

# Eine „schwere Geburt“ - Hilfe bei belastenden Geburtserfahrungen

Ein Kind ist zur Welt gekommen! Die Emotionen der Eltern, besonders der Mutter, reichen von: „Der schönste Moment in meinem

## SALUTA Hof Medewege

Die Geburt eines Kindes ist für beide Elternteile immer ein einzigartiges Erlebnis, denn ein neuer Mensch betritt die Erde. Die Freude und die Sorge für das Kind stehen nun im Vordergrund. Und gerade weil wir unser Bestes geben wollen, ist es wichtig, dass wir ebenso gut auf uns selbst acht geben.

Die Erfahrungen einer schweren Geburt können uns die Kraft nehmen, die wir benötigen, um zuversichtlich in die Zukunft zu schauen. Da ist es nicht nur berechtigt, sondern auch sinnvoll, sich Hilfe zu holen.

Unser Projekt SALUTA in Medewege bietet jedem Betroffenen, egal ob Mutter oder Vater, verschiedene Möglichkeiten:

- **BIOGRAFIEARBEIT:** Wie steht dieses Erlebnis in meinem Lebenszusammenhang? Wie lerne ich, gut für mich zu sorgen? Was brauche ich für meine Zukunft? und
- **KUNSTTHERAPIE:** Wie kann ich meine schöpferischen Heilungskräfte erwecken und meine individuellen Impulse gestalten? (**Mechthild Breme**, Dipl.-Bildhauerin und Kunsttherapeutin)
- **PSYCHOTHERAPIE** (Gestalttherapie und Gesprächstherapie) und **STRÖMUNGSMASSAGE** nach Dr. Simeon Pressel (**Claudia Holst**, Dipl.-Psychologin)
- **HEILEURYTHMIE** (Barbara Manjock aus Hamburg)
- **HEILSINGEN** (Gesangstherapeut Andreas Just aus Berlin)

## Familien mit frühgeborenen oder sehr kranken Kindern

Kommt ein Kind zum Beispiel zu früh oder mit einer ernsten Erkrankung zur Welt, machen sich die Eltern nicht nur um die Gesundheit ihres Babys Sorgen. Oft werden sie auch von Zukunftsängsten oder Schuldgefühlen geplagt. Das Neugeborene muss vielleicht noch in der Klinik bleiben. Die ersten Wochen mit dem Baby verlaufen wahrscheinlich ganz anders als geplant und sind von Ungewissheit und Stress geprägt.

„In Schwerin sind wir in der glücklichen Lage, dass Familien in dieser Situation durch das Netz aus Klinik – Kinderzentrum – Kinderambulanzen und Kinderärzten gut aufgefangen werden.“, so der Kinderarzt Herr Böttcher. „So wird nicht nur das Kind betreut, sondern die gesamte Familie. Die Eltern können sich immer an uns wenden, auch um beispielsweise noch einmal über die Umstände der Geburt zu sprechen.“

Während die Eltern in die neue Situation hineinwachsen, ergeben sich immer wieder Fragen, für die Kinderärzte, Sozialpädagogen und weitere Spezialisten ein offenes Ohr haben. Als Konsequenz des ganzheitlichen Ansatzes des Kinderzentrums wird so die Familie als Einheit langfristig begleitet.

**Dr. med. Dirk-Rainer Böttcher**  
FA für Kinder- u. Jugendmedizin / Neonatologie  
Kinderzentrum Mecklenburg  
SN, Wismarsche Straße 390, Tel.: 0385-55159-0  
www.kinderzentrum-mecklenburg.de  
info@kinderzentrum-mecklenburg.de

## Belastende Geburtserfahrungen binden Lebensqualität

Inzwischen ist bekannt, dass traumatische Belastungen durch Geburten verschiedenste Ursachen haben – und jeden treffen können. Nicht nur ein Kaiserschnitt, sondern auch „ganz normale“ Geburten können als große psychische Belastung empfunden werden. Wenn verschiedene Eindrücke des Geburtsverlaufs der Mutter nicht mehr aus dem Kopf gehen, ist das ein deutliches Zeichen dafür, dass das Erlebte nicht ausreichend verarbeitet wurde. Typisch sind beschwichtigende Aussagen wie „Aber das Kind ist ja gesund.“. Die Belastung kann bis hin zur Posttraumatischen Belastungsstörung gehen.

