

Podcasttip: Zwarte muisjes

Rosalin van Schie

Hoezo roze of blauwe muisjes? Een op de 10 vrouwen krijgt langdurige psychische problemen rond de zwangerschap, zoals een post-partumdepressie, angststoornis, psychose of posttraumatische stressstoornis. Hoe doorsta je zo'n probleem, hoe kunnen naasten en professionals het herkennen en wat kan er aan gedaan worden? In deze taboedoorbrekende podcastserie over psychische problemen rond de zwangerschap komen ervaringsdeskundigen en professionals aan het woord.

De podcast Zwarte muisjes toont op een indringende wijze hoe het is om tijdens de zwangerschap en/of post partum een donkere periode vol psychische klachten door te maken. Een tijd die juist alom wordt gezien als de mooiste van je leven. Daardoor ligt de drempel om er openlijk over te spreken voor zwangeren en hun partners heel hoog. De gevolgen voor moeder, vader en kind zijn groot. In deze podcast vertellen ervaringsdeskundigen hoe zij door hun psychische problemen niet meer in staat waren om voor hun kind te zorgen of in het ergste geval hun kind nauwelijks zagen door een opname op een gesloten afdeling. Om deze ernstige gevolgen te voorkomen zijn vroege herkenning, een proactieve bespreking en begeleiding door naasten en professionals essentieel. Psychiater Mijke Lambregste-van den Berg (Erasmus MC) en gynaecoloog Marieke Paarlberg (Gelre ziekenhuizen) geven hierover heldere inzichten en adviezen.

De serie is gemaakt in opdracht van het ministerie van VWS als onderdeel van de campagne 'Hey, het is oké', met als doel psychische klachten bespreekbaarder te maken. De research werd verricht door journalist Denise Hilhorst en de interviews zijn afgenomen door journalist Maarten Dallinga. ■



| | |
|-----------------|--|
| Naam | Zwarte muisjes |
| Makers | Denise Hilhorst en Maarten Dallinga in opdracht van het ministerie van VWS |
| Doel | Psychische klachten rond de zwangerschap bespreekbaarder maken |
| Platform | Podcastplatforms als Apple podcasts en Spotify |
| Prijs | Gratis |
| Oordeel | ●●●● |