

Kinder Kriegen!
GEBÄREN oder entbinden lassen?

von Angelika Rodler und Eva Schreuer



Unsere Gesellschaft scheint süchtig zu sein nach immer neuen Kicks. Und trotz all der Actionbereitschaft sind es paradoxerweise die elementaren Vorgänge des Lebens, die immer mehr ausgeblendet werden. Das Vertrauen in uralte, ganz natürliche Körper-Funktionen, wie z.B. in die enorme Leistungsfähigkeit des Frauenkörpers, kommt uns immer mehr abhanden. Die weiblichen Ideale im 21. Jahrhundert heißen "Schlank, durchtrainiert, widerstandsfähig! Körperwahrnehmung, Hingabefähigkeit an natürliche Zyklen und Gebärfähigkeit treten immer mehr in den Hintergrund - und so kommt es, dass heute Generationen junger Frauen heranwachsen, die sich gar nicht mehr vorstellen können, dass ihr Körper im richtigen Moment einfach funktioniert.



Das wachsende Bedürfnis nach Kontrolle hat auch die Kinder kriegenden Frauen im Griff. Die neue Generation junger Mütter tendiert immer mehr zum Abgeben von Kompetenzen, zum Verhindern des bislang Unausweichlichen: Wozu bitteschön soll ich solche Anstrengungen und Schmerzen auf mich nehmen, wenn ich mir mein Kind einfach unter Narkose aus dem Bauch herausschneiden lassen kann?

***Keep your Love channel honeymoon fresh -
make a Cesarean!***

***(Erhalte deine Vagina flitterwochenfrisch-
mach einen Kaiserschnitt!)***

... dieser amerikanische Slogan hat längst auch uns hier im kleinen Österreich erreicht. Zeitungsberichte erzählen uns fast täglich von irgendwelchen Stars der Film- und Musikszene, die endlich ihr süßes Wunschbaby bekommen haben oder werden - per geplantem Kaiserschnitt natürlich, um ihre makellosen Körper nicht zu gefährden! Angelina Jolie, Heidi Klum, Claudia Schiffer, Victoria Beckham und alle anderen führen selig vom Titelblatt lächelnd das neue Mutterbild vor: Schwanger-Sein gehört zur neuen Weiblichkeit und ist auch sexy (was man ja durchaus positiv sehen kann) - die Kinder aus eigener Kraft zu gebären, das ginge nun aber doch zu weit...!?

Die steigende Zahl von Wunschkaiserschnitten beschäftigt Ärzte, Hebammen und alle anderen, die mit Geburts-, Kinder- und Familienthemen arbeiten, zur Zeit intensivst. In der Auseinandersetzung, wie damit umzugehen sei, haben sich zwei Hauptlager gebildet: Die Einen sehen darin eine begrüßenswerte Stärkung des Feminismus - endlich können Frauen frei entscheiden, was sie sich selbst und ihrem Körper zumuten wollen! Die Anderen machen sich zutiefst Sorgen: Wohin entwickelt sich die Menschheit, wenn wir beginnen, so evolutionäre und natürliche Körpervorgänge wie eine Geburt einfach zu vermeiden? (*siehe ganz unten*)

Seit Menschengedenken sind gesunde Mütter und gesunde Babies das Ziel jeder Gesellschaft. Ich meine, die moderne Geburtsmedizin zahlt dafür einen viel zu hohen Preis: durchschnittlich 30% - also rund ein Drittel aller Kinder! - werden in Europa heute per Kaiserschnitt geboren (In Amerika sind es bereits 50% - also jedes zweite Kind). Laut einer deutschen Studie fanden 1996, also bereits vor 10 Jahren, nur noch 6% aller Geburten ohne irgendwelche medizinischen Interventionen statt. Das einzige Argument FÜR diesen radikalen Paradigmenwechsel in der Geburtsmedizin wäre wohl, dass dadurch mehr Babies gesund zur Welt kommen. Tatsache ist aber, dass es in all den Jahren keineswegs gelungen ist, die Mütter- und Säuglingssterblichkeit weiter zu senken.



