


www.stillen-institut.com

**PERINATALES MANAGEMENT
BEI DEPRESSION
AUS SICHT DER IBCLC
STILL- UND LAKTATIONSBERATER:IN**

NEST Impulsabend
22. November 2022

Tausend Gesichter der Depression

„Keine einzige Depression ist genau wie die andere.
Die Depression ist ein Syndrom,
d.h. ein Krankheitsbild, das sich aus dem Zusammentreffen
verschiedener charakteristischer Symptome ergibt.“



09.01.2023 <https://www.purbbos.com/Purbbosraus/Alghorischer-windhund/> <https://www.purbbos.com/Purbbosraus/Alghorischer-windhund/> <https://www.purbbos.com/Purbbosraus/Alghorischer-windhund/>
© Natalie Groiss

Vorstellung Natalie Groiss



- Diplomierte Gesundheits- und Krankenpflegerin
Kinder- und Jugendlichenpflege
Anästhesie- und Intensivpflege
- IBCLC seit 2015
- 2008 bis 2018 Kinderintensivstation in der Klinik Donaustadt
- seit 2018 selbstständig als IBCLC in Wien tätig
- seit 2018 erste Arbeiten für das EISL
- seit Mai 2021 beim EISL angestellt
- Privat: verheiratet, 2 Kinder (geboren 2013 und 2016)

09.01.2023 <https://www.purbbos.com/Purbbosraus/Alghorischer-windhund/>
© Natalie Groiss

Becoming a Mother

—

**This is a wonderful phase in a family's life.
At the same time, it can be frustrating.**

Wenig bis keine Erfahrungswerte
Unrealistische Erwartungshaltung



09.01.2023 <https://www.purbbos.com/Purbbosraus/Alghorischer-windhund/>
Bildquelle: <https://www.purbbos.com/Purbbosraus/Alghorischer-windhund/>
© Natalie Groiss


www.stillen-institut.com

Disclosure

Es besteht kein Interessenskonflikt im Zusammenhang mit den präsentierten Themen. Ich stehe weder in finanzieller Abhängigkeit noch erhalte ich Bezüge oder Vergünstigungen von einschlägigen Unternehmen, durch welche sich ein Interessenskonflikt ableiten lassen könnte. Ich beziehe meine Einkünfte ausschließlich aus der Arbeit für das Europäische Institut für Stillen- und Laktation (EISL) sowie aus selbstständigen Beratungstätigkeit bzw. der Arbeit aus Vortragstätigkeiten.

Alle Bilder und Videos stammen, sofern nicht anders angegeben aus eigener Quelle.

09.01.2023 <https://www.purbbos.com/Purbbosraus/Alghorischer-windhund/>
© Natalie Groiss

Geburt als Wendepunkt im Leben einer Familie

- Intensität und Bandbreite der Gefühle übertreffen alle Erwartungen (Wambach/Spencer 2021)
- Ständige Präsenz – 24h-Mutter/Vater sein
- Schlafdefizit
- Reduzierte Rückzugsmöglichkeiten
- Veränderte Beziehung zur/zum Partner:in, Eltern, Freunden
- Auch Väter können nach der Geburt in eine postpartale Krise geraten

09.01.2023 <https://www.purbbos.com/Purbbosraus/Alghorischer-windhund/>
© Natalie Groiss

Stress

- Stress kann einen Rückfall früherer psych. Erkrankungen auslösen
- Stress ist ein individuelles Empfinden, jede Äußerung ist ernst zu nehmen



09.01.2023 © Natalie Groiss 7

Psychoneuroimmunologie

Seit etwa 20 Jahren konzentrieren sich einige Untersuchungen auf den Zusammenhang zwischen Depressionen und Entzündungen und somit auf eine mögliche Interaktion zwischen dem ZNS und dem IS während einer Depression.

Smith stellte 1991 die Monozyten-T-Lymphozyten-Hypothese auf und war damit der erste, der eine Dysregulation des Immunsystems mit depressiven Symptomen in Verbindung brachte (Smith, 1991).

