

Geburtshelferin, Ratgeberin, Begleiterin
Warum brauchen wir Hebammen?

Nur drei Tage benötigte der Hebammenverband nach den jüngsten Protesten, um für seine E-Petition zur Geburtshilfe 50.000 Unterschriften zu sammeln. Inzwischen sind sogar über 100.000 online und an die 90.000 schriftlich eingegangen. Und der Strom der Unterstützer reißt nicht ab. Wie es scheint, treffen die Hebammen einen Nerv der Zeit. Doch was ist es, was die Menschen und insbesondere Frauen dieser Tage mobilisiert und berührt? Was macht eine Hebamme so wertvoll, ja für manche sogar unverzichtbar?

Hebammen beschäftigen sich von Berufs wegen mit Schwangerschaft, Geburt und der Zeit nach der Entbindung. Und: Jede Schwangere hat Anspruch auf Hebammenbetreuung, die Kosten zahlt die Krankenkasse.

Doch diese nüchternen Fakten zeichnen nur ein sehr unzureichendes Bild eines Berufs, der so alt ist wie die Menschheit. Eine Hebamme begegnet alltäglich den existenziellen Fragen des Daseins: Leben und Sterben, Sexualität und Liebe, Elternschaft, Familie, Fürsorge. Und bei schlechter Bezahlung und Arbeitszeiten, die für ein Privatleben oftmals nur wenig Platz lassen, sind es vor allem die Liebe zu ihrem Beruf und ein großes Maß Idealismus, die viele Hebammen bei der Stange hält.

Umso erstaunlicher, dass selbst Schwangere oft nur einen kleinen Teil ihrer Arbeit kennen.

Beratung und Information

Eine Schwangere kann jederzeit eine Hebamme kontaktieren. Ob Schwangerschaftsbeschwerden, Geburt, Wochenbett oder die Zeit danach – gerade in schwierigen Situationen oder bei akuten Sorgen ist diese rasch und auch außerhalb der üblichen Geschäftszeiten erreichbar.

Damit ist die Hebamme für eine Schwangere eine wichtige, wenn nicht *die* Kontakt- und Bezugsperson. Und das in einer Phase des Lebens, das durch Umbrüche, Hormonumstellungen, Gefühlschaos und Neuorientierung geprägt ist. Kein Wunder, dass viele Frauen die Beziehung zu „ihrer“ Hebamme schon frühzeitig suchen und ihren fachkundigen Rat schätzen. Dies gilt umso mehr, als sie heute in ihrem privaten Umfeld in der Regel nicht mehr auf heilkundige, „wissende“ Frauen zurückgreifen können.

Schwangerschaftsbegleitung

Vom ersten Tag der Schwangerschaft an können Hebammen - mit Ausnahme von Ultraschall-Untersuchungen - alle Vorsorgeuntersuchungen durchführen. So kann eine Frau ihre Schwangerschaft direkt bei einer Hebamme feststellen lassen und dort auch den Mutterpass erhalten.

Die Hebamme begleitet die Schwangere dann die ganze Schwangerschaft, misst Blutdruck, untersucht den Urin, führt Abstriche, Laboruntersuchungen und vaginale Untersuchungen durch und kontrolliert die kindlichen Herztöne. Auch Lage und Größe des Kindes kann sie durch behutsames Er tasten feststellen.

Alle Ergebnisse dokumentiert sie im Mutterpass, so dass die Zusammenarbeit mit dem Gynäkologen Hand in Hand gehen kann.

Hilfe bei Schwangerschaftsbeschwerden und Vorwehen

Wohl keine Schwangerschaft vergeht, ohne dass die Frau über Übelkeit, Rückenschmerzen, Sodbrennen, Unwohlsein, Ängste oder Schlafstörungen klagen würde. Auch bei Vorwehen ist die Hebamme die richtige Ansprechpartnerin.

Hebammen bieten heutzutage – je nach Interesse und Fortbildungen - ein sehr breites Spektrum an Methoden an. Akupunktur empfiehlt sich etwa bei Übelkeit und kann auch den Geburtsverlauf positiv beeinflussen. Ernährungsberatung kann helfen, Risiken wie Diabetes oder Gestose zu senken. Und viele Hebammen lindern mit Homöopathie zahlreiche Beschwerden.

Zudem kommen verstärkt Methoden wie Aquabalancing, eine tiefenentspannende Geburtsvorbereitung im warmen Wasser, oder Haptonomie zum Einsatz. Letzteres unterstützt schon früh die emotionale Beziehung zwischen Eltern und Kind und wird auch eingesetzt, um Frühgeburten abzuwenden oder stressbedingte Schwangerschaftsbeschwerden zu lindern.

Vertrauen braucht Zeit

Fragt man Frauen, was sie an ihrer Hebamme besonders schätzen, so nennen sie häufig die Zeit. Während Frauenärzte nur wenig Zeit zur Verfügung haben, verbringt eine Hebamme nicht selten eine Stunde oder mehr mit „ihrer“ Schwangeren. So haben beide – einschließlich des Partners - viel Zeit, sich kennen zu lernen und über Wochen oder Monate ein Vertrauensverhältnis aufzubauen.

