

Leitfaden für Hebammen und Hebammenschülerinnen

„Tod im Kreißsaal“

Einen liebevollen Abschied gestalten

&

Eine besondere Geburt würdevoll begleiten



Sehr geehrte Hebammen, sehr geehrte Hebammschülerinnen,

viele Hebammen berichten, die Situation des Umgangs mit dem Tod im Kreißsaal und auf der Station mache sie oft sehr hilf- und ratlos, manchmal auch wütend und ängstlich. In nicht allzu seltenen Fällen wirkt dies wie eine Ablehnung der Situation, aus einer Art Hilflosigkeit und Selbstschutz.

In vielen Kliniken sind „stille Geburten“ immer noch ein tabuisiertes Thema, auch wenn sich in den letzten Jahren viel zum besseren gewendet hat.

Wir möchten Sie ermutigen, dies in Zukunft anders gestalten zu können. Sie helfen den betroffenen Eltern damit in einem sehr hohen Maß. Aber auch Ihnen selbst wird es leichter fallen, eine stille Geburt und den Tod im Kreißsaal zu akzeptieren, wenn Sie spüren, dass Sie die Hilflosigkeit, die stumme Verzweiflung und Fassungslosigkeit in einen liebe- und würdevollen Abschied, der den elementaren Grundstein für eine gute Trauerarbeit der Eltern darstellt, verwandeln können. Auf diese Weise können Sie den Eltern einen unermesslichen Dienst für den Rest ihres Lebens erweisen, denn:

Je gesünder und liebevoller der Abschied von statten geht, je besser die Eltern bei Geburt und Abschied betreut werden, je liebevoller und inniger die gesammelten Erinnerungen sind, desto besser kann der schlimme Verlust verarbeitet und irgendwann überwunden werden.

Wir haben eine Menge Mütter von Sternenkindern befragt, was sie sich von Ihnen als Hebammen wünschen würden oder in der damaligen Situation von den anwesenden Hebammen gewünscht hätten, um herauszufinden, welchen Stellenwert die Hebamme bei einer stillen Geburt einnimmt. In welchen Punkten kann sie ganz praktisch helfen, wie kann sie die Eltern unterstützen und wo mangelt es noch?

Wir würden uns wünschen, dass diese Informationen auch an Hebammenschulen weitergegeben werden und helfen, die zukünftigen Geburtsbegleiterinnen auf die Situation einer stillen Geburt vorzubereiten und den Eltern eine der wertvollsten Hilfen sein zu können.

Wir danken Ihnen sehr für Ihr Engagement.

Inhaltsverzeichnis

1. **Geburt ist Geburt**
Besonderheiten einer stillen Geburt, Wünsche und Bedürfnisse von betroffenen Müttern
2. **Geburt im Kreißsaal**
Die Wahl des Geburtsortes und die Wertigkeit einer stillen Geburt
3. **Das Kind als Kind sehen**
Einen würdevollen Abschied gestalten und einem kleinen Menschlein die Würde erweisen
4. **Praktische Hilfe leisten – auch über die Geburt hinaus**
Nachsorge, Rechtliches und Problematiken von Sternenkinderealtern nach dem Verlust des Kindes
5. **Schlusswort**

Tod im Kreißaal

1.) „Geburt ist Geburt“

In vielen Kliniken werden stille Geburten, vor allem vor der 23. Schwangerschaftswoche, immer noch auf der Station und nicht selten ohne Unterstützung der Hebamme durchgeführt. Dies ist den Müttern von Sternenkindern nach wie vor unbegreiflich.

Viele von uns mussten feststellen, dass die „stillen Geburten“ im Krankenhaus offenbar **weniger „wert“ waren als „echte Geburten“**. Alleine die Wortgebung zeigt schon die verschiedene (fälschlich angesetzte) Wertigkeit der Thematik.

Tatsache ist, dass eine stille Geburt – egal in welchem Stadium der Schwangerschaft sie stattfindet – nicht weniger anstrengend und schmerzhaft ist als die Geburt eines lebenden Kindes.

Vielmehr geben Sternenkindermütter, die bereits mehrfach Mutter sind, sogar an, dass sie die stillen Geburten als mit Abstand am schmerzhaftesten empfunden haben. Dies hat verschiedene Gründe – der Hauptgrund ist aber sicherlich jener, dass die Frau genau weiß, ihr Kind wird nicht leben.

Die „Belohnung“ am Ende der Strapaze fehlt.

Vielmehr muss sich die Frau damit auseinandersetzen, jetzt die Bindung zu ihrem Kind – oft viel zu verfrüht – aufgeben zu müssen.

So lange das Kind noch im Bauch ist, hat die Mutter es bei sich. Die Geburt bedeutet nicht nur Trennung, sondern letztlich „Tod“ – denn auch wenn das Kind im Bauch schon gestorben sein sollte, so wird der Tod erst „fassbar“, wenn das Kind geboren wurde.

Dieses Wissen macht die Geburt oft noch um vielfaches schmerzhafter.