Die durch Maes weiterentwickelte Theorie wurde als Zytokin-Hypothese der Depression bekannt (Schiepers et al., 2005). Sie besagt, dass entzündliche Botenstoffe, proinflammatorische Zytokine (PICs), des peripheren IS depressive Symptome hervorrufen können und Depression daher das Resultat einer Entzündung sein kann.

aus „Die Zytokin-Hypothese der Depression. Eine Untersuchung des Interleukin 6“ von Holfer Jessica

09.01.2023 © Natalie Groiss 10

Der Körper im Dauerstress- Wenn Adrenalin und Cortisol permanent im Einsatz sind

Dies hat Auswirkungen auf

- Den Stoffwechsel
- Das Herz-Kreislaufsystem
- Das Immunsystem
- Das Verdauungssystem
- Das Hormonsystem
- Die Hirnfunktion
- Den Schlaf
- Die Emotionen



09.01.2023 © Natalie Groiss 8

Psychoneuroimmunologie: welche Rolle spielen Entzündungsfaktoren?

- Sympathikus wird aktiviert (z.B.: durch Trauma, Schmerz, Schlafstörung)
- Die Hypothalamus-Hypophysen Achse reagiert und schüttet CRH (=corticotrophin releasing hormone) aus
- Es kommt zur Ausschüttung von Katecholaminen (Adrenalin, Noradrenalin und Dopamin)
- Die Hypophyse schüttet ACTH (=Adrenocorticotrophin-Hormon) aus – aktiviert Nebennierenrinde – stellt Energie bereit
- Nebenniere schüttet Cortisol aus
- Das Immunsystem reagiert mit der Ausschüttung von Zytokinen → es kommt zu einer systemischen Entzündung (kann im Plasma gemessen werden)
- Bei depressiven Menschen sind die Entzündungsreaktionen, vor allem mit proinflammatorischen Zytokinen hoch z.B.: CRP, IL-1, IL-6, TNFα

09.01.2023 © Natalie Groiss 11

Psychoneuroimmunologie

Was ist das überhaupt?

Die Wechselwirkungen des neuronalen, endokrinen und Immunsystems werden unter dem Begriff Psychoneuroimmunologie untersucht (Cohen und Krinney, 2001).

Prozesse im ZNS, ausgelöst durch psychische Faktoren und oft vermittelt über das endokrine System (Birbaumer und Schmidt, 2002), haben durch Interaktion mit dem Immunsystem einen Einfluss auf die Vulnerabilität für somatische Erkrankungen.

Gleichzeitig beeinflusst das IS aber auch das ZNS und kann so die Vulnerabilität für psychische Erkrankungen erhöhen. (Rupprecht und Müller, 2008).



aus „Die Zytokin-Hypothese der Depression. Eine Untersuchung des Interleukin 6“ von Holfer Jessica

09.01.2023 © Natalie Groiss 9

Folgen für das Kind

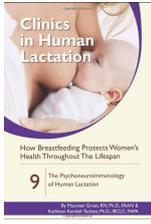
- Hoher Stresspegel der Mutter führt zu einer vermehrten Cortisolausschüttung → beeinträchtigt die ZNS Entwicklung
- Niedriges Geburtsgewicht (durch häufigen Alkohol und Nikotinkonsum)
- Risiko für eine Frühgeburt
- Störungen in der emotionalen und kognitiven Entwicklung
- Erhöhte Regulationsstörungen:
 - Schlafstörungen
 - Essstörungen
 - Schreibaby

09.01.2023 © Natalie Groiss 12

Proinflammatorische Zytokine steigen im 3. Trimester stark an
zur gleichen Zeit sind Frauen anfälliger für Depressionen (Kendall-Tackett, 2007)

Stillen reguliert die Stressantwort und senkt ACTH, Cortisol und Entzündungswerte

