

# Die Geburt

## Wer ist bei der Geburt anwesend?

Wir sprechen hauptsächlich die Frau an, die gebären wird, aber der Partner, der zu ihr gehört, ist natürlich genauso wichtig. Besprechen Sie miteinander, was Sie wollen und was Sie nicht wollen und wobei Sie sich wohlfühlen.

Vielleicht haben Sie bereits jemanden aus Ihrem näheren Umkreis gebeten, während der Geburt anwesend zu sein, z.B. Ihre (Schwieger)Mutter, Schwester oder beste Freundin. Das ist natürlich jetzt immer noch möglich. Sie können in dieser Situation zusätzliche Unterstützung gebrauchen. Deshalb kann es sehr beruhigend sein, wenn man vertraute Gesichter in der Nähe hat. Sie können für Sie einspringen, wenn es alles ein bisschen viel für Sie wird und sie könnten einige Aufgaben übernehmen und z.B. Fotos oder Videoaufnahmen machen. Natürlich sind Sie als Eltern immer am Wichtigsten. Wenn Sie etwas selbst machen wollen, machen Sie das dann auch und lassen Sie sich nicht zu viel aus den Händen nehmen. Alle Erinnerungen, die Sie schaffen können, sind wichtig, weil sie so selten sein werden.

## Besondere Wünsche in Bezug auf die Geburtshaltung

Vielleicht haben Sie einen Geburtsplan erstellt und haben darin angegeben, welche Haltung Sie bei der Geburt einnehmen möchten. Sie können sich an diesen Teil des Plans halten, aber Sie können ihn natürlich während der Geburt auch anpassen, wenn Sie lieber etwas anderes möchten. Meistens sind Sie nicht an Geräte angeschlossen. Deshalb gibt es viele verschiedene Möglichkeiten in Bezug auf den Verlauf der Geburt. Sie können z.B. Ihre eigene Musik, Fotos oder eine eigene Lampe für spezielles Licht mitbringen. Sie können sich unter die Dusche stellen und in einigen Krankenhäusern können Sie sogar in der Badewanne gebären.

## Schmerzbekämpfung

Während der Geburt können Sie immer um Schmerzlinderung bitten. Sie können dies im Voraus bei der Krankenschwester oder Hebamme melden. Das kann eine Spinalanästhesie oder Morphium-Injektion sein. Beachten Sie dabei, dass Sie hierdurch ein bisschen schläfrig werden können und Sie möglicherweise „nicht ganz da“ sind, wenn das Baby geboren wird. Eine Spinalanästhesie wird von einem Anästhesisten gesetzt, der erst noch gerufen werden muss. Abends und nachts ist nicht in jedem Krankenhaus ein Anästhesist anwesend. In einigen Krankenhäusern kommt der Anästhesist in den Kreißsaal, aber manchmal wird die Spinalanästhesie auch in einem Raum in der Nähe des OPs gesetzt. Denken Sie daran, dass das Setzen einer Spinalanästhesie einige Zeit dauert. Wenn die Eröffnungsphase der Geburt fast vorbei ist, wird man keine Spinalanästhesie mehr setzen. Melden Sie es also rechtzeitig, wenn Sie Schmerzlinderung wünschen.

Einerseits ist der Schmerz oft schwer zu ertragen, weil man dafür kein lebendes Baby "bekommt". Andererseits entspricht der körperliche Schmerz genau den psychischen Schmerzen und es kann darum gut sein, genau diese Schmerzen zu fühlen. Es ist darum gut, die Vor- und Nachteile der Schmerzbekämpfung zu besprechen.



## Was erwarten Sie von dem Pflegepersonal?

Besprechen Sie, was Sie vom Pflegepersonal erwarten. Möchten Sie, dass die Hebamme bei der Geburt anwesend ist? Wollen Sie die Krankenschwester oft oder lieber weniger oft im Zimmer haben? Bevorzugen Sie eine Doula und was ist dann ihre Aufgabe? Nicht alles wird immer möglich sein, aber man kann vielleicht Ihre Wünsche berücksichtigen, wenn Sie darüber sprechen. Es ist auch wichtig zu benennen, wovor Sie Angst haben. Manchmal sind Ängste durch gute Informationen oder einfache Handlungen leicht zu beseitigen. Wenn nicht, kann man auf jeden Fall berücksichtigen, wovor Sie Angst haben.