Aus (unbegründeter) Angst vor einem ruinierten, ausgeleiteten Beckenboden oder/und vor den Geburtsschmerzen entscheiden sich immer mehr junge Frauen für einen Kaiserschnitt ohne medizinische Indikation. Und in manchen Staaten (wie z.B. Frankreich) findet fast keine vaginale Geburt mehr ohne PDA (Periduralanästhesie, Kreuzstich zur Betäubung der Beckengegend) statt - was u.a. dazu führt, dass ein Kind seinen Geburtsweg ohne die Unterstützung schmerzlindernder Hormone, welche der Körper während einer natürlichen Geburt produziert, gehen muss. Ich hörte von einem Fall, wo eine gebärende Mutter den Anästhesisten, der ihr die PDA setzte fragte, wie lange sie denn für die eigentliche Geburt offline gehen müsse, um rechtzeitig wieder ihre Internet-Korrespondenz aufnehmen zu können...

Mit dem Steigen der Kaiserschnitttraten, der kontrollierten, künstlich eingeleiteten und betäubten Geburten steigt aber auch die Zahl der Schreibabies, der autistischen oder hyperaktiven Kinder - und das in einem erschreckenden Ausmaß. Wundern wir uns wirklich darüber, dass Kinder, die so geboren werden und sich in ihrem Lebenskampf von Beginn an verlassen fühlen, die Brust verweigern, sich von der Mutter enttäuscht abwenden, unter Aufmerksamkeitsstörungen oder Depressionen leiden?

Die selbstbestimmte Geburt als Motto der 80er Jahre, ist zum Bumerang geworden. Aus dem Anspruch, Eigenverantwortung für natürliche Vorgänge im Frauenkörper zu übernehmen, wurde Überforderung und Unsicherheit: Soll ich es wirklich wagen, mein Kind auf natürliche Art und Weise zu kriegen? ...oder gar meine Zwillinge trotz Aufklärung über die Risiken auf natürliche Weise zu gebären? Soll ich mich darauf einlassen, meine Steißlagengeburt nicht gleich vorweg per Kaiserschnitt zu planen?

Die Verantwortlichkeit hat sich verlagert: „Also wenn Sie unbedingt wollen, dann probieren wir halt auf Ihre Verantwortung eine natürliche Geburt... aber ICH habe Ihnen genau gesagt, was dabei eventuell alles geschehen kann... und diesen Revers sollten Sie bitte auch noch gleich unterschreiben...“.

Frauen, die mit über 30 Jahren ihr erstes Kind bekommen - was heutzutage eher Regel- als Sonderfall ist - werden als "Alte Erstgebärende" und somit Risikofälle abgestempelt. Frauen, die nach einem früheren Kaiserschnitt nun vielleicht eine vaginale Geburt versuchen wollen oder deren Baby in Beckenendlage liegt (also mit dem Köpfchen nach oben), müssen heute eine wahre Odyssee auf sich nehmen, um gewillte Geburts-BegleiterInnen zu finden. Denn:

Vorsicht!
Kinder Kriegen ist eine höchst gefährliche Angelegenheit!

Diese Tendenz zur Überaufklärung und Übervorsicht der ÄrztInnen ist ein weiterer Bumerang, diesmal aber in Richtung des Fachpersonals. Zu lange hat man den Frauen vorgemacht, die Götter in Weiß würden ihre Kinder im Krankenhaus so sicher entbinden, dass das Risiko im Vergleich zur bis vor 50 Jahren üblichen Hausgeburt minimal ist. Heutzutage hat fast jedes schicksalhafte Geschehen oder menschliche Versagen ein gerichtliches Nachspiel - Verantwortung wird im Regelfall abgeschoben. Wenn irgendetwas bei meiner Geburt nicht so läuft, wie ich mir das vorgestellt habe, dann schleife ich eben Hebamme und Arzt zum Kadi...!

So ist auch in der Geburtshilfe ein Teufelskreis der Über-Kontrolle entstanden. Ich verstehe jeden Mediziner, der auf der für ihn sicheren Seite bleibt und lieber einen Eingriff zu viel macht, als ein gerechtfertigtes Risiko einzugehen (auch wenn dieses Risiko darin besteht, dass irgendeine Studie seiner jahrelangen Praxiserfahrung widerspricht). Es geht doch immer auch um die eigene Haut!

