

VOLLER VERTRAUEN INS LEBEN GLEITEN

Soll die Kaiserschnitttrate auf ein gesundes Maß sinken, müssen wir wieder erkennen, was für die natürliche Geburt notwendig ist. Von der außerklinischen Geburtshilfe können wir hierbei viel lernen.

Noch gebären zwei Prozent der Schwangeren in Deutschland und der Schweiz ihr Baby „außerklinisch“ (Hausgeburten, Geburten im Geburtshaus, Praxisgeburten). Der Qualitätsbericht der außerklinischen Geburtshilfe in Deutschland belegt, daß bei dieser Geburtsform nur selten interveniert werden muß und die Gesundheit der betreuten Frauen und Kinder trotzdem sehr gut ist. Es ist also nach objektiven Kriterien nicht erklärbar, weshalb so viele Gynäkologen den Frauen Angst vor einer außerklinischen Geburt machen. Vielmehr wird hier von sogenannten Fachleuten ein vernichtendes Vorurteil geschürt, die selbst noch nie eine Hausgeburt erlebt haben und sich somit gar kein Urteil erlauben können. Mir ist der Fall eines Oberarztes bekannt, der sich vehement gegen Hausgeburten aussprach, bis er sich in eine Hebamme verliebte, die ihr erstes gemeinsames Kind zu Hause gebären wollte. Aus Liebe zu seiner Frau willigte er ein und erlebte nach jahrelanger Gynäkologentätigkeit zum ersten Mal eine Hausgeburt.

Diese Erfahrung berührte den Arzt tief und hat ihn eines Besseren belehrt. Heute zollt er der Arbeit freischaffender Hebammen großen Respekt und empfiehlt Schwangeren mit unauffälliger Schwangerschaft eine Hausgeburt.

In der Hausgeburtshilfe kennen wir die Gebärende im Gegensatz zu vielen Krankenhausgeburten gut und betreuen sie intensiv eins zu eins, ohne unnötig zu intervenieren. So können wir herannahende Komplikationen rechtzeitig erkennen. Treten Komplikationen auf, ist nicht der rechtzeitige Abbruch einer Hausgeburt das Problem, sondern, daß wir die Frauen in ein Krankenhaus verlegen müssen, wo den Frauen und uns Hebammen häufig eine feindliche und stark vorwurfsvolle Haltung entgegenbrandet.

Ungestörte Intimität

Dabei würden von einer kollegialen Zusammenarbeit zwischen Hausgeburtshilfende und Krankenhaus alle Beteiligten profitieren. In Holland funktioniert das bestens. Dort gebären ungefähr 30 Prozent aller Frauen zu Hause. Ich habe selbst einige Jahre in den Niederlanden gelebt und viel von den holländischen Hebammen und Geburtshelfern gelernt. Für sie ist eine Hausgeburt etwas völlig Normales. Ich konnte nie nachvollziehen, warum auf der holländischen Seite der Grenze eine Hausgeburt völlig normal ist, während sie fünf Kilometer weiter auf der deutschen Seite als sehr gefährlich gilt.

Die außerklinische Geburt kommt den wahren biologischen und emotionalen Grundbe-

dürfnissen einer Gebärenden optimal entgegen. Die Kunst, natürlich zu gebären, fußt nämlich nicht auf einer Technik, einer Atemmethode oder dem besonderen Können des Geburtshelfers, sondern auf dem Vermögen der Gebärenden, sich selbst in einen Zustand zu versetzen, in dem sie nicht ganz von dieser Welt zu sein scheint. Sie zieht sich zum Gebären vertrauensvoll aus der äußeren Welt – aus der linken, rationalen Gehirnhälfte – zurück, und öffnet sich den Fähigkeiten und der Führung ihrer intuitiven Seite, die in der rechten Gehirnhälfte verankert ist. Man könnte auch sagen, sie läßt den Kopf los und öffnet sich der Kraft ihres Herzens.

Die Geburt ist mit ihren biologischen Gesetzmäßigkeiten viel mehr ein emotionaler Liebesakt als eine rationelle Technik. Die Mutter kann dem Kind nicht rational sagen, daß es jetzt den Kopf beugen muß, um ins Becken einzutreten. Aber sie kann dem Baby die notwendige Sicherheit vermitteln, damit es instinktiv tut, was die Natur vorgesehen hat. Das geht nur über einen vertrauensvollen Kontakt zwischen Mutter und Kind während des Geburtsvorgangs.

