

Geburt in den eigenen vier Wänden

Eva Sofia und Luca entschieden sich für eine Hausgeburt. Ihre drei Kinder durften mit dabei sein

Von Sonja Furter (Text und Foto)

Basel. Für jede Frau ein besonderer Moment: die Geburt eines Kindes. Ein Ereignis, das 98 Prozent aller Schweizerinnen im Spital erleben. Nur zwei Prozent gebären ausserklinisch, also in einem Geburtshaus oder zu Hause. Eine davon ist Eva Sofia.

Die Mutter von vier Kindern wollte schon immer möglichst natürlich gebären, am liebsten in den eigenen vier Wänden. Eher skeptisch stand einer Hausgeburt ihr Mann Luca gegenüber: «Als Arzt bin ich von der medizinischen Perspektive geprägt. Ich weiss um mögliche Komplikationen bei einer Geburt.» Um sich über verschiedene Optionen zu informieren, trat das Paar in Kontakt mit einer freischaffenden Hebamme. «Das Ja für eine Hausgeburt ist dann Stück für Stück gewachsen», sagt der Vater. «Die erfahrene Hebamme strahlte Zuversicht aus und vermittelte uns Sicherheit.»

Bevor das Kind zu Hause zur Welt kommen konnte, wartete allerdings noch viel Arbeit auf die Eltern. Den Boden des Schlafzimmers mit Plastikfolie abkleben, einen Gebärpool von Freunden ausleihen, Probe-Aufpumpen und Löcher flicken, die Leute im Haus informieren und Utensilien wie Litermass oder Tücher bereitstellen.

Der neue Erdensbürger kündigte sich am frühen Morgen des 17. Februars 2015 an. Während ihr Mann den Pool im Schlafzimmer mit Wasser füllte, entspannte sich die Mutter in der Badewanne im Zimmer nebenan. Das Paar informierte die Hebamme über den Geburtsstart und verschickte SMS an Freunde und Familie, dass das Baby nun unterwegs sei. Mittels Atem- und Entspannungstechniken hielt Eva Sofia Wehe um Wehe aus. Luca massierte ihr den Nacken. Dazwischen wechselte er die Windeln der älteren Geschwister, die nach und nach ins Bad tapsten.

Hebamme kam fast zu spät

Der knapp vierjährige Josia betrachtete mit staunenden Augen seine Mama und wollte wissen: «Was ist mit ihr?» Der Vater erklärte, dass das Baby bald zur Welt komme. Später wechselte Eva Sofia in den Gebärpool. Bei jeder Wehe gab ihr Mann mit den Händen am Rücken Gegendruck. «Es war schön, an der Geburt teilhaben und sagen zu können: Wir haben das Kind zusammen zur Welt gebracht. Aber es war auch anstrengend, das muss ich ehrlich zugeben», sagt der Vater.

Bei der Geburt mit dabei sein durften auch die älteren Geschwister. Wann und wie lange konnten, sie selbst entscheiden. So pendelten sie zwischen dem Geburts- und Wohnzimmer hin und her, wo vertraute Personen mit ihnen spielten. Da die Geburt schnell voranschritt, fürchtete das Paar, dass die Hebamme nicht rechtzeitig erscheine. «Sonst machen wir es halt dieses Mal alleine!», meinte der Mann irgendwann. Als die Hebamme endlich eintraf, hatte die Mutter bereits Presswehen. Der Intensität dieser Phase gab Eva Sofia lautstark Ausdruck. «Den Schluss empfand ich als sehr intensiv,



«Das Ja für eine Hausgeburt ist Stück für Stück gewachsen.» Eva Sofia und ihr Mann Luca, mit ihren vier Kindern.

aber nicht negativ. Es war mehr eine Kraft und ein grosser Druck als Schmerz», erinnert sie sich.

Erschreckt von ihrem Schrei rannte der vierjährige Josia ins Wohnzimmer und warf sich weinend der Grossmutter in die Arme. «Mama ist traurig», schluchzte er, während seine Oma ihn tröstete. «Ich finde, das ist normal und gut, wenn Kinder miterleben dürfen, dass es emotionale, intensive Momente im Leben gibt. Und merken, dass auch Eltern Gefühle haben», reflektiert der

Vater die Szene. Kaum angekommen, schob die Hebamme eilig Tücher in den Ofen, um sie zu wärmen.

Wenige Wehen später sah man bereits das Köpfchen. Dann, mit der nächsten Presswehe, kam das Baby auf die Welt. Siloah, 3340g schwer. Die Mutter nahm es mit ihren Händen zu sich und legte es auf ihre Brust. Umringt von seinen drei Geschwistern und den nahen Verwandten, wurde das kleine Mädchen bestaunt und willkommen geheissen. Die älteste Tochter Elaia (5),

die schon bei der letzten Geburt mit dabei war, fand, man habe dieses Mal ein bisschen besser sehen können, wie das Baby zur Welt gekommen war. «Aber könntest du das nächste Mal dann nicht ausserhalb des Pools gebären, Mama?», wünschte sie sich.

Die richtige Entscheidung

Der kleine Josia strahlte vor Stolz, als er zusammen mit seinem Vater die Nabelschnur seiner frisch geborenen Schwester durchschneiden durfte.

Anschliessend wurde die kleine Siloah von der Hebamme untersucht und das Geburtsgewicht eingetragen.