Bitte Sie das Pflegepersonal, Ihnen jede neue Handlung, die während der Geburt nötig ist, zu erklären und dann die Fragen zu stellen, die mit dieser Handlung zu tun haben. Alle Fragen auf einmal zu beantworten, ist oft zu viel. Wenn Sie die Entscheidungen Schritt für Schritt treffen können, bleibt es für Sie auch übersichtlich und angemessen für den Moment, den Sie dann durchmachen.

Seien Sie sich bewusst, dass Sie immer die Kontrolle über Ihren eigenen Körper haben.

Oft wird der Muttermund während der Eröffnungsphase nicht so regelmäßig überprüft wie bei der Geburt eines lebenden Kindes. Wenn Sie wissen möchten, können Sie natürlich fragen, wie weit der Muttermund inzwischen geöffnet ist. Wenn Ihr Baby während der Geburt noch lebt, aber bald sterben wird, möchten Sie vielleicht wissen, wann es gestorben ist. Fragen Sie dann, ob man regelmäßig den Herzschlag kontrollieren kann.

## Fotos und Videos

Da Sie Ihr Baby nach der Beerdigung nicht mehr bei sich haben können, haben Sie wenig Zeit, Erinnerungen an ihn/sie zu schaffen. Deshalb ist es schön, so viel wie möglich fest zu legen und Fotos aus der Zeit bis zur Beerdigung zu machen. Sie können hiermit schon während der Geburt beginnen. Auch wenn es sich vielleicht zu intim anfühlt, um diese Momente auch fest zu legen. Sie können besser etwas haben, das Sie nie mehr anschauen, als dass Sie später denken, hätten wir bloß.....

Sie können natürlich auch einen Geburtsfotografen bitten, bei der Geburt anwesend zu sein.

Oft erlebt die Mutter die Geburt wie im Rausch. Die körperliche Anstrengung ist groß und sie wird von Emotionen überwältigt. Dann könnte es sein, dass Sie ein paar Tage oder Wochen nach der Geburt das Gefühl haben, dass dies alles nicht passiert ist. Dass Sie nie schwanger waren und kein Baby bekommen haben. Es kann helfen, Teile der/die Geburt zu filmen, so dass Sie später in Ruhe zurückblicken und erfahren können, was Ihnen eigentlich „passiert“ ist.

Viele Leute denken, dass Fotos und Filmaufnahmen anderen Leuten gezeigt werden sollen, aber es kann für Sie persönlich selbst sehr hilfreich sein, "Beweise" für das zu haben, was passiert ist. Also behält man dieses Filmmaterial nur für sich. Wenn Sie nichts haben, können Sie auch nie wieder etwas ansehen.



## **Ihr Baby nach der Geburt bewundern und es auf Ihren Bauch/Ihre Brust legen**

Wenn Ihr Baby geboren wird, möchten Sie es natürlich kennenlernen:

- Er/sie kann unmittelbar nach der Geburt auf die Brust gelegt werden.
- Sie können auch erst abwarten und Menschen, die bei der Geburt dabei sind, bitten, Ihr Baby zuerst zu beschreiben.

Es ist wichtig, dass Sie darüber sorgfältig nachdenken, denn dieser Moment wird nie wiederkommen. Die meisten Mütter wollen ihr warmes Baby gerne direkt bei sich haben. Ihr Baby wird nämlich bald danach abkühlen und er/sie wird sich nicht mehr so warm anfühlen wie unmittelbar nach der Geburt.