Die Symptome können depressiver Art sein, das Gefühl das Kind nicht versorgen zu können, Gefühlstau zu sein, die Vermeidung von Sexualität. Aber auch gereiztes Verhalten oder die Angst vor einer erneuten Schwangerschaft sind Symptome einer Stressbelastung. Dies kann sich auf die gesamte Umgebung auswirken. Auch Männer können betroffen sein.

Bereits punktuelle Hilfe kann an einem frühen Zeitpunkt zu dauerhafter Entlastung führen. Unser Angebot der gemeinsamen Nachbesprechung besteht darin, dem Geburtserlebnis auf ganz strukturierte, fokussierte Art und Weise noch einmal zu begegnen – und so der Seele Zeit zu geben, das Erlebte bewusst zu reflektieren, ohne Interpretationen oder Ratschläge. Das bringt den Betroffenen mehr Klarheit, so dass sich die Belastung lösen kann. Manchmal verblasen die Erinnerungen auch regelrecht, wenn die Belastung nachlässt. Das Erlebte kann in sich abgeschlossen werden.

Viele Frauen nehmen dieses Angebot gerne per Telefon wahr – sie schätzen die anonymere Situation und möchten mit dem Neugeborenen lieber zu Hause bleiben.

**Astrid Saragosa** (Psychologin),  
82362 Weilheim, Tel. 0881-9270086,  
www.geburtstrauma.de, info@trauma-institut.com



## Osteopathie

Im Zusammenhang mit der Geburt spricht man auch von einem Geburtstrauma, da der Weg auf die Welt schon recht beschwerlich ist. Es wird zum Teil von außen nachgeholfen, wenn Kind und werdende Mutter diesen Weg nicht allein auf natürliche Art und Weise bestreiten können, z.B. über wehenfördernde Mittel, Geburtseinleitung, Kristellern, Sauglocke oder Kaiserschnitt.

Dabei wirken auf Mutter und Kind stärkere Kräfte, als die Natur vorgesehen hat. Das betrifft hauptsächlich den Damm bzw. Beckenboden der Mutter und die Hals- bzw. Lendenwirbelsäule und das Becken des Säuglings. Bei kindlichen Blockaden der Halswirbelsäule wird oft vom KISS-Syndrom gesprochen, der Kopfgelenk-Induzierten-Symmetriestörung. Anzeichen dafür können sein: anhaltendes Schreien, Stillprobleme (evtl. nur einseitig), das Entwickeln einer „Lieblingsseite“ der Kopfdrehung, Überstrecken des Kopfes, massive Verdauungsprobleme uvm.

Ein sehr erfahrener Osteopath/-in oder ärztliche Manualtherapeut/-in kann diese Blockaden auf sanfte Art lösen und so den Selbstregulationsfluss des Kindes begünstigen. Es ist dann nicht mehr so sehr mit sich beschäftigt und hat es etwas leichter auf der Welt anzukommen.

Bei der Mutter kann es nach Dammschnitt oder Kaiserschnitt durch das Narbengewebe zu Beeinträchtigungen kommen. Diese sind durch anhaltende Schmerzen in verschiedensten Bereichen zu spüren und lassen sich ebenfalls gut osteopathisch behandeln.

**Monika Feicke** (Osteopathin D.O.,  
Physiotherapeutin, Heilpraktikerin in Schwerin)  
monika-feicke@t-online.de

## Natürliche Geburt oder Akt der modernen Medizin?

Seitdem die „ärztliche Kunst“ den Kreissaal erobert hat, passiert mit der Geburt etwas Merkwürdiges: Aus einem intimen, menschlichen und sehr persönlichen familiären Ereignis wurde ein technisch überwachter, nach festen Parametern ablaufender Akt der modernen Medizin.