Doch genau diese Intimität stört man mit der Dauerkontrolle in den Kliniken immer wieder massiv. So wird die hochsensible Teamarbeit von Mutter und Kind unterbrochen, und wir haben es viel zu oft mit unnötigen Geburtstillständen zu tun. Man braucht sich nur vorzustellen, wie sich ein Liebespaar fühlen würde, wenn während seiner Intimität regelmäßig jemand zum Blutdruckmessen vorbeischaute.

Je ungestörter sich die Gebärende in ihren intuitiven Gebärfähigkeiten verankert, desto freier können ihre Geburtshormone fließen, und um so größer ist ihre körpereigene Ausschüttung schmerzstillender Endorphine, welche gleichzeitig die Glücksgefühle der Mutter verstärken. Eine Frau, die es geschafft hat, ihrem Kind aus eigener Kraft das Leben zu schenken, geht gestärkt aus dieser Erfahrung hervor. Das wiederum ist eine bedeutende Voraussetzung für ihre große Aufgabe als Mutter.

Einige Geburtshelfer wie Prof. Alfred Rokkenschau, Michel Odent und Leboyer haben in jahrelanger Praxis erkannt, daß eine vertraute, liebevolle und mütterliche Begleitung die Gebärende optimal unterstützt. Für die Zukunft der natürlichen Geburt ist es deshalb von entscheidender Wichtigkeit, nach welchen Kriterien man Bewerberinnen für den Beruf der Hebammen und Geburtshelfer auswählt.

Je nach Kultur sind die Auswahlkriterien sehr unterschiedlich. In Deutschland und der Schweiz bevorzugt man junge Frauen mit intellektuellen Fähigkeiten und einem Reifezeugnis (Abitur/Matura). Dem entsprechend wird das Ausbildungsniveau momentan der theoretischen Medizin-Ausbildung von Ärzten angenehmer. Nicht so in einigen asiatischen Ländern.



Hebamme Kirsten Proppe heißt den neuen Erdenbürger willkommen (links). Kleiner Prinz: Da bin Mama, ich liebe dich (oben)!



Es gibt noch so viel zu lernen: Innige Momente zwischen Vater und Kind (oben). Pure Freude: Eine strahlende glückliche Familie (rechts).



Odent schreibt in seinem Buch *Die Wurzeln der Liebe*, daß in den traditionellen Gesellschaften Thailands und Indonesiens eine Frau, die Hebamme werden will, vor allem zwei Eigenschaften aufzuweisen hat: Sie muß selbst auf natürliche Weise geboren haben und mit dem Beten vertraut sein.

Meine Kollegin und ich könnten folglich auch dort als Hebammen arbeiten. Wir haben beide unsere Kinder natürlich zu Hause geboren und begleiten keine Geburt, ohne ins Gebet zu gehen. Die Gegenwart der Engel, welche den Geburtsvorgang liebevoll unterstützen, ist so stark spürbar. Wir wissen, daß die werdenden Eltern und ihr Kind umgeben sind von Engeln des Glaubens, der Beständigkeit, der Barmherzigkeit, der Hoffnung, der Geduld, der Gnade und der Demut. Als Hebammen sollten wir neben unserem Fachwissen und unserem Einfühlungsvermögen auch offen sein für die himmlische Unterstützung während der Geburt.

Die Verantwortung der Eltern

Für die natürliche Geburtshilfe wird es auch von entscheidender Bedeutung sein, nach welchen Kriterien werdende Eltern künftig ihre Hebamme und ihren Geburtshelfer und Geburtsort auswählen. Ein rosa angestrichener Gebärsaal mit Gebärbadewanne sagt noch lange nichts über die Qualität des dort arbeitenden Fachpersonals aus. Zudem weiß man in

fast allen Geburtsabteilungen nicht, welche Hebamme gerade Dienst hat, und wie viele andere Gebärende sie gleichzeitig noch betreuen muß. Bei jedem späteren Geburtstagsfest überlegen wir uns, wen wir einladen wollen, aber bei der Geburt ihrer Kinder überlassen es die meisten Eltern dem Zufall, wer sie während dieser wichtigen Zeit begleitet.

Frauen, die natürlich gebären wollen, sollten zu Beginn ihrer Schwangerschaft zuallererst eine erfahrene und vertrauenswürdige Hebamme aufsuchen, die sie während der gesamten Schwangerschaft und der Niederkunft selbständig begleiten kann. Dafür sind wir Hebammen nämlich ausgebildet. Bei auftauchenden Komplikationen ziehen wir einen Gynäkologen hinzu. Während der Schwangerschaft ist es nicht nur unsere Aufgabe, den physischen Verlauf der Schwangerschaft zu überwachen, sondern auch Vater, Mutter und Kind auf die gemeinsame Geburt vorzubereiten, indem wir den innigen Kontakt der Eltern zum Kind fördern und das Vertrauen in die natürlichen Fähigkeiten von Mutter und Kind stärken.