Maureen Groer, Kathleen Kendall-Tackett, How Breastfeeding Protects Woman's Health throughout the Lifespan: the Psychoneuroimmunology of Human Lactation, 2011



09.01.2023 © Natalie Groiss 13

Vor der Geburt

- Besondere Aufmerksamkeit dem Kind hinsichtlich Wachstumsretardierung, Placentafunktion, US-Feindiagnostik in der 18.-20. SSW
- Auswahl einer geeigneten Klinik
idealerweise: **Geburtshilfe, Psychiatrie und Neonatologie**
- bei SSRI's jedes 3. NG respiratorische, zentralnervöse und gastrointestinale Anpassungsstörungen
- **PLANUNG GIBT SICHERHEIT:** 6 bis 8 Wochen vor dem EGT Gespräch, bei dem ein **Geburtsplan** erstellt wird.

09.01.2023 © Natalie Groiss 16

Psychische Erkrankung und Schwangerschaft

Depressionen, Angsterkrankungen, Zwangserkrankungen, Psychosen **treten typischerweise im jungen bis mittleren Erwachsenenalter auf**

→daher sind bereits viel Frauen erkrankt, wenn sie sich mit Familienplanung beschäftigen.

→Kinderwunsch unterscheidet sich nicht von psychisch Gesunden

→Aber vermehrte Sorge,
...dass Kind könnte Einfluss auf den Krankheitsverlauf nehmen
...dass die Medikation schlecht für das Kind sind.

09.01.2023 © Natalie Groiss 14

Geburtsplan (Rohde, Dorsch, Schaefer, 2016:54)

1. Allgemeine Informationen (Name, Geburtsdatum, Versicherung,...)
2. Infos zur psychischen Vorerkrankung (seit wann, Medikation,...)
3. Verlauf der Schwangerschaft aus psychiatrischer Sicht (z.B.: wurde die Patientin unter Medikamenteneinnahme schwanger?)
4. Art der geplanten Entbindung (vaginal/per Sectio)
5. Bedarfsmedikation bei der Entbindung (v.a. bei Angstpatientinnen wichtig!)
6. Überlegungen zum Stillen
7. Medikation präpartal reduzieren/postpartal erhöhen?
8. Frühwarnsymptome
9. Reizabschirmung (Einzelzimmer)
10. Unterstützung bei der Anpassung nach der Entbindung (längerer stationärer Aufenthalt)
11. Gewährleistung von ausreichendem Schlaf, ggf. Bedarfsmedikation
12. Interdisziplinäre Betreuung

09.01.2023 © Natalie Groiss 17

Welche Fragen stellen sich Eltern ? (Rhode, Dorsch, Schaefer, 2015:18)

- Werden wir der Versorgung/Erziehung unseres Kindes gewachsen sein?
- Was tun wir bei einer erneuten Krankheitsepisode?
- Was, wenn ein stationärer Aufenthalt nötig ist?
- Wie hoch ist das Risiko die Erkrankung zu vererben?
- Welche Hilfsangebote können wir in Anspruch nehmen?



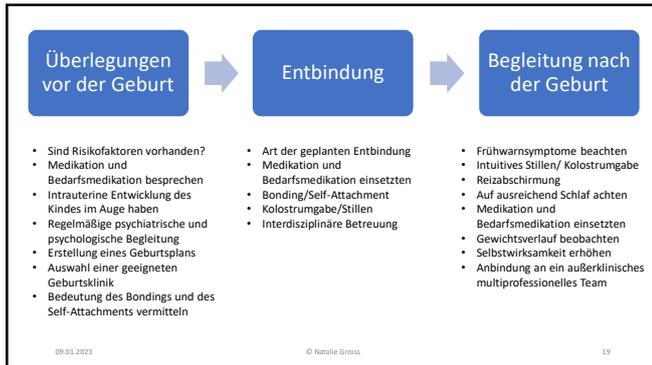
09.01.2023 Bildquelle: www.iStockphoto.com / g-stockstudio © Natalie Groiss 15