Da eine Geburt ein höchst intimes Erlebnis ist, trägt eine vertraute, selbst gewählte Hebamme elementar dazu bei, dass die Gebärende besser entspannen, ein größeres Selbstvertrauen in ihre Gebärfähigkeit entwickeln und sich insgesamt sicherer fühlen kann.

In einer ausführlichen Anamnese haben alle Themen Platz, die für den Geburtsprozess wichtig sind. Das können alte traumatische Geburtserfahrungen, Ängste, Befürchtungen, aber auch Wünsche und Vorstellungen sein. Auch der Verdacht auf vorzeitige Wehen, Blasensprung oder Geburtsbeginn sind ein guter Grund, die Hebamme zu rufen.

Die Kunst zu warten

Bei vorzeitigen Wehen oder schwangerschaftsspezifischen Erkrankungen übernimmt die Hebamme die Betreuung gemeinsam mit dem Gynäkologen. Verstreicht der errechnete Geburtstermin, ohne dass Wehen spürbar werden, unterstützt sie die Frau, geduldig abzuwarten. Sie kontrolliert regelmäßig die Herztöne des Kindes und bietet gegebenenfalls eine „natürliche“ Geburtseinleitung an.

Auch bei vorzeitigem Blasensprung *ohne* Wehen lohnt es, eine Hebamme zu Rate zu ziehen. Denn oft ist es möglich, die Geburt auch ohne schulmedizinische Methoden wie den Wehentropf in Gang zu bringen.

Geburtsvorbereitung

Vorbereitungskurse auf die Geburt bieten Hebammen entweder allein oder gemeinsam mit Partner an. In mehrstündigen Kursen informieren sie die werdenden Eltern über den Ablauf einer natürlichen Geburt sowie wichtige körperliche und psychische Veränderungen. In überschaubaren Gruppen erhalten die Paare Gelegenheit, alle Fragen und Unsicherheiten zu besprechen und sich auf die Geburt und die Zeit danach einzustimmen.

Wissen stärkt

Atem- und Entspannungsübungen, Übungen zu Körperwahrnehmung und Mobilität sowie der Umgang mit Schmerzen sind weitere Inhalte. Grundsätzlich haben sämtliche Themen rund um Schwangerschaft, Geburt, Wochenbett und Stillzeit hier Platz.

Daneben bieten einige Hebammen spezielle Kurse an wie meditative Geburtsvorbereitung, Aquabalancing für Paare oder haptonomische Geburtsvorbereitung an.

Geburtshilfe

Das Hebammengesetz besagt, dass Hebammen regelrechte Geburten ab Wehenbeginn selbstständig und ohne Arzt an ihrer Seite leiten. Und: ein Arzt darf eine Geburt nicht ohne Hebamme begleiten; er hat eine Hinzuziehungspflicht.

Keine Geburt ohne Hebamme

Hebammen begleiten Geburten zu Hause, im ganz persönlichen Umfeld der Frau, um ihr die größtmögliche Intimität und Geborgenheit zu ermöglichen.

Ein Ortswechsel während der Wehen ist nicht erforderlich, es kommt nicht zu unerwünschten Störungen des Geburtsprozesses so können Mutter und Kind in den gemeinsamen Prozess der Geburt eintauchen.

Im Geburtshaus ist all dies auch möglich, wenn die eigenen vier Wände sich zum Gebären nicht eignen oder dieser Ort von der Frau als geeigneter erlebt wird.

Die individuelle Wahl des Geburtsortes und die persönliche Eins-zu-Eins-Betreuung durch die Hebamme erleichtern den Geburtsprozess.

Dies kann auch für das Krankenhaus zutreffen. In manchen Kliniken können sich Schwangere durch eine Beleghebamme ihrer Wahl betreuen lassen. Für eine Frau mit beginnender Wehentätigkeit hat dies den Vorteil, dass sie länger zu Hause in ihrer vertrauten Umgebung bleiben kann - sie hat ja ihre eigene Hebamme an ihrer Seite.

Wenn die Zeit gekommen ist, geht sie mit ihrer Hebamme gemeinsam in den Kreißaal. Nach der Geburt kann die Mutter mit ihrem Baby bald wieder nach Hause, in der Regel nach drei Stunden. Treten Komplikationen auf, so ist die Verweildauer im Krankenhaus entsprechend länger. Zu Hause angekommen, kümmert sich weiterhin die Hebamme um Mutter und Kind.

Für die Hebamme bedeutet dies, dass ihre Arbeitszeiten nicht planbar sind. Ab zwei bis 4 Wochen vor dem errechneten Geburtstermin ist sie für die Frau in Rufbereitschaft.

Individuelle Geburtsbegleitung

Geburtsbegleitung findet grundsätzlich individuell statt, die Hebamme orientiert sich an den Wünschen der Frau.