Frauen, die auf ihre Instinkte und ihre Intuition vertrauen, die sich vorbehaltlos, mutig und offen informieren, um dann eigenverantwortlich Entscheidungen zu treffen - solche Frauen sind leider nicht der Maßstab unserer Zeit. Die Verunsicherung ist zu groß. Welche junge Frau kann sich heute vorstellen, ihr Kind ohne Geburtsmedizin, ohne Arzt, ohne Schmerzmittel oder gar nur mit einer Hebamme zu Hause zur Welt zu bringen?

Dass die geburtsmedizinischen Erkenntnisse und Weiterentwicklungen des 20. Jahrhunderts ein Segen für die Sicherheit des Gebärens sind und höchst hilfreich in Notfällen sind, steht ja gar nicht zur Debatte. Aber noch immer ist das Kinderkriegen einer der natürlichsten körperlichen Vorgänge. Noch immer wird Gebärprozess des weiblichen Körpers wird zur Gänze und sehr verlässlich hormonell gesteuert. Wenn man eine Gebärende einfach IN RUHE LÄSST, sie zu nichts zwingt, einfach für sie da ist und ihr einen intimen Rahmen zum Loslassen ermöglicht - dann geschieht eine Geburt in den meisten Fällen noch immer ganz von selbst. Andere Säugetiere zeigen uns das ja auch ständig vor. Aber wenn wir wieder mal in der Zeitung lesen, dass ein Kind im Rettungswagen geboren wurde, weil es einfach schnell war - dann sind wir ganz überrascht und erstaunt ob dieser Sensation..., die eigentlich gar keine ist!



Was also fehlt der heutigen Generation gebärender Frauen? Warum schafften es unsere Großmütter, Ahninnen (und deren BetreuerInnen), sich mit viel mehr Hingabe und Urvertrauen den natürlichen Prozessen des Lebens zu stellen, als unsere Töchter?

Unsere schwangeren Großmütter hatten zum Beispiel Mütter, auf deren Erfahrungen sie aufbauen konnten. Es gab nur sehr wenige technische Neuerungen, die das Wissen der weisen Alten so rasch nutzlos werden ließ, wie es heute zu sein scheint. Außerdem konnten früher viele junge Frauen noch vor ihrer eigenen andere Geburten selbst miterleben - die Kinder wurden ja meistens zu Hause geboren, also im eigenen Haus, in der Nachbarschaft oder im Dorf... Im Gegensatz dazu machen unsere Töchter ihre erste Geburtserfahrung über Realitysoaps im Fernsehen, Geburtsfilme als dramatisch geschnittene „Babykrisis“, in denen man kaum eine natürlich verlaufende Geburt zu sehen bekommt oder über Werbungssequenzen, in denen man schreiende Frauen mit rot angelaufenem Gesicht und zusammengepressten Lippen in steriler Operationssaalumgebung zu sehen kriegt - nicht gerade ermutigend.

Unsere Großmütter vertrauten auch meist einer „höheren Macht“, die sie durch die Geburt tragen würde (die „Kraft positiver Gedanken“ würde man das heute nennen...). Sehr viel Glauben und auch Aberglauben wurden aufgewandt, um „sicher“ durch das Abenteuer Geburt zu kommen. Es gab eine Menge christlicher und heidnischer Rituale rund um die Geburt - essbare Heiligenbildchen spielten dabei ebenso eine Rolle wie z.B. der „Marienmeter“, ein Spruchband mit Beschwörungen der Gottesmutter, welches der Gebärenden um den Leib gelegt wurde, um sie zu beschützen. Sie hatten auch Urvertrauen, Ergebenheit in ihr Schicksal als Spenderin neuen Lebens, ein tiefes Wissen um die Notwendigkeit dieses Weges...Für „aufgeklärte“, moderne und emanzipierte Frauenohren klingt das im ersten Moment vielleicht nicht gerade erstrebenswert. Doch liegt in dieser Bereitschaft zur Hingabe nicht auch eine gewisse Sicherheit, Orientierung und Konzentration auf das, was geschehen soll, geschehen MUSS, um den Fortbestand der Familie zu sichern? Hingabe entspricht zwar nicht dem Zeitgeist - sie hilft aber sehr dabei, anzunehmen was IST.