Nach der Geburt

- Mutter und Kind sollen zusammen bleiben
- Reizabschirmung
- Bonding/Self-Attachment/Intuitives Stillen
- Gesicherte Entlastung (Partner, Familie,...)
- Ausreichender, gesicherter Nachtschlaf
- Familienhebamme
- Psychiatrische Betreuung
- Anbindung an ein Eltern-Kind-Zentrum oder Mutterberatungsstelle
<https://www.wien.gv.at/menschen/kind-familie/servicestellen/elternberatungsstellen.html>



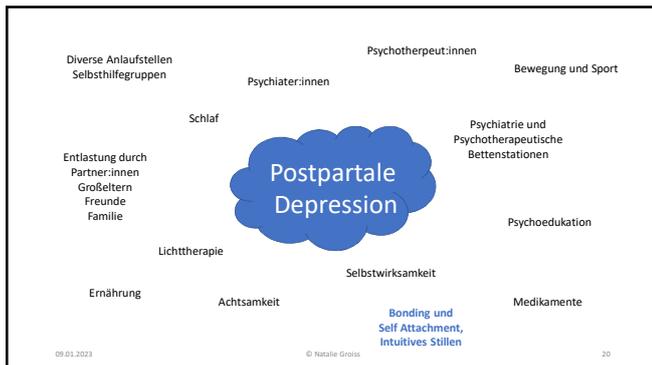
09.01.2023 © Natalie Groiss 18



Bindung

- Übertriebene Ängste das Baby betreffend
- Negative Bemerkungen über das Baby
- Das Baby beschuldigen, es tue etwas absichtlich
- Mangelndes Interesse am Baby
- Schwierigkeiten, feinfühlig auf die Bedürfnisse des Kindes einzugehen (beruhigen, trösten)

Quelle: Wiener Programm für Frauengesundheit – MA15
Bild: Canva.com



Babys/Kinder gut beobachten

Bereits im Alter von 3 bis 6 Monaten zeigen Kinder Anzeichen einer typischen mütterlichen Depression. (Herrmann S. 2014:47)

- Vermehrtes Weinen
- Lässt sich nur schwer beruhigen oder trösten
- Probleme bei der Schlaf- Wach- Regulation
- Ess- und Gedeihstörungen
- Wegdrehen des Kopfes
- Vermeidung von Blickkontakt

Bild: Canva.com

Bindung

29% der depressiven Mütter haben eine Bindungsstörung unterschiedlichen Grades

- Weniger Mimik
- Weniger positive Emotionen, kaum lächeln
- Weniger Sprechen und Fehlen der melodischen Intonation
- weniger Blickkontakt
- Weniger Körperkontakt und liebevolle Berührungen

Deshalb kommt dem Bonding und dem Self-Attachment bzw. dem Intuitiven Stillen als Fortführung dessen eine besondere Rolle zu!

Babys/Kinder gut beobachten

- Geringes Interesse an der Mutter
- Geringeres Ausmaß an Versuchen mit der Mutter in Kontakt zu kommen
- Geringes Ausmaß an positiven Affekten
- Geringere Aktivität

Bild: Canva.com

Stillen als Prävention

Zeichen für eine gute Bindung (nach Mary Ainsworth 1977)
 → Mutter nimmt Signale des Babys wahr
 interpretiert sie richtig und beantwortet sie prompt und adäquat

- Stillen hilft den Schlaf zu regulieren
 - Stillen verbessert die Selbstwirksamkeit
 - Stillen verbessert die Interaktion mit dem Kind
- Liu 2017 und Slomian et al. 2019

Stillen verbessert die Interaktion mit dem Kind **2 Jahre später**
 Chong et al. 2016, Hahn-Holbrook et al. 2013

09.01.2023

© Natalie Groiss

25

SSRI's reduzieren die Milchmenge und führen zu einer verspäteten Laktogenese II

Unterdrückung der Laktation und Beschleunigung der Involution in der Rindermilchdrüse durch einen selektiven Serotonin-Wiederaufnahmehemmer

Hernández et al., J Endocrinol. 2011 Apr;209(1):45-54. doi: 10.1530/JOE-10-0452. Epub 9. Februar 2011
<https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/21307120/>

Der Transport und Metabolismus von Serotonin in der Brustdrüse moduliert die sekretorische Aktivierung und Involution.