Wenn Ihr Baby viel zu früh geboren wird, wird die Hautfarbe Ihres Babys meistens viel dunkler sein als die eines ausgereiften Säuglings. Weil die Haut noch so dünn ist, ist sie beinahe durchsichtig und man kann manchmal alle Adern sehen. Die Wassermethode ist eine sehr gute Möglichkeit, um dafür zu sorgen, dass die Hautfarbe Ihres Babys heller wird. Weitere Informationen finden Sie unter [www.watermethode.nl](http://www.watermethode.nl)

Wenn Sie bereits später in der Schwangerschaft sind und Ihr Baby im Bauch verstorben ist, kann die Haut Ihres Babys ein wenig beschädigt sein. Nach dem Tod im Bauch wird keine Hautschmiere mehr hergestellt, die die Haut vor dem Fruchtwasser schützt. Da er/sie sich oft für eine Weile (ein paar Tage) in der warmen Fruchtwasserflüssigkeit befindet, kann seine/ihre Haut Falten bekommen (wie bei uns, wenn wir Geschirr abwaschen oder zu lange in der Badewanne sitzen) oder sich sogar lösen. Seien Sie also nicht beunruhigt, wenn Sie sehen, dass die Haut Ihres Babys nicht vollständig intakt ist. Dies wird Mazeration genannt und gehört dazu. Es hat also nichts mit der Todesursache zu tun.

### **Die Nabelschnur durchschneiden**

Das Durchschneiden der Nabelschnur ist ein besonderer Moment. Dadurch wird Ihr Baby von Mama getrennt. Lassen Sie diesen Moment nicht einfach vorüber gehen. Denken Sie darüber nach, wer die Nabelschnur durchschneidet und lassen Sie ein Foto von diesem Moment machen. Sie können auch ein Stück der Nabelschnur aufbewahren und trocknen lassen.

### **Ihr Baby waschen und anziehen**

Da die Haut eines Frühgeborenen oder eines Babys, das im Bauch gestorben ist, so empfindlich ist, ist es besser, Ihr Baby nicht sofort zu baden oder anzuziehen. Das warme Wasser wäscht die Hautschmiere ab und Kleidung kann dadurch an seiner/ihrer Haut festkleben. Dadurch kann Kleidung später schwierig gewechselt werden. Wir empfehlen Ihnen daher, Ihr Baby zunächst in die Außenseite einer Zellulosematte zu wickeln. Diese Kunststoffseite schützt Ihr Baby. In den Tagen vor der Beerdigung können Sie dann sehen, wie es geht und ihrem Baby immer noch etwas anziehen oder es in ein Tuch wickeln.

Wenn Sie die Wassermethode gewählt haben, können Sie am Tag der Beerdigung einen schönen Bademoment planen. Sie können dann das kalte Wasser durch wärmeres Wasser mit einem Badeöl ersetzen. Danach können Sie Ihr Baby eincremen und anziehen oder in ein Tuch wickeln.

### **Besuch empfangen nach der Geburt**

Es ist gut, darüber nachzudenken, wer nach der Geburt im Kreißsaal zu Besuch kommen darf. Es ist natürlich schön, Ihr Baby zu zeigen, aber nach einem solchen emotionalen Ereignis kann es manchmal auch zu viel sein. Vielleicht können Sie bald nach Hause und empfangen Ihren Besuch lieber in Ihrer eigenen, ruhigen Umgebung.

### **Plazenta angucken/aufbewahren**

Die Plazenta und der Fruchtwassersack waren das Häuschen und Esszimmer Ihres Babys. Es ist schön zu sehen, wo Ihr Baby gewesen ist. Da Ihr Kind nicht mehr lebt, achtet man hier kaum darauf. Wenn die Plazenta operativ entfernt werden muss, werden Sie sie danach in der Regel nicht mehr sehen können. Wenn Sie das wollen, können Sie es vorher melden. Die Plazenta wird fast immer zu weiteren Untersuchungen eingeschickt. Wenn Sie möchten, können Sie ein Stück der Nabelschnur bekommen und aufbewahren (lassen Sie sie trocknen).

Wenn es andere Dinge gibt, die für das Pflegepersonal wissenswert und wichtig sind, schreiben Sie sie auf und besprechen Sie sie im Voraus.



