

Wenn der Vater mal raus muss, bleibt sie auf jeden Fall bei der Mutter: die Schwester, die Freundin – oder immer häufiger auch eine professionelle Geburtsbegleiterin.



# Von Anfang an dabei

Der Vater ist als Begleitperson meistens gesetzt. Trotzdem wünschen sich immer mehr Paare eine zusätzliche Begleitperson.

**Käther Bänziger**

**F**ast alle Väter sind dabei, wenn ihr Kind auf die Welt kommt. Sie wollen nicht nur seine Ankunft hautnah miterleben, sondern ihre Frau ermutigen und tatkräftig unterstützen. Doch dann werden manche von ihnen vom Geschehen völlig überrumpelt und vergessen alle guten Vorsätze. «Niemand in meinem Leben kam ich mir überflüssiger vor», erzählt Markus Schweizer. «Ich konnte nichts tun, ausser Händchen halten und dafür beten, dass alles gut geht.» Obwohl es keinerlei Komplikationen gab, war er wie gelähmt vor Angst um seine Frau und das Kind. Die Befürchtung, seine Partnerin mit seiner Panik anzustecken, machte die Situation auch nicht einfacher. Andrea Schweizer erinnert sich an einen Mann, der stumm wie ein Fisch und leichenblass neben ihr sass. «Manchmal dachte ich, er kippt nächstens um.» Dennoch empfand sie seine Anwesenheit als wichtig und ist ihm bis heute dankbar, dass er das Geburtszimmer nicht verlassen hat.

So positiv sehen das nicht alle Frauen. Manche haben im Nachhinein sogar das Gefühl, der Partner habe sie eher gestört. Männer, die dauernd rausrennen, um zu telefonieren, gehetzt auf die Uhr schauen oder über ihre Müdigkeit klagen, sind natürlich fehl am Platz. Ebenso unpassend wirken laut ausgesprochene Befürchtungen darüber, was alles schief gehen könnte. Der berühmte französische Arzt Michel

Odent, Autor zahlreicher Bücher zum Thema sanfte Geburt, «Erfinder» des Gebärpools und langjähriger Chefarzt, war der erste, der öffentlich aussprach, was Hebammen und Gynäkologen immer wieder beobachteten: Hin und wieder kommt die Geburt erst richtig voran, wenn der Vater aus dem Gesichtsfeld seiner Frau verschwindet. Also gehören Männer doch nicht an ihre Seite?

«So kann man das nicht sagen», antwortet die freipraktizierende Hebamme Annekathi Berger. «Die Mehrheit ist ihren Partnerinnen eine grosse Hilfe.» Eine Umfrage an der Klinik für Geburtshilfe am Universitätsspital Zürich bestätigt ihren Eindruck. Über 60 Prozent der befragten Frauen sagten, dass ihnen der werdende Vater bei der Schmerzbekämpfung geholfen habe. Nach Erfahrung vieler Experten ist das vor allem dann der Fall, wenn er sich realistisch mit dem Thema Geburt auseinandergesetzt hat (siehe Kasten «Geburtsvorbereitung für Männer»). Fast ebenso wichtig ist in den Augen von Annekathi Berger die Vereinbarung, dass der Mann das Zimmer verlassen kann, falls es ihm zu viel wird. Und wer bleibt dann bei der Gebärenden?

Die Frage ist durchaus berechtigt. Spitalhebammen betreuen manchmal mehr als eine Frau und können deshalb nicht ständig im gleichen Zimmer bleiben. Zudem ist es keine Seltenheit, dass wegen Schichtwechsels mehr als eine Hebamme Dienst hat. Eine kleine, nicht repräsentative

Umfrage bei Geburtshelferinnen ergab, dass vor allem Zweitgebärende immer häufiger eine Freundin, Schwester – seltener die eigene Mutter – mitnehmen. «Wenn das Verhältnis zwischen den Frauen gut ist, sind das sehr schöne Erlebnisse», sagt Gisela Burri, Hebamme im Geburtshaus Wald.

