

Pandemie: Mehr Stress in der Schwangerschaft

Datum: 15.03.2021

Original Titel:

COVID-19 and Mental Health during Pregnancy: The Importance of Cognitive Appraisal and Social Support.

Kurz & fundiert

- Mentale Gesundheitsprobleme in der Schwangerschaft verstärkt in der Pandemie?
- Untersuchung von Risikofaktoren und schützenden Einflüssen bei 303 Frauen in Kanada
- Depression und Ängste prävalenter während der Pandemie
- Sozialer Support kann schützen

MedWiss – In der Schwangerschaft ändert sich der Blick auf die Welt – wird das Baby gesund sein, ist die Familiensituation finanziell und emotional stabil? Solche Gedanken können zu belastenden Sorgen werden, die in der Coronapandemie durch zusätzliche Ängste verstärkt werden können. Die kanadische Studie fand eine deutlich höhere Prävalenz von Problemen, Sorgen und Ängsten in der befragten Gruppe, verglichen mit vor-Pandemie-Schwangeren. Besonders soziale Unterstützung schützte jedoch.

In der Schwangerschaft ändert sich der Blick auf die Welt – wird das Baby gesund sein, ist die Familiensituation finanziell und emotional stabil? Solche Gedanken können zu belastenden Sorgen werden. Entsprechend ist dieser Lebensabschnitt auch mit erhöhten Risiken für die psychische Gesundheit verbunden. Dies ist in der aktuellen Pandemie mit zusätzlichen Bedenken und Ängsten noch einmal verstärkt. Die vorliegende Studie untersuchte daher den Einfluss der COVID-19-Pandemie auf die psychische Gesundheit und identifizierte Risikofaktoren, aber auch schützende Einflüsse in der Schwangerschaft.

Mentale Gesundheitsprobleme in der Schwangerschaft während der Pandemie: Risikofaktoren und schützende Einflüsse

Die Studie hatte somit folgende Fragen:

- Wie hoch ist die Prävalenz von mentalen Gesundheitsproblemen wie Depression, Ängsten und Schlafstörungen bei Schwangeren in der Coronapandemie?
- Welche Pandemie-spezifischen Erfahrungen, etwa soziale Isolation, finanzielle Probleme und/oder Beziehungsprobleme, beeinflussen die psychischen Symptome?
- Können kognitive Einschätzung und Bewertung der Pandemie-Situation und sozialer Support in diesem Zusammenhang eine schützende Rolle spielen, wie es in früheren Studien zu Stress in der Schwangerschaft gesehen wurde?

Schwangere Frauen in Ontario (Kanada) nahmen an der Studie teil. Depression, Ängste und Schlafprobleme wurden mit standardisierten Fragebögen erfasst. COVID-bezogene Erfahrungen, vor allem finanzielle Schwierigkeiten, Beziehungskonflikte und soziale Isolation, wurden mit Blick auf die psychische Gesundheit erfragt. Zudem wurde ermittelt, wie der soziale Support durch nahestehende Menschen, Familienmitglieder und Freunde wahrgenommen wurde (*Multidimensional Scale of Perceived Social Support*, MSPSS) und wie die Teilnehmerinnen die Pandemie in ihrem Einfluss auf sie einschätzten (kognitive Einschätzung) – ob also positive (z. B. mehr Zeit zuhause) oder negative Effekte (z. B. Jobverlust und finanzielle Sorgen) in der persönlichen Situation überwogen.

303 schwangere Frauen in Kanada

303 Frauen nahmen an der Untersuchung teil. 57 % der Teilnehmerinnen berichteten klinisch erhöhte depressive Symptome, über 30 % berichteten von vermehrten Sorgen und 19 % gaben an, schlecht schlafen zu können. Besonders häufig sorgten sich die Frauen um die Gesundheit des Kindes (43,3 % vs. 15,5 % vor der Pandemie), ob der Partner bei der Geburt anwesend sein könnte (41,8 % vs. 4,5 % vor der Pandemie) und über den Geburtsvorgang selbst (39,6 % vs. 20,8 % vor der Pandemie).

Aktuelle Situation bringt neue Sorgen mit sich

Depression ($t = 25,14$, $p < 0,0001$) und Ängste ($t = 17,21$, $p < 0,0001$) waren prävalenter als bei Schwangeren vor der Pandemie. Besonders spielten soziale Isolation, finanzielle Schwierigkeiten, Beziehungsprobleme und die Sorge, infiziert zu werden, eine Rolle bei den psychischen Symptomen. Soziale Unterstützung ($p < 0,01$) war mit geringeren psychischen Gesundheitsproblemen assoziiert, eine stärker negative Bewertung der Pandemiesituation dagegen mit mehr Problemen ($p < 0,01$). Zudem zeigte sich eine Interaktion von sozialem Support und kognitiver Einschätzung: Größere Unterstützung schützte, besonders die Frauen, die stärker nachteilig in der Pandemie betroffen waren.

Depression und Ängste prävalenter in der Pandemie, sozialer Support kann allerdings schützen

Die Studienergebnisse unterstreichen, dass Schwangere in der aktuellen Situation stärker unterstützt werden sollten, um psychischen Gesundheitsproblemen vorzubeugen. Neben der Stabilisierung der finanziellen Situation für die Familie spielt hierbei auch die kognitive Einordnung der Pandemie und besonders auch das soziale Netz eine Rolle, mit dem Stress und Sorgen in der Pandemie besser umschifft werden können.

[DOI: 10.1016/j.jad.2021.01.027]

Referenzen:

Khoury, Jennifer E., Leslie Atkinson, Teresa Bennett, Susan M. Jack, and Andrea Gonzalez. "COVID-19 and Mental Health during Pregnancy: The Importance of Cognitive Appraisal and Social Support." *Journal of Affective Disorders* 282 (March 2021): 1161-69. <https://doi.org/10.1016/j.jad.2021.01.027>.