



Hebamme Susanna Diemling begleitet «ihre» Familien nach der Hausgeburt im Wochenbett. EMANUEL FREUDIGER

Der entspannte Rahmen hilft

Hausgeburt Sie ist natürlich und oft ebenso sicher wie eine Spitalgeburt

VON CLAUDIA WEISS

Entspannt wartet das junge Paar auf Hebamme Susanna Diemling: Die Wehen haben vor einigen Stunden eingesetzt, bald wird das erste Kind der beiden zur Welt kommen. Soeben lässt der junge Ehemann die Gebärmutter mit warmem Wasser volllaufen, die angehende Mutter liegt entspannt auf dem Sofa. «So sieht für mich eine mögliche Hausgeburt aus», freut sich Susanna Diemling, die in 30 Arbeitsjahren als selbstständige Hebamme 600 Hausgeburten erfolgreich durchgeführt hat.

Das Bad steht bereit, die junge Frau mit dem prallen Babybauch klettert hinein, ihr Mann und die Hebamme stützen sie. Keine Schichtwechsel, keine hektisch piepsenden Wehenschreiber, niemand, der drängt: Bis zum Schluss bleibt die gleiche, vertraute Hebamme dabei. Das ist für Susanna Diemling einer der grossen Vorteile einer Hausgeburt. Ein zweiter liegt in der gewohnten und daher entspannenden Umgebung: «Das gibt Geborgenheit, hier fühlen sich werdende Mütter wohl und müssen sich nicht krank vornehmen – gute Faktoren, damit eine Geburt läuft.»

Nicht bloss aus Angst vor Spital

Hat eine Schwangere aber bloss Angst vor dem Spital, findet Hebamme Diemling das keine ideale Voraussetzung. «Dahinter muss eher der Wunsch stecken, eine Geburt in der heimischen Umgebung und entspannt erleben zu wollen.» Bei einer Hausgeburt begleitet dieselbe Hebamme durch Schwangerschaft, Geburt und Wochenbett, und sie geht vom Natürlichen einer Geburt aus.

Diemling schmunzelt ein wenig. «Das ist jetzt sozusagen die romantische Sichtweise.» Daneben habe eine Hausgeburt eindeutige Vorteile aus medizinischer Sicht: «Anders als im

Spital sind wir zu Hause keinen festen Abläufen unterworfen, ich muss der Gebärenden nicht präventiv eine Infusionsnadel stecken oder einen einengenden Herzton-Wehenschreiber-Gürt umbinden», erklärt Diemling. Nichtsdestotrotz ist eine Frau nicht allein gelassen, die Hebamme beobachtet die Geburtsentwicklung wachsam. «Wenn die Wehen zu schwach sind oder die Herztöne schlechter werden, bin ich bereit», beruhigt sie.

Etwa zehn Prozent «ihrer» Schwangeren schickt Susanna Diemling trotzdem kurz vor der Geburt ins Spital, einen Teil von ihnen auch schon frühzeitig, wenn ihr Baby eine Steisslage hat oder vorzeitig Wehen einsetzen. «Eine Hausgeburt führe ich erst ab drei Wochen vor dem geplanten Termin durch», erklärt sie. Ausserdem muss die werdende Mut-

oder Akupressur angelehnt lässt. Ausserdem kann sie die Schwangeren so vorbereiten, dass ein möglichst geringes Risiko für einen Dammriss entsteht. Dabei sei es ein Riesenvorteil, dass zu Hause eine Geburt viel mehr Zeit einnehmen darf, sagt sie: «Keine Sparmassnahmen machen es nötig, die Geburt mit Wehentropfen voranzutreiben, was für Mutter und Kind eine enorme Belastung bedeuten kann.»

«Unversehrtheit zu Hause»

Die Hebamme findet es bedauerlich, dass oft alles so schnell gehen müsse, Kaiserschnitte oft nur eine bessere Verdienstmöglichkeit böten. «Gründe für einen Kaiserschnitt findet man immer», sagt sie. Eine erbitterte Gegnerin ist Susanna Diemling nicht, «schliesslich wollen wir nicht das Rad der Zeit zurückdrehen, sondern unnötige Schädigungen und Todesfälle vermeiden.» Aber insgesamt seien die von Hebammen geleiteten Geburten weniger invasiv, und trotzdem hätten Studien gezeigt: «Die Chance auf Unversehrtheit ist zu Hause am grössten.»

Sie bringt es auf einen klaren Nenner: «Im Spital gibt eine Frau die Kontrolle über die Geburt ab. Eine Hausgeburt erlaubt gesunde Abläufe, bei denen sie ihre Ressourcen nutzen kann.» Keine unnötigen Eingriffe, keine Spitalkeime und eine sichere Rundumbetreuung durch die Hebamme.