Die weibliche Unsicherheit und Angst vor den Anstrengungen und Schmerzen der Geburt gibt es wahrscheinlich seit Menschengedenken. Dieser Angst ins Auge zu blicken, ist heutzutage megaout. Lieber beruhigt frau sich mit der trügerischen Sicherheit, durch den Einsatz von Narkose- und Schmerzmitteln oder einen vorweg geplanten Kaiserschnitt um diese Grenzerfahrung herumzukommen. (Nebenbei erwähnt: der Wundschmerz einer Kaiserschnitt-Bauchnarbe ist auch nicht ohne ...).

Im Bereich des (Leistungs-)Sports werden die neuesten Erkenntnisse über die euphorisierende Wirkung von Hormonen (Joggen mach süchtig, Sportler sind im Endorphin-High...) hochgejubelt und auch bewusst eingesetzt. Die selben Menschen bewerten den Geburtsschmerz aber als masochistische und überflüssige Zusatzübung. Dabei erzeugt der weibliche Körper während einer normal verlaufenden Geburt einen wahren "Wundercocktail" an Hormonen: Da gibt es natürliche Schmerzhemmer, es gibt Hormone, welche die Frau in gewisse Trancezustände versetzen, Endorphine ("Glückshormone")... und allen voran eine Höchstdosis des "Liebeshormons" Oxytocin, das nicht nur die Wehen und den Milchfluss, sondern auch die menschliche Bindungs- und Liebesfähigkeit anregt und steuert.

Der Sinn hinter all der Anstrengung und dem Schmerz liegt aber noch in einem viel tiefer liegenden, psychischen Bereich: Ein Kind zu gebären, bedeutet auch "Rollenwechsel", den Beginn eines neuen Lebensabschnitts.



**Geburt ist das stärkste Initiationserlebnis
im Leben einer Frau!**

Gebären ist ein unkontrollierbares, ganzkörperliches und -seelisches Ereignis. Viele Stunden oder gar Tage lang Wehen durchzustehen und letztendlich ein Kind zu gebären kann so anstrengend sein, als würde man den Mount Everest besteigen - und es ist oft mit großen Schmerzen und Erschöpfung verbunden. Solches geleistet zu haben, erfüllt mit Stolz, Selbstachtung und weiblicher Kraft. Der Geburtsschmerz ist nicht (wie es uns die Kirche seit Jahrtausenden einzureden versucht) eine Strafe für Evas Verführungskünste und weibliche Sünden - er ist Basis einer sehr sinnlichen und unglaublich befriedigenden Anstrengung.

Nicht umsonst ist die Geburt von Natur aus als „Feuerwerk“ konzipiert - geht es doch um den Abschied von der Tochter-Rolle und den Eintritt in die Mutterschaft. Und Mutter-Sein verlangt von einer Frau oft mehr, als sie im Vorhinein ahnt oder glaubt, ertragen zu können. Immerhin ist sie nun (zumindest für einige Jahre) prägende Bezugsperson im Leben eines wachsenden Menschen. Sie muss da sein für diesen Menschen, die eigenen Bedürfnisse manchmal hintanstellen, und sie muss lernen, Grenzen zu setzen, für sich und für das Kind. Viele junge Mütter schaffen es nicht mehr, der Grenzensuche ihrer Kinder im Erziehungsalltag standzuhalten - manche PsychologInnen meinen, dass selbst dies mit der steigenden Zahl von Kaiserschnitten zu tun haben könnte... Weil immer mehr jungen Frauen die eigene Grenzerfahrung der Geburt fehlt - es fehlt ihnen der Selbstwert und die Überzeugung: "Ich habe dich mit meiner allerletzten Kraft geboren - so stark wie ich bin, kann ich dir jetzt auch Halt und Grenze geben".

Wie wir mit Geburt umgehen, betrifft also beileibe nicht nur diejenigen, die im Moment schwanger sind und unmittelbar betroffen. Es ist ein politisches Thema. Es ist ein entscheidender Baustein dafür, wie Mütter in Zukunft mit ihren Kindern umgehen - und beeinflusst somit die gesamte Weiterentwicklung des Menschseins.