Meist bietet die Hebamme unter der Geburt Atemanleitung an, schlägt verschiedene Positionen vor und bezieht den Partner in den Geburtsprozess mit ein. Oftmals wird sie der Frau eine aufrechte Gebärhaltung anbieten, da die Schwerkraft mithilft, das Kind leichter zu gebären. Ziel einer Hebamme ist auch, die Schwangere in ihrer Autonomie und Gebärfähigkeit zu bestärken und nicht, diese zu „entbinden“.

Die Kunst, möglichst wenig zu tun

Durch verschiedene Maßnahmen kann die Hebamme einem Dammriss vorbeugen. Direkt nach der Geburt achtet sie darauf, dass Eltern und Kind ungestört in Kontakt kommen – das sogenannte Bonding. Sie lässt den Eltern den Raum, um ihr Baby willkommen zu heißen. Da die allermeisten Kinder rosig und gesund geboren werden, hat die Hebamme „nur“ die Aufgabe zu beobachten und nicht zu stören.

Die ersten Stunden nach der Geburt gehören der Familie

Auch die Geburt der Plazenta wartet die Hebamme in Ruhe ab. Erst nach geraumer Zeit untersucht sie das Neugeborene und nimmt seine Maße für die Erstuntersuchung, die U1. Nun kümmert sie sich auch um eventuelle Geburtsverletzungen und näht, wenn nötig, mit lokaler Betäubung. Sobald das Baby suchende Bewegungen macht, hilft sie der Mutter beim ersten Anlegen an die Brust und unterstützt damit den gesunden Beginn der Stillbeziehung.

Alle Hebammen unterliegen der Fortbildungspflicht. Das heißt, sie erneuern regelmäßig ihre Kenntnisse in Notfallmaßnahmen wie Reanimation, Vorgehen bei Schulterdystokie, verstärkter Nachblutung und anderen Regelwidrigkeiten.

Wochenbettbetreuung

Auch in den ersten Wochen nach der Geburt steht die Hebamme der Frau zur Seite. In ihr findet die frisch gebackene Mutter ein verständnisvolles Gegenüber, mit dem sie ihr Geburtserlebnis und ihre ersten Erfahrungen mit dem Kind besprechen kann.

Aber auch die Gesundheit spielt weiterhin eine große Rolle: Es gilt, die Rückbildung der Gebärmutter zu kontrollieren, Gewichtsentwicklung und Ausscheidungen des Kindes zu kontrollieren, beim Stillen zu unterstützen, den Nabelschnurrest des Neugeborenen zu versorgen, einen möglichen Dammschnitt zu versorgen und die Eltern in der Babypflege anzuleiten. Für den Fall, dass das Neugeborene Gelbsucht entwickelt, wird eine weiterführende Betreuung veranlasst.

In den ersten ein bis zwei Wochen nach der Geburt besucht die Hebamme die junge Familie täglich, später nur noch alle paar Tage – je nach Bedarf. Insgesamt erstreckt sich die Wochenbettbetreuung bis zur achten Woche. Danach sind noch Stillberatungen möglich. Viele Hebammen bieten danach Rückbildungsgymnastik oder Babymassage an.

Betreuung in besonderen Lebenslagen

Da die Geburt einen erheblichen Einschnitt in das bisherige Leben darstellt, geraten junge Mütter immer wieder in Krisen – nach oder auch bereits vor der Geburt. Auch eine Fehl- oder Totgeburt, Krankheit, Behinderung oder ein Kindsverlust nach der Geburt sind einschneidende Erlebnisse, die oftmals professionelle Hilfe erfordern.

Auch dann lohnt es, das Gespräch mit der Hebamme zu suchen. Sie kennt nicht nur die Klippen dieser neuen Lebensphase, sondern kann auch an Beratungsstellen, Selbsthilfegruppen, Ärzte oder Psychologen verweisen.

Hebammenhilfe steht Frauen übrigens auch bei einem medizinischen Schwangerschaftsabbruch zu. In diesem Fall kann es hilfreich sein, schon vor dem Eingriff eine Hebamme kennenzulernen und mit ihr zu besprechen, was die Frau erwartet.

Familienhebammen

Familienhebammen sind tätig, wo Mütter im Alltag mit ihren Kindern eine verstärkte Unterstützung brauchen. Für diese Arbeit benötigen Hebammen eine gesonderte Qualifikation.

Familienhebammen richten sich besonders an Teenagermütter, Familien mit Migrationshintergrund, Eltern mit psychischen Belastungen oder Suchtproblematik sowie an chronisch kranke Frauen und an Frauen mit Gewalterfahrung. Das Betreuungsangebot reicht bis zum Ende des ersten Lebensjahres des Kindes.

Viel Leistung für wenig Geld

Die starke Resonanz, die die Proteste der Hebammen hervorgerufen haben, zeigt mehr als deutlich, dass Frauen – und Familien insgesamt – auf dieses breite Spektrum der Hebammenarbeit nicht verzichten können. Die Initiative Hebammen für Deutschland wurde im Frühjahr 2010 gegründet und setzt sich nachdrücklich für den Erhalt des Berufsstandes ein.

Frühsommer 2010

Mehr Informationen:

Hebammen für Deutschland
Eine Initiative zum Erhalt des Berufsstandes

www.hebammenfuerdeutschland.de