Dass die begleitenden Drittpersonen meistens Frauen sind, überrascht nicht. Allerdings ist das Geschlecht allein keine Garantie für optimale Betreuung. Auch Frauen sollten wissen, was es bedeutet, ein Kind zu kriegen, und die Situation realistisch einschätzen (siehe Kasten «Die ideale Begleitung»). Ausserdem stellt sich bei nahe stehenden Personen die Frage, ob sie im Fall von Komplikationen ruhig bleiben und den Vater unterstützen können. Zu guter Letzt müssen sie während rund vier Wochen jederzeit abkömmlich sein, denn kaum ein Kind kommt pünktlich zum errechneten Termin auf die Welt.

## Begleitende Drittpersonen bei der Geburt sind meistens Frauen.

Nicht selten scheitert die Begleitung durch Freunde oder Verwandte tatsächlich an rein organisatorischen Fragen. Saskia Aarts wünschte sich bereits beim ersten Kind, dass ihre beste Freundin in die Klinik mitkommt. Die gelernte Krankenschwester sagte sofort zu. Doch als es so weit war, musste sie bei ihrem schwer kranken Vater

bleiben. Auch die nächste Geburt fand ohne Freundin statt, weil sie niemanden finden konnte, der auf ihre Kinder aufpasste. Nach dem dritten Anlauf klappte es endlich. Bis heute schwärmt Saskia Aarts von der fürsorglichen Art ihrer Freundin. «Irgendwie schaffte sie es, mir jeden Wunsch von den Augen abzulesen.»

Für Schwangere, die ganz sichergehen wollen, gibt es nur eine Möglichkeit: die professionelle Begleiterin, auch Doula genannt. Dieses griechische Wort bedeutet «Dienerin der Frau». Von ihren Diensten wollen anscheinend immer mehr Frauen profitieren, denn «die Nachfrage steigt von Jahr zu Jahr», sagt die Zürcher Geburtsvorbereiterin und -begleiterin Sandra Ackermann. Inzwischen muss sie sogar Aufträge ablehnen. Zu Problemen zwischen der Aussenstehenden und dem Spitalpersonal kam es noch nie. Im Gegenteil. Die 33-jährige Sandra Ackermann erlebt immer wieder, dass Hebammen und Ärzte für ihre Präsenz dankbar sind.

Anders sieht das der Schweizerische Hebammenverband. In einer Stellungnahme schreibt er, Doulas deckten kein Bedürfnis ab, das nicht bereits von seinen besser ausgebildeten Verbandsmitgliedern angeboten werde. Die Zürcher Hebamme Annick Marschand ist mit dieser Aussage nicht ganz einverstanden. Sie hat am eigenen Leib erfahren, wie es sich anfühlt, mit einer Doula zu gebären. «Sie besucht die Schwangere zu Hause, begleitet sie ins Spital oder Geburtshaus und verlässt sie erst wieder, nachdem das Kind auf der Welt ist.»

### Die Kosten für die professionelle Begleiterin bezahlt das Paar.

Im Geburtszimmer akzeptiert die Doula die Entscheidungen der Hebamme oder Ärztin und vermittelt wenn notwendig zwischen dem Spitalpersonal und den werdenden Eltern. «Manchmal bekommen die Frauen gar nicht mehr mit, was um sie herum und mit ihnen passiert», erzählt Sandra Ackermann, die selbst zwei Kinder geboren hat. Sie versinken sozusagen in ihren Schmerzen. «Dann ist es meine Aufgabe, ihre Aufmerksamkeit wieder auf die Geburt zu lenken.» Sie macht den Frauen Mut durchzuhalten und stärkt deren Vertrauen in den eigenen Körper. Gönnst sich der wer-

dende Vater eine Pause, bleibt sie bei der Gebärenden.

Diese Dienstleistungen kosten pauschal 800 Franken und beinhalten neben der eigentlichen Begleitung mehrere Gespräche vor und nach der Geburt. Weil die Doula keine medizinische Funktion und Ausbildung hat, werden die Kosten von den Krankenkassen nicht übernommen. Lohnt es sich trotzdem, dafür einen Haufen Geld auszugeben, wenn Freundinnen, Schwestern oder Mütter doch gratis zu haben wären?