Marshall et al; J Clin Endocrinol Metab. 2010 Feb;95(2):837-46. doi: 10.1210/jc.2009-1575. Epub 4. Dez. 2009.
<https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC2840848/>

09.01.2023

© Natalie Groiss

28



Medikamente – Folgen für das Kind

Bei Termingeborenen – meist selbstlimitierend
 Bei Preterm Kinder ist eine genaue Überwachung erforderlich

- Geringerer APGAR Score
- Hypoglykämie
- Schwacher oder gesteigerter Muskeltonus
- Atemschwierigkeiten, Zyanose, Apnoe
- Temperaturinstabilität
- Unruhe, Reizbarkeit, gesteigerte Reflexe
- Krämpfe
- Erbrechen

09.01.2023

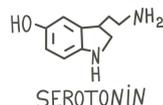
© Natalie Groiss

29

Medikamente

• SSRI's (Selective Serotonin Reuptake Inhibitors) sind Mittel der Wahl

- **2x höheres Risiko für verspätete Laktogenese II**



09.01.2023

© Natalie Groiss

27

Stillen als therapeutische Intervention

Besonders bei der Einnahme von Antidepressiva in der Schwangerschaft ist voll- oder zumindest teilstillen besonders wichtig.

→ **Verbessert die Anpassung nach der Geburt und mildert die Symptome**

Kieviet et al. 2015
<https://onlinelibrary.wiley.com/doi/full/10.1111/apa.12921>

09.01.2023

© Natalie Groiss

30

Überlegungen zum Schlaf und Stillen

- Individuelle Bedürfnisse sollen berücksichtigt werden
- Nicht-Stillen führt vor allem bei Depressionen zu einer Verschlechterung.

Kendall-Tackett et al. 2011
n=6410 Mütter, diejenigen, die stillten hatten signifikant

- **mehr Schlaf**
 - **Bessere physische Gesundheit**
 - **Mehr Energie**
 - **Weniger depressive Symptome**
- als Mütter, die teilstillten oder ausschließlich mit Formula ernährten.

09.01.2023

© Natalie Groiss

31

Hilfestellungen der Stillberatung für die Mutter

Kontakt halten - Gespräche mit empathischen und unterstützenden Menschen –zuhören

- Kontakt erweist sich oft als mühsam
- Gefühl, dass es nicht geschätzt wird
- Oftmals muss man selbst stets die Initiative ergreifen

→ Es ist keine Frage des Nichtwollens, sondern des Nichtkönnens!

Bewusst machen, dass es eine Erkrankung ist und nicht die Person selbst.

vgl. Buijssen, Huub: Depression Helfen und sich nicht verlieren 2020: 55

09.01.2023

© Natalie Groiss

34

The Effect of Feeding Method on Sleep Duration, Maternal Well-being, and Postpartum Depression

K.Kendall-Tackett, Z.Cong, T.W.Hale, 2011, <https://connect.springerpub.com/content/sgrcl/2/2/22.full.pdf>

Schlafmangel kann zur Depression führen, umgekehrt führt Depression zu schlechtem Schlaf.

Studien zeigen, dass Mütter, die ausschließliche Stillen

- **schneller Einschlafen**
 - **mehr Energie haben**
 - **bessere, körperliche Gesundheit haben**
 - **insgesamt länger schlafen**
 - **eine bessere Schlafqualität haben (mehr als doppelt solange Tiefschlafphasen)**
- als Frauen die teilstillten oder ihr Kind mit Formular ernährten.