So wie bei dem jungen Paar mit seinem ersten Kind: Die Frau liegt entspannt in der Gebärmutter, ihr Mann massiert ihr die Schultern. Nach wenigen Stunden gleitet das Baby in die Welt hinaus, «die Mutter konnte es sozusagen entspannt hinausatmen», erzählt Hebamme Diemling später. Sie wird Mutter und Kind im Wochenbett begleiten. «So sieht für mich eine ideale Geburt aus.»

Weitere Informationen:
www.hebamme.ch www.hebammen.ch

Ratgeber Gesundheit

Heute: Markus Eichkorn, Leiter Sozialdienst Klinik Königsfelden, Vorstandsmitglied Verein anker



gesund
heit
aargau

Wie weiter nach dem Klinik-Aufenthalt?



Wohin führt der Weg nach einer Krise?

OLIVER MOHR / PIXELIO.DE

Mein Partner wird demnächst aus der Psychiatrischen Klinik entlassen. Einerseits freue ich mich sehr darauf, andererseits ist dieser Schritt für uns beide mit vielen Ängsten verbunden. Wie und wo kann ich Hilfe holen?

Frau M. G. aus L.

Eine Entlassung aus einer Psychiatrischen Klinik ist meist anders als eine Entlassung aus einem somatischen Spital. Dies hängt damit zusammen, dass die Ursachen, die zum Aufenthalt geführt haben, meist komplexer sind als etwa bei einem Beinbruch. Das können Probleme am Arbeitsplatz sein, Konflikte mit Nachbarn oder Mitbewohnern, Ärger in der Beziehung oder aber das Fehlen von Beziehungen und die damit verbundene Einsamkeit.

Eine moderne psychiatrische Behandlung geht von einem bio-psycho-sozialen Behandlungsverständnis aus, das sich auch in der Zusammensetzung des Behandlungsteams widerspiegelt. Neben der medikamentösen, psychotherapeutischen Behandlung und sozialarbeiterischer Unterstützung kommen sport-, bewegungs-, ergo- und kunsttherapeutische Ansätze zur Anwendung. Ziel ist, dem Patienten und den Angehörigen ein ganzheitliches Bild der Probleme aufzuzeigen. So werden die Belastungsfaktoren bearbeitet, die neben der Grunderkrankung zum Klinikaufenthalt ge-

führt haben. Nur die Symptome zu behandeln – ohne Schulden, Beziehungsprobleme, drohende Wohnungslosigkeit und Arbeitsverlust thematisiert zu haben, führt nicht zum nachhaltigen Behandlungserfolg. Der Patient und sein Umfeld sollen zum Experten der eigenen Erkrankung gemacht werden. Ziel ist es, die Krankheit besser anzunehmen und mit den erwartenden Unsicherheiten im weiteren Leben besser umgehen zu können. Zum Beispiel: Wie erkläre ich meinen Arbeitskollegen die Absenzen oder wie informiere ich meine Freunde über meine Diagnose?

Allerdings: Wünscht ein Patient nicht, dass seine Angehörigen einbezogen werden, muss das respektiert werden. Betroffene können sich dann an die Fachstelle für Angehörige wenden, wo sie nicht über den Patienten, aber dessen Erkrankung und den konstruktiven Umgang damit informiert werden ([www.pdag.ch/Fachstelle für Angehörige](http://www.pdag.ch/Fachstelle-für-Angehörige)). Wird ein Patient entlassen, bevor eine geeignete Lösung gefunden werden konnte, wird zumindest ein ambulantes Netz aufgebaut, das die Probleme nach der Entlassung ambulant mit dem Betroffenen angehen kann. Hier spielt der externe psychiatrische Dienst der PDAG eine zentrale Rolle (www.pdag.ch/EPD). Daneben gibt es eine Vielzahl von ambulanten Angeboten – etwa Pro Infirmis (www.proinfirmis.ch). Ebenfalls empfehlenswert ist die Homepage von Apika mit einer Zusammenstellung aller Dienstleistungen für psychisch Kranke im Aargau (www.apika.ch), die vom Verein anker mit initiiert wurde.

Gesundheit Ratgeber

Sie fragen – Fachleute antworten; richten Sie Ihre Fragen an:

Ratgeber Gesundheit
Neumattstr. 1; 5001 Aarau
Fax 058 200 53 54
www.gesundheitaargau.ch

Kantonsspital Aarau



Kantonsspital Baden



anker
Verein für psychisch Kranke Aargau

PDAG
Psychiatrische Dienste
Aargau AG

Patientenstelle
AG/SO

Ratgeber Gesundheit ist ein von der Redaktion unabhängiges PR-Gefäss. Für den Inhalt sind die mit ihren Logos präsenten Gesundheitsdienstleister verantwortlich.

INSERAT

Kantonsspital
Aarau

Kantonsspital Baden



PDAG
Psychiatrische Dienste
Aargau AG

Patientenstelle
AG/SO

anker
Verein für psychisch Kranke Aargau

Partner Gesundheit Aargau – Ihre Gesundheitsspezialisten
gesundheitaargau.ch

gesund
heit
aargau