Für Regula Tobler ist das keine Frage. Sie würde auch beim nächsten Kind nicht auf diesen Luxus verzichten. «Ich wollte auf keinen Fall zu früh ins Spital und dann wieder nach Hause geschickt werden.» Aber als Erstgebärende hatte sie keine Ahnung, wann es Zeit für den Weg ins Krankenhaus war. Sandra Ackermann konnte die Situation dank ihrer sechsjährigen Erfahrung einschätzen. Nach der ersten Wehe wich sie nicht mehr von Regula Toblers Seite, doch ins Spital begaben sich die Frauen erst zwei Stunden vor der Geburt.

Auch Nina von Malaise ist begeistert von der professionellen Begleitung und würde sie jeder Schwangeren empfehlen. «Ich war keine Sekunde allein, obwohl mein Mann immer wieder rausging.» Sie wusste zum Voraus, dass es ihrem Partner möglicherweise zu viel werden konnte. Das war jedoch nicht der einzige Grund für ihren Wunsch nach Unterstützung. «Ich hatte schreckliche Angst vor den Wehen, weil ich noch nie in meinem Leben starke Schmerzen erlitten hatte. Ich konnte mir nicht vorstellen, wie ich darauf reagieren würde.» Sandra Ackermann nahm ihr nicht nur die Angst, sondern gab ihr das Gefühl, dass mit ihr und ihrem Kind alles in Ordnung war. «Ich realisierte erst nach der Geburt, dass die Wehen fast 32 Stunden gedauert hatten», sagt Nina von Malaise.

So souverän meisterte Sandra Ackermann allerdings nicht jede Geburt. Als sie vor zehn Jahren ihre Schwägerin in die Klinik begleitete, versagte sie in ihren Augen völlig. «Ich stand, überwältigt von ihrem Schmerz und den eigenen Geburtserinnerungen einfach nur da.» Ihr Mann, der ebenfalls dabei war, habe zum Glück viel besser reagiert und seiner Schwester Mut zugesprochen. Etwas Gutes hat diese Erfahrung dennoch. «Ich kann sehr gut nachvollziehen, was in einem Mann vorgeht, dem es zu viel wird.» ◀

### Geburtsvorbereitung für Männer

- ▶ Im Gegensatz zu Ihrer Frau können Sie wählen, ob Sie bei der Geburt dabei sein wollen. Sagen Sie es jedoch rechtzeitig, falls Sie davon lieber absehen möchten.
- ▶ Fragen Sie Ihre Partnerin, was sie von Ihnen erwartet.
- ▶ Sie sollten das Zimmer während der Geburt jederzeit verlassen können, wenn es Ihnen zu viel wird. Umgekehrt darf auch Ihre Frau Sie hinaus-schicken, wenn sie es für nötig hält.
- ▶ Sprechen Sie mit Vätern über deren Geburtserlebnisse. Lesen Sie Bücher zum Thema oder besuchen Sie mit Ihrer Frau einen Vorbereitungskurs.
- ▶ Überlegen Sie gemeinsam mit Ihrer Partnerin, ob eine Drittperson sie begleiten sollte. Falls Sie sich für diese Variante entscheiden, muss die Chemie zwischen Ihnen drei stimmen.

[www.bzga.de/bzga\\_stat/pdf/13643000.pdf](http://www.bzga.de/bzga_stat/pdf/13643000.pdf)

Unter dieser Adresse können Sie die Broschüre «Beifahrer–kleiner Tourenplaner für werdende Väter» herunterladen. Herausgeberin ist die Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung, Köln (D).

### Die ideale private Begleiterin

- ▶ Sie hat ihre eigenen Geburtserlebnisse verarbeitet,
- ▶ mag die Menschen, die sie begleitet, ohne Wenn und Aber,
- ▶ bewahrt auch in kritischen Situationen Ruhe,
- ▶ strahlt Zuversicht aus,
- ▶ weiss nicht alles besser,
- ▶ kann gut beobachten und ist einfühlsam,
- ▶ kommt nicht einfach mit, um dem Paar einen Gefallen zu tun,
- ▶ hat keine Angst vor Geburten und Grenzerfahrungen,
- ▶ schaut sich die Klinik, in der die Schwangere gebären will, gemeinsam mit dem Paar an und klärt ab, ob ihre Begleitung im Gebärzimmer erlaubt ist.

Informationen zur professionellen Geburtsbegleitung finden Sie unter [www.doula.ch](http://www.doula.ch) und [www.geburtundkind.ch](http://www.geburtundkind.ch)