Was aber können wir tun, egal ob Frau oder Mann, um diesem rauen gesellschaftlichen "Geburtsklima" entgegen zu wirken?

**Frauen, stärkt eure Töchter, Schwestern und Freundinnen!
Männer, stärkt eure Frauen!**

Zugegeben - ich bin eine unverbesserliche Sozialromantikerin und glaube noch immer an eine Art postfeministische Revolution, an eine "Wiedererstarkung des natürlich Weiblichen". Wir Frauen müssen uns untereinander stärken. Das heißt, wir müssen auch die Hebammen als Fachfrauen für die natürlich verlaufende Geburt stärken. Und auch die wieder erstandene Berufsgruppe der Doulas ist eine Antwort darauf! Doulas sind Frauen, die selbst Kinder geboren haben und als Begleiterinnen vor, bei und nach der Geburt ausgebildet werden. Ich selbst leite seit einigen Jahren solche Ausbildungen für Mütter, die sich in dieser sensiblen Lebensphase gegenseitig ermutigen, bestärken, begleiten wollen. Es ist wunderschön zu sehen, wie viel Gutes hier zwischen den Frauen entstehen kann!

Wir sollten auch unsere Töchter von klein auf lehren, ihren Körper kennenzulernen, seine Botschaften zu empfangen und zu verstehen - damit sie sich nicht schon im Mädchenalter wie Hormonzombies mit hormonellen Verhütungsmitteln von ihrem Zyklusgeschehen abkoppeln. Ich wünsche den jungen Mädchen, dass sie schon in der Schule erfahren, wie sie mit ein wenig bewusster Atmung, Entspannung und Bewegung mit den monatlichen Veränderungen ihres Körpers gut zurecht kommen.

Im Schulunterricht sollten beide Geschlechter lernen, dass eine Geburt ganz natürlichen, wunderbaren Gesetzmäßigkeiten folgt und dass keine Frau dabei „kaputt geht“, weder in der Vagina noch am Beckenboden. Welcher Mann käme auf die Idee, dass sein Geschlechtsteil bei planmäßigem Gebrauch beschädigt werden könnte?! Die Funktionsweisen und Gesetze der Schließmuskeln (und wie sie trainiert werden können) sollten in der Schule gelehrt werden, wie das Gesetz der Schwerkraft.

Zu wissen, wie unser Körper auf äußere oder innere Vorgänge und Beeinflussungen reagiert, kann für das ganze Leben, und eben besonders für die Geburt hilfreich sein. Weitere Anlässe, diese Geheimnisse des Körpers zu entdecken und sich vertraut zu machen, könnten auch (regelmäßige) Mondfeste zur Feier der Menarche oder der Menstruation sein. Oder Frauenkreise, egal, in welchem Rahmen sie stattfinden.

Wenn eine Frau tatsächlich schwanger ist, hat sie nur mehr ein paar Monate Zeit, um sich mit so vielen neuen Fragen und Themen auseinanderzusetzen. Wie hilfreich ist da eine gewachsene Basis an Wissen und Erfahrung, auf der sie aufbauen kann. Der liebevolle und vertraute Kontakt zum eigenen Körper sollte schon von klein auf gefördert werden. Hebammen sollten mehr Gelegenheit bekommen, normal verlaufende Geburten allein zu betreuen, z. B. in eigenen Hebammenkreißsälen. Jede Frau sollte die Möglichkeit haben, auch zu einer Krankenhaus-Geburt eine selbst gewählte Hebamme mitnehmen zu können...! Jede Frau sollte erfahren, dass es schon längst möglich ist, gegen Krankenschein auch in der Zeit nach der Geburt von einer Hebamme beraten und betreut zu werden.

All diese Ideen sind nicht utopisch - wenn wir Frauen wieder erkennen, welches Geschenk wir uns selbst vorenthalten oder nehmen lassen, wenn wir das Kinder-Gebären als unser urreigenstes Vorrecht so einfach „abgeben“!



KAISERSCHNITT - Notfall- oder Lifestyle-Maßnahme?