09.01.2023

© Natalie Groiss

32

Kommunikation

- Ehrliche Wertschätzung
- Einführendes Verstehen
- Verständnisvolles Wahrnehmen
- Klare Sprache
- Kompetente Unterstützung
- Einladen – ermutigen – inspirieren
- Abholen – Information – Perspektive

09.01.2023

© Natalie Groiss

35

Depression, Sleep Quality, and Maternal Well-Being in Postpartum Women with a History of Sexual Assault: A Comparison of Breastfeeding, Mixed-Feeding, and Formula-Feeding Mothers

Kathleen Kendall-Tackett, Zhen Cong and Thomas W. Hale, 2013

<https://citeseerx.ist.psu.edu/viewdoc/download?doi=10.1.1.702.4370&rep=rep1&type=pdf>

Der positive Effekt ausschließlichen Stillens lässt sich sogar bei Frauen nach sexuellen Übergriffen nachweisen. Studie mit 6410 Frauen, davon **994 vergewaltigt oder sexuell angegriffen**.

Die Frauen, die ausschließlich stillten hatten

- **weniger depressive Symptome**
 - **weniger Angststörungen**
 - **weniger Wut**
 - **weniger Irritabilität**
 - **geringere Zeit zum Einschlafen**
 - **mehr totale Schlafzeit**
- als Frauen, die teilstillten oder ihre Säuglinge ausschließlich mit Formula ernährten.

09.01.2023

© Natalie Groiss

33

Hilfestellungen für die Mutter



Das Offensichtliche ansprechen.

Ermutigen, sich professionelle Hilfe zu holen bzw. sich einer umfassenden Diagnostik zu unterziehen.

09.01.2023

© Natalie Groiss

36



**Vorhandene (oft verborgene)
Ressourcen und Stärken entdecken und aktivieren**

- Autonomie und Selbstbestimmung wird gefördert
- Grundlage, um die Gestaltung des eignen Lebens wieder selbst in die Hand zu nehmen

09.01.2023

© Natalie Groiss

37

Positive Erlebnisse

- Positive Erfahrungen schaffen
- Gelingen oder nicht gelingen, Erfolg oder Misserfolg prägen die eigene Identität, das Bild, das ich von mir als Mutter habe

Stabiles Beziehungs-/Begleitangebot

- Kontinuität in der Betreuung
- Einheitlichkeit im Team

09.01.2023

© Natalie Groiss

40

Handlungskompetenz

- Mütter befähigen, selbst handeln zu können
- Anleiten, statt selber tun
- Beschreibende Worte finden
- Hands off

09.01.2023

© Natalie Groiss

38

Zusammenfassung Überlegungen zum Stillen

- Bei Vorerkrankung - Beratung schon in der Schwangerschaft
- Erstellen eines Geburtsplans
- evt. Umstellung der Medikamente mit Psychiater:in besprechen
- Art der Entbindung besprechen
- Bonding und Self Attachment als wichtiger Startschuss
- Intuitives Stillen als Fortsetzung
- Pausen einplanen
- Kürzere, dafür aber häufigere Trinkepisoden
- Eventuell Begrenzung beim Stillen durch Pucken

Quelle: Walker M; 2023:566-571

09.01.2023

© Natalie Groiss

41

Reduzierung der Komplexität

- Überangebot führt zur Verzweigung
- Selbstoptimierung
- Jede Entscheidung kostet enorm viel Kraft
- Ziele setzen
- Wenige klare Angebote machen
- Überforderung reduzieren
- Verantwortung reduzieren/zurechtrücken

09.01.2023

© Natalie Groiss

39

Zusammenfassung Überlegungen zum Stillen

- Ist die Milchproduktion ausreichend?
- Ist die Gewichtszunahme des Kindes adäquat?
- Bunt Stillen - Abpumpen und Flasche (Miteinbeziehen von weiteren Bezugspersonen)
- Auf ausreichenden Nachtschlaf achten (Rooming in vs. Rooming out, Medikamente zum Schlafen)

Quelle: Walker M; 2023:566-571

09.01.2023

© Natalie Groiss

42

Die Rolle der IBCLC Still- und Laktationsberaterin

Bewusst sein, dass Depression eine Krankheit ist,
die Genesung braucht Therapie, Zeit und Geduld!