Kaum eine Geburt im Krankenhaus wird ihrem natürlichen Verlauf überlassen. Es wird vermessen, eingeleitet, anästhesiert, und geschnitten. Die körperlichen Aspekte der Geburt stehen im Vordergrund und haben das Hauptziel, ein unversehrtes Baby aus dem Körper der Mutter heraus zu holen.

Wie die Mutter die Geburt erlebt, interessiert tatsächlich kaum. Ob sie sich verunsichert oder eingeschüchtert fühlt, gedemütigt oder allein gelassen.

Dabei ist jede Geburt einzigartig wie die Frau, die sie erlebt – mit ihrer Vorgeschichte und Lebenssituation. Jede Frau verdient eine humane Geburt mit liebevollem Umgang. Denn dann kann die Geburt noch so schmerzvoll, lang oder kompliziert sein, sie wird ohne Angst und Verzweiflung erlebt.

**Inga Erchova** (Dipl.-Psychologin in Hamburg)  
Tel. 040/38073133  
www.mutterinstinkt.net, inga@mutterinstinkt.net

## Gerade auf die Welt gekommen - und schon so viel erlebt

Mit seiner Geburt, mit dem Empfangensein auf dieser Welt, bringt ein Kind schon viele Erfahrungen mit.

Schon in der Gebärmutter lernt das Kind sich den Umständen anzupassen. Mutter und Kind befinden sich in ganz enger Symbiose. Das Kind macht alles, was die Mutter macht, es liebt, spürt Freude, leidet aber auch mit der Mutter, spürt ihre Ängste. Es empfindet ihre Herztöne, empfindet Schreck mit ihr und sorgt sich um sie, denn sein Leben hängt von ihr und ihrem Leben ab. Die Erfahrungen von Mutter und Kind in dieser Zeit spielen eine große Rolle beim Ablauf der Geburt.

Manche Kinder wollen ganz schnell auf diese Welt, andere brauchen viel Zeit. Einige finden in optimaler Lage recht unkompliziert den Geburtsweg. Bei anderen gibt es Komplikationen. Da muss mit Widerstand gekämpft werden, mit Enge, Kraftreserven müssen aktiviert werden, Ängste überwunden. Es geht um's Leben. Keine leichte Aufgabe für das kleine Wesen – und die Mutter.

Jede Geburt bedeutet ein intensives körperliches und seelisches Erleben für Mutter und Kind. Es wirken gewaltige Kräfte vor allem auf den Kopf des Kindes ein. Dabei kann es zu Fehlstellungen im Kopf – Hals – Bereich des Kindes kommen, die sich bis zum Beckenbereich fortsetzen.

Ein Kaiserschnitt stellt für das Kind eine starke emotionale Belastung dar. Es wird jäh aus seinem vertrauten Umfeld gerissen, darauf ist das Kind nicht eingestellt. Das kann traumatische Folgen haben.

All diese Erlebnisse bleiben dem Kind im Gedächtnis. Das Neugeborene kann darauf ganz unterschiedlich mit körperlichen und seelischen Symptomen reagieren. Dazu gehören Fehlhaltungen, Symmetriestörungen, Verformung des Schädels, Schlaf- und Trinkstörungen, Blähungen oder auch Schreien und Spucken.

Als sanftes Behandlungsverfahren zur Lösung solcher ungünstigen Spannungszustände sowohl auf körperlicher als auch auf seelischer Ebene eignet sich die Craniosacrale Therapie in besonderer Weise.

Erlebtes kann besser verarbeitet und Kraft kann geschöpft werden, Spannungen werden achtsam und einfühlsam ausgeglichen. Damit wird eine gute Grundlage für eine gesunde Entwicklung des Kindes geschaffen. Die Craniosacrale Therapie hilft auch Erwachsenen.

**Ursula Petzold** (Heilpraktikerin in Schwerin,  
Lübecker Str. xxx, Tel. 0385 - 123456)  
www.