Die Geburt erlebte das Paar als schön und stressfrei. Wie sie es sich gewünscht hatten. «Persönliche Vorteile an der Hausgeburt waren für uns das Vertrauensverhältnis zur Hebamme, dass es keinen Schichtwechsel gab und wir gut entspannen konnten aufgrund der vertrauten Umgebung.» So hatte es das Paar schon beim dritten Kind erlebt, das ebenfalls eine Hausgeburt war. Aber auch die Geburt des zweiten Kindes im Spital ist der Mutter positiv in Erinnerung geblieben. «Einzig meine erste Geburt im Spital erlebte ich, aufgrund von Komplikationen, als eher mühselig.»

«Rund zwei Prozent gebären ausserklinisch»

Der Gynäkologe Dieter Blumer über Voraussetzungen und die Sicherheit einer Hausgeburt

Von Sonja Furter

Münchenstein. Dr. med. Dieter Blumer, Facharzt FMH für Gynäkologie und Geburtshilfe, arbeitet eng mit den Hebammen aus dem Geburtshaus Basel zusammen. Ein Gespräch über Chancen und Risiken der Hausgeburt.

BaZ: Was sind die Voraussetzungen, dass eine Frau zu Hause gebären kann?

Dieter Blumer: Die Frau muss gesund sein und ihre Schwangerschaft muss ohne Komplikationen verlaufen. Sie darf also zum Beispiel nicht unter Schwangerschaftsdiabetes leiden. Auch muss sich das Kind in Kopflage befinden.

Ist eine Hausgeburt überhaupt sicher?
Es gibt eine Nationalfondsstudie, die 1993 durchgeführt wurde. Deren

zentrale Aussage ist: Für eine gesunde Schwangere ist eine Geburt zu Hause genauso sicher, wie wenn sie ihr Kind im Spital gebärt.

Und in einem Notfall?

Bei etwa vier Prozent aller Hausgeburten gibt es eine Verlegung ins Spital. Das entscheiden die Hebammen. Aufgrund ihrer langjährigen Erfahrungen erkennen sie Notsituationen früh genug. Ein Grund dafür, dass eine Verlegung nötig wird, kann etwa eine zu starke, schmerzhafte Wehentätigkeit sein. Eine Periduralanästhesie zu erhalten, ist nur im Spital möglich.

Zu Hause oder im Spital gebären?

Grundsätzlich: Eine Geburt ist dann schwierig, wenn sie mit grossen Ängsten verbunden ist. Für manche Frauen bietet die medizinische Versorgung im Spital die nötige Sicherheit, für andere Frauen die vertraute Umgebung der eigenen vier Wände. Es gibt keine allge-

meine gültige Antwort. Allerdings haben Frauen zu Hause oft bessere Geburtsverläufe, weil sie in der vertrauten Umgebung entspannter sind.

Welche Frauen entscheiden sich für eine Hausgeburt?

Frauen, die sich eine Hausgeburt wünschen, kommen oftmals aus sozialen und pädagogischen Berufen und setzen sich sehr bewusst mit der Thematik Schwangerschaft und Geburt auseinander.

Wie beurteilen Sie eine Hausgeburt nach einem Kaiserschnitt?

Bei rund einem Prozent der Frauen mit Kaiserschnitt reizt die Narbe unter einer nachfolgenden Geburt. Nach einem Kaiserschnitt sollte das zweite Kind im Spital geboren werden. Ein darauffolgendes Kind kann wieder zu Hause zur Welt kommen. Denn die Wahrscheinlichkeit, dass die Narbe dann reissen wird, ist sehr klein.

Gute Geburtserfahrung

Mit zur Entscheidung für eine Hausgeburt hat auch ihre Familiengeschichte beigetragen. Eva Sofia wurde selbst im Elternhaus geboren. Ihr Mann war dabei, als sein fünf Jahre jüngerer Bruder zu Hause zur Welt kam. Dies sei ihm als gute und eindrückliche Erfahrung in Erinnerung geblieben. Abgeraten, das Kind in den eigenen vier Wänden zu gebären, habe ihnen im Vorfeld daher niemand, meint der Vater. Nur hinterher hätten einige seiner Arztkollegen gesagt, sie hätten sich das nicht zugetraut.

Auf die Frage, ob sie wieder zu Hause gebären würden, stimmen beide zu. Und der Vater ergänzt mit einem Schmunzeln: «Nur, dass wir jetzt dann wohl genug Kinder haben.» Eva Sofia will andere Schwangere ermutigen. Sie engagiert sich darum in einem Team, das Geburtskurse anbietet – für Spital- und Hausgeburten.

gesundheit heute

Eine Sendung der Basler Zeitung



Problem Füsse

Mit Dr. Jeanne Fürst

Die Sendung ermöglichen: St. Claraspital, Interpharma, Merian Iselin, Schulthess Klinik und Vliolier AG

Unsere Füsse tragen uns durchs ganze Leben, erhalten jedoch oft erst dann Beachtung, wenn Probleme entstehen. Tatsache ist, dass fast die Hälfte der älteren Bevölkerung unter schmerzenden Füssen leidet. Dabei ist neben Hallux und Fersensporen auch das Morton-Neurom häufig. Diese Vorfusschmerzen werden durch eine chronische Nervenentzündung verursacht und sind wenig bekannt, aber häufig beim Spreizfuss.

Gesundheit heute:

Samstag, 17. Oktober 2015, 18.10 Uhr, auf SRF 1

Zweitausstrahlung auf SRF 1:

Sonntag, 18. Oktober 2015, 9.30 Uhr

Mehrere Wiederholungen auf SRFinfo

Weitere Informationen auf

www.gesundheit-heute.ch