Verfügbar bleiben und nicht erwarten,
dass die Unterstützung und Hilfe schnelle Wirkung zeigen.

09.01.2023

© Natalie Groiss

43

Die Rolle der IBCLC Still- und Laktationsberaterin

Eltern vermitteln,

- dass ihre Reaktionen total normal sind.
- dass man als Elternteil nie ganz perfekt sein kann.
- dass nicht alle Probleme mit dem Stillen zu tun haben.
- dass Abstillen nicht alle Probleme lösen kann.
- dass auch Eltern, die ihr Kind mit der Flasche ernähren vor den gleichen Herausforderungen stehen.

Lauwers J, Swisher A; Counseling the Nursing Mother, 7th ed., 2021:485

09.01.2023

© Natalie Groiss

46

Tipps, um selbst durchzuhalten

Setzen Sie sich zuerst Ihre eigene Sauerstoffmaske auf!



09.01.2023

Bild: Canva.com

© Natalie Groiss

44

You are not alone!



Bild: Canva.com

09.01.2023

© Natalie Groiss

47

Tipps, um selbst durchzuhalten

- Akzeptieren der eigenen Gefühle
- Nicht mit Verständnis rechnen
- Auf Probleme konzentrieren, die veränderbar sind
- auf Spannungssignale achten und ernst nehmen
- Jeden Tag Zeit für sich selbst Zeit nehmen, um etwas Angenehmes zu tun
- Mit Kolleg:innen austauschen und sich ein gutes Netzwerk schaffen

09.01.2023

© Natalie Groiss

45



"Alone we can do so little, together we can do so much." –
Helen Keller

Bild: Canva.com

09.01.2023

© Natalie Groiss

48

Literatur

- Brogan, K; **Die Wahrheit über weibliche Depression**, 2018
- Broil, A; **Der müde Vogel kann mich mal**, 2021
- Bujjain, V; **Depression Helfen und sich nicht verlieren**, 2020
- Dix C; **Eigentlich sollte ich glücklich sein**, 1985
- Frieze K, Mörike K, Neumann G, Paulus W; **Arzneimittel in der Schwangerschaft und Stillzeit**, 2021
- Finzen A, Scherk H, Weinmann S; **Medikamentenbehandlung bei psychischen Störungen**, 2017
- Hermann, S; **Postpartale Depression Wege zu einer sicheren Mutter-Kind-Bindung**, 2014
- Hetzel Campbell S, Lauwers J, Mannel R, Spencer B; **Core Curriculum for Interdisciplinary Lactation Care**, 2019
- Lauwers J, Swisher A; **Counseling the Nursing Mother**, 7th ed., 2021
- Müller M, Berger M; **Psychische Erkrankungen – und die Auswirkungen einer Pandemie**, 2021
- Rohde A; **Postnatale Depressionen und andere psychische Probleme**, 2018
- Rohde A, Dorsch V, Schaefer C; **Psychisch krank und schwanger – geht das?**, 2015
- Rohde A, Dorsch V, Schaefer C; **Psychopharmakotherapie in Schwangerschaft und Stillzeit**, 2016
- Schaefer C, Spielmann H, Vetter K, Weber-Schöndorfer; **Arzneimittel in Schwangerschaft und Stillzeit**, 2012
- Schweiger U, Sipos V; **Depressionen verstehen- mit Depressionen leben**, 2020
- Teismann T, Forkmann T, Giesmer H; **Suizidales Erleben und Verhalten**, 2021
- Walker M; **Breastfeeding Management for the Clinician**, 5th ed. 20P23

09.01.2023

© Natalie Groiss

49