

St. Petri – Geborgenheit im inneren Raum – die Gebärmutter - 23.12.23

Wie ein Baby auf die Welt kommt, ist wichtig, it Matters, nicht nur für das Baby, sondern auch für die Mutter.

Als Hebamme mit über 42 Jahren Erfahrung habe ich viele Mütter begleitet in verschiedenen Ländern and Settings. Darunter auch viele Hausgeburten und kann dies nur bestätigen.

Es ist erwiesen, dass die Plazenta die mütterlichen Hormone, an das Kind weitergibt. Ist die werdende Mutter beispielsweise gestresst, steigt der Cortisol-Spiegel an und das erhöht auch den Stresspegel des Ungeborenen.

An den positiven Gefühlen seiner Mutter hat das Baby genauso Anteil. Endorphine und andere Glückshormone strömen zum Ungeborenen.

Studien beweisen, Gefühle der werdenden Mutter prägen ihr Kind. Wenn ein Baby im Mutterleib ausschließlich Ablehnung erfährt, wird es später schwerer haben, sich selbst zu mögen.

Liebe und Zuversicht – das Gefühl der Geborgenheit in der Gebärmutter – hilft dem Ungeborenen sich auf den Außen- Raum vorzubereiten.

Ungeborene leiden mit, wenn es ihrer Mutter nicht gut geht. Es tut weh, sich das so vorzustellen, gerade in Krisen- und Kriegszeiten. Oder auch wie ich es in Neuseeland erlebt habe durch schlimme Erdbebenzeiten. Dies hängt natürlich davon ab, wie lange das Ungeborene die Tiefpunkte seiner Mutter ausgesetzt ist. Allerdings haben Forschungen auch ergeben, dass das Baby im Mutterleib sehr im Augenblick lebt. „So schnell, wie es mit in eine Moll-Stimmung fällt, so rasch hellt sich sein Gemüt auf, wenn seine Mutter wieder fröhlicher ist“. Ich frage mich, wie es wohl Maria erging, als sie mit Jesus schwanger war und dann später, als sie Jesus im Stall gebar?

Welche Faktoren in der Schwangerschaft und bei der Geburt Wohlbefinden oder ein Gefühl von Sicherheit für die Mutter auslösen, ist unterschiedlich. Während Sicherheit für einige Frauen darin besteht, ein Netzwerk an moderner Medizin im Hintergrund zu wissen, ist es für andere ausreichend, auf das Können der Hebamme zu Hause oder in einer Geburtsklinik zu vertrauen.

Wärme, Ruhe, Abgeschlossenheit, Vertrauen, Respekt, Zeit zum Zuhören – diese Rahmenbedingungen sind in der Geburtshilfe in Deutschland manchmal schwer zu finden. Die außerklinische Geburtshilfe ist stark zurück gegangen, in den Kliniken unterliegen Geburten starke Klinikroutinen und Personalmangel, insbesondere Hebammenmangel. Darum können die individuellen Bedürfnisse einer Schwangeren nicht immer mitberücksichtigt werden. Es wird berichtet, dass jede dritte Frau in Deutschland von Momenten, die sie während der Geburt erfuhr, als übergriffig, respektlos oder gar gewalttätig erlebt hat.

Posttraumatische Belastungsstörungen verhindern gesunde Mutter und Kind Bonding, die das Kind für ein Geborgenheitsgefühl braucht um mit Selbstvertrauen aufzuwachsen. Diese traumatischen Erlebnisse beeinflussen auch das Stillen.

Sich persönlich geschützt, begleitet und umsorgt zu fühlen, von Familie, Freunden und der Gesellschaft und von qualifizierten Hebammen und Ärzten unter Berücksichtigung von individuellen Bedürfnissen begleitet zu werden, das bring Geborgenheit und Sicherheit und dann geht es dem Ungeborenen auch gut. Dann ist es oft egal was die Frau während der Schwangerschaft erlebt oder

ob sie zu Hause, in einem Geburtshaus oder in einer Klinik ihr Baby zur Welt bringt oder die Geburt anders verläuft als geplant.

Vielleicht ist es deshalb, dass wir das sehr alte Weihnachtslied 'Stille Nacht' singen, vielleicht wurde Jesus in die Stille hineingeboren und Maria fühlte sich geborgen in ihrem Raum, in dem Stall, umgeben von vertrauten Menschen?

Ich möchte zum Abschluss mit einem Beispiel aus meiner Hebammenarbeit in Myanmar berichten.

Mae Sung (Nicht ihr richtiger Name) war in ihrer 40. Schwangerschaft Woche, als burmesische Soldaten in ihr Haus stürmten, um das ethische Reinigen zu beginnen. Die burmesischen Soldaten sind von der Regierung angeleitet, alle ethnischen Gruppen, die nicht Burmesen sind, zu töten. Mae Sung und ihre Familie, die zur Shan Menschengruppe gehören, sind durch die Hintertür geflüchtet und nach 3 Tagen durch den Dschungel auf einem hohen Berg angekommen, wo sie sich niederlassen konnten. Wasser wurde von einem kleinen naheliegenden Bach benutzt. Nach einer Woche dort, begegneten wir ihnen mit zwei anderen Familien. Sie waren hungrig, aber glücklich, dass sie mit ihrem Leben davongekommen waren. Sie kamen dann mit uns in ein geheim gehaltenes Flüchtlingslager. Sobald sie ihren Unterkunftsplatz, ihr neues Zuhause, zugewiesen bekamen, fing Mae Sung Wehen an. So wurde der kleine Sai Kham im Rahmen seiner Familie geboren. Mae Sung fühlte sich geborgen, weil sie mit ihrer Familie zusammen war, und sicher, weil sie sich geschützt fühlte vor den burmesischen Soldaten. Die konnten Mae Sung nicht mehr erreichen. Ein Raum von Geborgenheit war geschaffen worden. Wenn dies in einem Zivilkrieg passieren kann, dann kann es auch hier in Deutschland.

So lasst uns mithelfen für alle Schwangeren, Ungeborenen und Neugeborenen einen Raum der Geborgenheit zu verschaffen.

Ruth Martis (Prof. Dr.)