/Indikationen werden aus Ihrer Sicht am ehesten nachgefragt oder eingesetzt? Warum?

12. Welche Kriterien sind für Sie entscheidend, um ein pflanzliches Präparat im perinatalen Kontext zu empfehlen oder davon abzuraten (z. B. Evidenz, Sicherheit/Stillzeit, Interaktionen, Dosierung, Qualitätsstandard)?

13. Welche Sicherheitsbedenken sehen Sie am häufigsten (z. B. Plazenta/Muttermilch, Interaktionen)? Welche Informationen fehlen Ihnen für eine sichere Empfehlung?

5. Vertrauen, Zugang und Informationswege

14. Welche Faktoren beeinflussen Ihrer Meinung nach das Vertrauen von Frauen in pflanzliche Präparate im Kontext Schwangerschaft/Wochenbett (z. B. eigene Werte, Geburtserleben, Empfehlungen, Medien, vorherige Erfahrungen)?

15. Über welche Wege informieren sich Frauen aus Ihrer Sicht am häufigsten zu Phytotherapie (z. B. Hebammen, Ärztinnen, Apotheke, Kurse, Social Media)? Welche Quellen wirken besonders einflussreich?

16. Welche Barrieren erschweren den Zugang zu verlässlichen Informationen und Angeboten (z. B. Zeit, Kosten, fehlende Beratung, Unsicherheit in der Evidenz)? Welche Verbesserungen wären aus Ihrer Sicht am wirksamsten?

6. Pharmaunternehmen

17. Wie schätzen Sie die Rolle naturheilkundlich orientierter Pharmaunternehmen im Bereich perinataler mentaler Gesundheit ein?

18. Welche Erwartungen haben Frauen an Unternehmen in diesem Feld (z. B. Transparenz, Sicherheitsdaten in Schwangerschaft/Stillzeit, Aufklärung, klare Indikationsgrenzen)?

19. Wo sehen Sie konkretes Verbesserungspotenzial (z. B. bei Produkten/Informationen/Studien)?

7. Abschluss

20. Welche Entwicklungen halten Sie in den nächsten Jahren für besonders relevant, um PPD präventiv zu begegnen?

21. Gibt es einen Punkt, den Sie für zentral halten und der bisher nicht angesprochen wurde?