



GIVING BIRTH



Geglückte Geburt?

Wehenschmerzen machen Sinn, müssen aber heute nicht von jeder Frau ertragen werden. „NewMom“ hat Ärzte und Hebammen über schmerzlindernde Maßnahmen befragt. Im Folgenden Pro und Kontra zu Periduralanästhesie & Co.

Autorin: Sarah Coskai | **Fotos:** Shutterstock, www.123rf.com



GIVING BIRTH

Bis ein neuer Erdenbürger das Licht der Welt erblickt, können viele Stunden vergehen. Stunden, die meist von heftigen Wehen begleitet sind. In Zeiten von effizienter Schmerztherapie muss das nicht sein, sagen die einen ... Die anderen wiederum sehen durchaus Sinn darin, sich ohne die Segnungen der modernen Medizin durch eine Geburt zu quälen. Wehenschmerzen haben, finden sie, ihre Berechtigung: „Sie fördern die Wehentätigkeit und sorgen dafür, dass etwas weitergeht bei der Geburt, und zwar im richtigen Tempo für Mutter und Kind“, ist Elfriede Achter, seit 29 Jahren Hausgeburtshilfende in Wien, überzeugt. Der Schmerz geht von der Dehnung der Mutterbänder und der Öffnung des Muttermundes aus. „Das tut einfach weh, außerdem löst es beispielsweise die Ausschüttung des Hormons Oxytocin aus, das wiederum die Wehentätigkeit fördert“, so die erfahrene Hebamme. „Wenn die Kontraktionen stärker werden, schüttet der Körper Endorphine aus. Dadurch kommt die Frau in einen richtig euphorischen Zustand und kann die Schmerzen besser verarbeiten.“ Viele Frauen wissen von einem wahren Hochgefühl nach der Geburt ihres Babys zu berichten.

BETÄUBTER SCHMERZ

Allerdings gibt es auch Frauen, die Geburtsschmerzen als fürchterlich quälend, schier unerträglich erleben. Es macht ihnen Angst, dem eigenen Körper, den Wehen ausgeliefert zu sein. Der körperliche Schmerz wird in der Folge besonders intensiv erlebt. „Es gibt heutzutage kein medizinisches Muss, den Wehenschmerz von Anfang bis Ende zu ertragen“, meint dazu Dr. Johannes Seidel, Gynäkologe und Geburtshelfer in Wien. Eine Möglichkeit: die Epidural- oder Periduralanästhesie, kurz PDA. Dabei werden die nach unten ziehenden Nervenstränge blockiert und das Empfinden

in der unteren Körperhälfte ausgeschaltet. Dank PDA können Frauen heute die Geburt fast schmerzfrei bzw. deutlich schmerzreduziert erleben.

Weitere Vorteile, so Dr. Seidel: „Nebenwirkungen oder Komplikationen sind minimal – und Patientinnen könnten sich oft trotz PDA frei bewegen.“ Allerdings: Im letzten Abschnitt der Geburt macht der Geburtsschmerz durchaus Sinn, weiß Dr. Seidel. „Das Ausschalten der Wehenschmerzen durch eine Periduralanästhesie vermag sich hier nachteilig auszuwirken. Die Gebärende kann oft nicht aktiv wehensynchron mitpressen, da sie die Wehen kaum spürt.“

VIELE WEGE, EIN ZIEL

Gebärenden mit unerträglichen Wehenschmerzen können Ärzte auch stark wirksame Schmerzmittel in Form einer Infusion verabreichen – sofern die Geburt nicht unmittelbar bevorsteht. „Diese Morphium-Abkömmlinge dämpfen die Schmerzempfindung und machen müde“, erklärt Dr. Maria Stammmler-Safar, Gynäkologin und Geburtshelferin am AKH Wien. „Vielen Frauen schafft das Entspannung für zwei, drei Stunden, die oft eine gute Wirkung auf die Weite des Muttermundes hat ...“ Aus Sicht der Gynäkologin kann eine Geburt von der Frau nur dann als positiv erlebt werden, wenn es dem geburtshilflichen Team gelingt, das speziell für sie Notwendige herauszufinden: „Die Geburt wird ja oft – etwa in Geburtsvorbereitungskursen – mit dem Gang auf einen Berg, dem Sich-Vorarbeiten zu einem Gipfel verglichen“, so Dr. Stammmler-Safar. „Nun gibt es aber Gipfel, die man sowohl über einen rasanten Klettersteig als auch über eine gut ausgebaute Forststraße, mit Sessellift oder Gondel erreichen kann. Diskutiert irgendetwas darüber, was davon sinnvoll oder sinnlos ist? Warum sollte also eine Geburt mit bzw. ohne PDA richtig oder falsch sein?“



GIVING BIRTH



Einerseits ermutigt Stammeler-Safar Gebärende dazu, zu ihren individuellen „Wünschen“ zu stehen; andererseits weiß sie, dass es für Frauen von großem Vorteil ist, wenn sie offen und flexibel sind: „Denn so wie einem Direktissima-Gipfelstürmer passieren kann, dass ihm die Puste ausgeht und er auf die Forststraße einschwenken muss, kann es

auch einer Frau ergehen, die sich eine ganz natürliche Geburt vorgestellt hat und dann, nach stundenlangen Wehen, doch nur mehr durch die schmerzlindernde PDA ‚weitermachen‘ kann ...“ Aber nur, wenn der Frau dieser Weg innerlich nicht durch zu viel Ideologie verstellt ist, wird sie die Geburt als „geglückt“ ansehen können.

PDA, AKUPUNKTUR & CO. – ERFAHRUNGSBERICHTE AUS DEM KREISSAAL

Bernadette: „Schmerzfrei“

„Ich habe bei der Geburt meines Sohnes eine PDA bekommen und war total zufrieden damit. Ich bin ein ziemlicher Angsthase, was Nadeln und Spritzen angeht. Aber an das Setzen der PDA habe ich – anders als manche andere Frauen – keine negativen Erinnerungen. Meine Beine habe ich danach nicht mehr gespürt, pressen konnte ich aber noch selbst.“

Barbara: „Entspannend“

„Ob mir die Akupunktur während der Schwangerschaft die Geburt erleichtert hat, kann ich nicht sagen, weil ich sie ja nicht noch einmal ohne wiederholen kann. Jedenfalls hat sie mich jedes Mal sehr entspannt, alleine deswegen würde ich sie mir wieder gönnen.“

Hebamme Achterl: „Vertrautheit“

„Eine vertraute Umgebung, vertraute Menschen, gedämpftes Licht, Ruhe: Das alles hilft der Gebärenden, sich zu öffnen, sich gehen zu lassen, dem Schmerz Ausdruck zu geben. Als Hebamme bestätige ich sie darin, dass sie das gut macht, dass alles gut läuft. Und ich helfe ihr, wenn's nötig ist, eine neue Position zu finden, wieder in ihren Atemrhythmus zu kommen, die Pausen zur Erholung zu nützen. Eine warme Badewanne, Wärme im Kreuz, Massagen während der Wehen, Homöopathie ... all das hilft. Akupunktur, Shiatsu und Osteopathie tragen dazu bei, Spannungen schon in der letzten Schwangerschaftsphase zu lösen.“