

POSTTRAUMATISCHE STRESSSKALA

PTSS-10 (dt. Version: Maercker, 1999)



KRANKENHAUS
ST. ELISABETH &
ST. BARBARA

Patientenaufkleber
(klein)

Liebe Patientin,

die Wehen und die Geburt stellen eine besondere Herausforderung dar, die für einige Frauen zu einem belastenden Ereignis werden. Nachfolgend können dadurch psychische Symptome auftreten. Hier finden Sie eine Liste von Anzeichen, die bei Personen nach einem schwer belastenden Erlebnis beobachtet werden können. Bitte lesen Sie sich die Fragen sorgfältig durch und geben Sie jeweils an, wie sehr Sie **seit der Geburt** durch diese Beschwerden beeinträchtigt wurden.

	Überhaupt nicht	Selten	Manchmal	Oft
Schlafstörungen				
Alpträume über die Ereignisse				
Gedrückte Stimmung				
Schreckhaftigkeit, d.h. ich erschrecke leicht, wenn ich plötzlich Geräusche höre oder plötzliche Bewegungen wahrnehme				
Das Bedürfnis, mich von anderen zurückzuziehen				
Gereiztheit (werde schnell gereizt oder ärger mich)				
Stimmungsschwankungen				
Schlechtes Gewissen, mache mir Selbstvorwürfe, habe Schuldgefühle				
Angst, wenn ich dem Ort nahe komme, an dem meine Erlebnisse stattfanden oder mich etwas daran erinnert				
Körperliche Anspannung (Muskelverspannungen)				

Quelle: dt. Version: Maercker, 1999

Falls uns in der Auswertung eine erhöhte psychische Belastung auffallen sollte, wird das Team der Psychosomatischen Medizin Kontakt zu Ihnen aufnehmen, um Ihnen bei Bedarf mögliche Unterstützungsangebote aufzuzeigen.

Sollten Ihnen in den nächsten Tagen vermehrt oben genannte Symptome auffallen, können Sie den Fragebogen noch einmal auf unserer Website wiederholen oder sich gerne direkt bei uns melden.

Beste Grüße,

Ihr Team des Zentrums für Psychosomatische und Psychische Gesundheit