## Untersuchung der Todesursache?

Manchmal ist die Todesursache Ihres Babys sofort deutlich, weil z.B. eine Infektion festgestellt wurde oder weil die Plazenta sich gelöst hat. Das sind Dinge, die man direkt sehen kann. Wenn die Todesursache nicht sofort deutlich ist, können Sie Ihr Baby weiter untersuchen lassen.

Es gibt mehrere Untersuchungsmöglichkeiten:

### Äußerliche Kontrolle

Der Arzt/die Ärztin wird Ihr Baby immer untersuchen. Er/sie wird gucken, ob man äußerlich sichtbare Zeichen finden kann, die auf einen Geburtsfehler hindeuten. Sollte es nötig sein, werden weitere Untersuchungen mit Ihnen besprochen.

### Babygram

Dies ist ein MRT-Scan, bei dem von dem Baby Röntgenfotos von seinem/ihrem Inneren gemacht werden. Es gibt allerdings Situationen, bei denen dies nicht mehr möglich ist, z. B. weil sich zu viel Flüssigkeit im Körper Ihres Babys befindet. Durch die Flüssigkeit entsteht dann ein undeutliches Röntgenbild.

### Obduktion oder Autopsie

Dies bedeutet, dass der Pathologe den Körper Ihres Babys öffnet, sich alle Organe anschaut, Gewebeteile davon entfernt, um sie später weiter zu untersuchen. Es ist auch möglich, dass während der Untersuchung der Schädel Ihres Babys geöffnet wird, um das Gehirn zu untersuchen. Das Gehirn Ihres Babys wird nicht wieder zurückgelegt sondern bleibt für weitere Untersuchungen und Forschungszwecke außerhalb des Schädels. Wenn Sie sich für eine Obduktion entscheiden, entscheiden Sie sich **nicht** automatisch für eine Obduktion des Gehirns. Dazu müssen Sie separat ihre Zustimmung erteilen.

Die Ärzte benötigen **immer** die Zustimmung der Eltern, bevor eine Obduktion durchgeführt werden kann. Für die Untersuchung des Gehirns und die Entfernung von Gewebe aus dem Kopf ist eine gesonderte Zustimmung erforderlich. Zu den Dingen, die man im Gehirn feststellen kann, gehören Blutungen und Sauerstoffmangel.

Wenn Sie sich für eine Obduktion entscheiden, wird Ihr Baby in eine Leichenhalle gebracht. Oft ist dies im Krankenhaus, wo Ihr Baby starb, aber manchmal wird Ihr Baby in ein anderes Krankenhaus gebracht. Der Pathologe öffnet die Brust Ihres Babys. Dies sind sehr erfahrene Ärzte, die Ihr Baby sehr sorgfältig und gewissenhaft untersuchen. Die Untersuchung dauert mehrere Stunden, danach bekommen sie Ihr Baby wieder zurück. Die Ärzte werden Ihnen erklären, dass die Brust ihres Babys und möglicherweise der Schädel geöffnet werden und dass die entstandenen Wunden nach der Obduktion ordentlich verklebt und verbunden werden. Es wird jedoch immer zu fühlen sein, auch wenn Kleidung darüber ist. Erschrecken Sie sich darum also nicht.

Da Gewebeuntersuchungen sich länger hinziehen, dauert es oft ein paar Wochen bis das Ergebnis der Obduktion bekannt ist. Die Ärzte werden die Ergebnisse im Krankenhaus mit Ihnen besprechen. Das ist oft ein emotionales und anstrengendes Gespräch. Bereiten Sie sich deshalb so gut Sie können darauf vor. Schreiben Sie am besten alle Fragen auf, damit Sie richtig auf dieses Gespräch vorbereitet sind. Und natürlich ist jede Frage erlaubt.

Der Arzt wird die Untersuchungsergebnisse ausführlich erklären. Bitte beachten Sie, dass in einigen Fällen nichts gefunden wird und der Grund für den Tod Ihres Babys immer ungewiss bleibt. Aller Wahrscheinlichkeit nach wird Ihnen auch der Obduktionsbericht übergeben. Dies ist ein sehr medizinisches und oft schwer verständliches Dokument, das hauptsächlich Fachsprache enthält.