Wir Frauen können gebären, und je stärker wir wieder auf unsere Fähigkeiten vertrauen, statt die Verantwortung für die Geburt an der

Kreissaaltür abzugeben, desto größer ist die Chance, unsere Kinder natürlich zu gebären. Das ist auch für unsere Kinder wichtig, denn je natürlicher und liebevoller sie ins Leben geboren werden, um so liebevoller werden sie in ihrem Leben auftreten können.

Jahrelang habe ich in Krankenhäusern in schmerz- und angstverzerrte Gesichter von Neugeborenen gesehen, die herausgezogen, herausgedrückt oder herausoperiert worden waren. So eine Geburt schien für die meisten Geburtshelfer normal zu sein – und das verzweifelte Schreien der Neugeborenen soll ja angeblich gesund sein für die Lungenentfaltung. Hauptsache gesund, war die Devise. Die Eltern waren erleichtert, daß es endlich vorbei war und freuten sich über ihr Kind. Wenig später konnten die Mütter dann ihren Freundinnen von einer traumatischen Geburt erzählen, bei der am Schluß alles noch mal gut ging.

Oft kam ich zutiefst traurig vom Dienst nach Hause. Ich wußte, irgend etwas stimmt hier nicht. Ich konnte mir einfach nicht vorstellen, daß unser Vater-Mutter-Gott bestimmt haben sollte, daß diese wunderschönen hereinkommenden Kinder unter solchen Schmerzen und Ängsten geboren werden.

Ich sehnte mich nach einer erfahrenen, weisen, mütterlichen und liebevollen Kollegin an meiner Seite, die mit mir gemeinsam eine natürliche Geburtshilfe praktizieren würde. Mein Wunsch ging in Erfüllung und heute haben wir beide das große Privileg, immer wieder in die offenen Augen von Neugeborenen zu schauen, die im Frieden und im Vertrauen zur Welt kommen – aus der eigenen Kraft von Mutter und Kind und mit der liebevollen Unterstützung des Vaters und uns Hebammen. Wer einmal das Glück hatte, solche vertrauens- und liebevoll in die Welt schauenden Augen zu betrachten, und mitzuerleben, wie das Kleine gleich nach der Geburt zur Brust seiner Mutter robbt und ihren Blick sucht, der weiß, wovon ich spreche.

Es ist noch nicht lange her, da begleiteten wir eine Hausgeburt bei einer Erstgebärenden, die sehr langsam voran ging und uns alle auf die Geduldsprobe stellte. Der Vater schlief zum Glück ein, die Mutter gab nicht auf und blieb im engen Kontakt zu ihrem Kind. Wir Hebammen unterstützten sie, wo wir konnten und beteten aus tiefstem Herzen. Als das kleine Mädchen endlich das Licht der Welt erblickte, öffnete es sofort die Augen und schaute allen Anwesenden nacheinander tief in die Augen, als wollte es sich bei jedem von uns persönlich bedanken und uns begrüßen. Ihre Mutter schwärmt noch heute von dieser wunderbaren Hausgeburt. Und so wünschen wir uns für alle Familien, daß die Geburt der Kinder wieder zum Fest wird, bei dem wir unsere Kinder friedlich und liebevoll empfangen können.

Kirsten Proppe



Kirsten Proppe, Hebamme und Mutter, lebt mit ihrer Familie bei Brienz in der Schweiz. Dort führt sie zusammen mit einer Kollegin eine Hebammenpraxis und bietet eine umfassende Hebammenbetreuung rund um Schwangerschaft, Geburt und Wochenbett an. Ihre Aufgabe als Hebamme sieht sie darin, das Vertrauen in die Natur zu stärken und Frauen mit ihren Kindern und Partnern darin zu befähigen, sich in bewußter Zusammenarbeit auf den Geburtsprozeß einzulassen. Bei *The World Foundation for Natural Science* leitet sie das Projekt *Natürliche Geburt* und klärt seit Jahren in Vorträgen über die negativen Auswirkungen einer angstbesetzten Geburtsmedizin auf und setzt sich für die natürliche Geburt und eine gesunde Entwicklung der Kinder ein.

Die Autorin ist unter folgender E-mail-Adresse zu erreichen: natural-birth@naturalscience.org.