Dr. Wolf Lütje-Heimrath, Chefarzt einer deutschen Frauenklinik, ist einer der prominentesten und lautesten Kritiker des "Wunsch-Kaiserschnitts". Beim Linzer Symposium "Gebären - Lust und Leid" im April 2006 warnte er eindringlich vor den Folgen des Trends zum Kaiserschnitt als Lifestyle-Maßnahme:

1. Aus rein medizinischer Sicht gibt es etwa nur bei jeder 10. Geburt eine echte Risiko-Indikation für einen operativen Eingriff. Somit ist die derzeitige Rate von 25 oder mehr Prozent weit überhöht, was nicht nur am "Wunsch" der Patientinnen liegt, sondern auch an jenem der Ärzte: Ein Kaiserschnitt lässt sich im Vergleich zu einer normalen Geburt besser organisieren und planen, mindert die unvorhersehbaren Risiken und... ist immer besser honoriert!

2. Durch diese Entwicklung kommt es zu einem erheblichen Verlust an geburtshilflichem Wissen. Es gibt kaum noch junge ÄrztInnen, die wissen, wie man eine Steißlage oder Zwillinge normal entbindet - weil heute in solchen Fällen fast immer ein Kaiserschnitt im Voraus geplant wird.

3. Mit einem Wunschkaiserschnitt bringen sich junge Mütter um das befriedigende Gefühl, etwas Großartiges geleistet zu haben - und somit um eine

wesentliche Initiationserfahrung in ihrem Frau- und Muttersein und um den höheren Ausstoß an dem Liebeshormon Oxytocin, welches ihnen die erste Bindung zu ihrem Kind wesentlich erleichtert.

4. Kaiserschnittkinder haben erwiesenermaßen mehr Anpassungsstörungen nach der Geburt (z.B. beim Atmen), auch oft mehr Probleme beim Stillen ... und psychologische Beobachtungen haben gezeigt, dass sie später oft auch weniger durchsetzungsfähig sind.

5. Jedes biologische System, das nicht wirklich benutzt wird, führt sich ad absurdum. Frauen sind von der Natur dafür ausgerüstet, Kinder zu gebären (durch Hormone, Gebärmuttereigenschaften, Wehentätigkeit, Beckenbau...). Wird diese Ausrüstung über längere Zeit zu wenig oder nicht mehr benutzt, könnte das biologische System einen evolutionären Wandel einleiten: die Gebärmutter könnte schrumpfen, das Becken enger werden und letztendlich die Gebärfähigkeit verloren gehen.

6. und das größte evolutionsbiologische Risiko: Durch den geringeren bis fehlenden Oxytocin-Ausstoß bei Kaiserschnittgeburten könnte ein gewaltiger Verlust der menschlichen Liebes- und Bindungsfähigkeit passieren!

(Quelle: Interview in OÖ. Nachrichten vom 26. 03. 2006)

Angelika Rodler

Jg. 1969, Mutter von 4 Kindern, Obfrau des Grazer Eltern-Kind-Zentrums, Geburtsvorbereiterin, LLL-Stillberaterin, Projektleiterin von Doula - Begleiterin rund um die Geburt in Graz. Seit 1996 organisiert sie jährlich den Grazer Kongress für neue Wege in der Geburtshilfe. Kontakt: www.ekiz-graz.at

Eva Schreuer

Jg. 1960, hat selbst 4 Kinder geboren, 3 davon zu Hause, eines als Totgeburt, arbeitete von 1983-93 als Hebamme, zuerst in Krankenhäusern, ab 88 freipraktizierend mit Hausgeburten, in der Geburtsvorbereitung & Nachbetreuung. Seit 1994 ausschließlich WEGE-Redaktion in einer Person, das Geburtsthema ist ihr aber nach wie vor ein großes Herzensanliegen.

Geburt im Internet:

- www.hebammen.at
- www.geburtskanal.de
- www.aktionleben.at
- www.projekt-erdling.de
- www.natuerliche-geburt.de

(Quelle: <http://www.wege.at/gebaeren.htm>)

Dieser Artikel wurde zuerst veröffentlicht im **WEGE MAGAZIN** www.wege.at
Wir bedanken uns für die Erlaubnis, ihn hier zu publizieren.