Viele Frauen sehen sich zudem mit der Tatsache konfrontiert, dass die stille Geburt ihre erste Geburt ist. Findet diese sogar verfrüht statt, wissen die Frauen oftmals überhaupt nichts über die Vorgänge einer Geburt. Sie wissen sicherlich, wie eine „normale“ Erstgeburt auf eine Frau wirkt – mit wie vielen neuen Eindrücken und Gefühlen sie konfrontiert wird. Die erste deutliche Wehe, das Platzen der Fruchtblase, die Macht der Geburt, die man noch nie kennenlernte.

All das ist für eine Sternenkindermutter ebenso neu, nur dass die Situation noch viel schwieriger ist.

Oftmals fühlen diese Mütter sich völlig überfordert von dem, was da mit ihnen passiert.

Sie waren innerlich noch nicht bereit dazu, sie haben noch keinen Geburtsvorbereitungskurs gemacht oder entsprechende Lektüre gelesen. Und sie sind innerlich noch weniger bereit, ihr Kind jetzt schon gehen zu lassen... und noch dazu in den Tod, und nicht ins Leben.

Die Überforderung könnte kaum größer sein. Genau hier wünschen sich die Frauen die Unterstützung erfahrener Hebammen, die hier ganz praktisch helfen können.

Anbei eine Liste der Dinge, die sich Sternenkindermütter in Bezug auf die Geburt von ihren Hebammen wünschen und mit denen man ihnen sehr helfen kann:

- ▽ **Lassen Sie die Frau nach Möglichkeit nicht auf der Station entbinden.** Fragen Sie die Frau gegebenenfalls, ob Sie im Kreißsaal entbinden möchte. Weisen Sie sie auch auf die verbesserten Möglichkeiten im Kreißsaal hin, vor allem, was die Schmerzbewältigung angeht.
- ▽ **Schaffen Sie für die Frau einen angenehmen, liebevollen Rahmen für die Geburt.** Auch Sternenkindermütter freuen sich genauso wie alle anderen Frauen über Kerzen, entspannende Musik oder angenehme Düfte, die den Geburtsvorgang erleichtern.
- ▽ **Reden Sie die Schmerzen bitte nicht klein** – Wehe ist Wehe! Auch wenn das Kind klein ist, die Geburt ist schmerzhaft.
- ▽ **Bieten Sie der Frau alle Möglichkeiten der Schmerztherapie an**, die auch einer normal Gebärenden zugute kommt, da das Schmerzlevel wie bereits erwähnt nicht geringer ist als bei jeder anderen Geburt.
- ▽ **Erklären Sie der Frau, wie die Geburt „funktioniert“**, vor allem wenn es ihre erste Entbindung ist. Ein kleiner „Crash-Kurs“ in Geburtsvorbereitung, ggf. schon vor dem Einleiten der Geburt wäre sehr wertvoll.
- ▽ **Helfen Sie der Frau, die Wehen zu veratmen.** Bieten Sie Ihr Positionswechsel genauso an wie jeder anderen gebärenden Frau.
- ▽ **Bleiben Sie während der Geburt bei der Frau**, so lange und oft Sie können. Der seelische Beistand durch eine Hebamme ist für die Frau oft, gerade bei der ersten Geburt, elementar wichtig.
- ▽ **Ermutigen Sie die Frau, die Wehen auszuhalten**, zu pressen, zu atmen – wie Sie es bei einer normalen Geburt auch tun.
- ▽ Auch wenn Sie selbst mit der Situation oftmals überfordert sein werden – **bitte versuchen Sie, der Mutter nicht den Eindruck zu vermitteln, dass Sie ein „Störfaktor“ sei** und ihre Geburt schnellstmöglich erledigt sein sollte. Bitte bedenken Sie, was die betroffenen Eltern in diesem Moment durchmachen und wie dankbar sie für jede Hilfe sind. Sich in diesem Moment zusätzlich herabgewertet zu fühlen, macht das ohnehin entstehende Trauma um vieles schlimmer.
- ▽ Alles in allem: **Begleiten Sie die Geburt genauso professionell wie jede andere Geburt.** Machen Sie bitte keinen Unterschied, nur weil das Baby nicht mehr lebt oder klein ist. Auch Geburten in der 13. Schwangerschaftswoche sind emotional und physisch genauso fordernd wie in der 40. Vor allem vor dem Hintergrund der stillen Geburt!

Feedback von Sternenkindermüttern zur Geburt

Um Ihnen einen besseren Einblick in das zu vermitteln, was Frauen sich wünschen und fühlen, haben wir hier einige Sternenkindermütter selbst zu Wort kommen lassen, die über ihre Erfahrungen berichten:

- * „Bei der Einleitung hätte ich mir **stärkere Schmerzmittel** gewünscht. Ich lag 19 Stunden in den Wehen, das war die Hölle.“
- * „Bei einer Hebamme hatte ich das Gefühl, sie würde sich über den nicht-reibungslosen Verlauf meiner Geburt und **über die Zusatzarbeit, die ihr durch mich entstand, irgendwie ärgern**. Die Hebamme, die letztlich auch bei der Geburt dabei war, hat alles versucht, damit unser Kind doch noch auf natürlichem Wege zur Welt kam, hat mir ein Homöopathikum gegeben, mit dem sich der Muttermund wieder öffnete, weil sie wohl spürte, dass ich irgendwie nicht loslassen konnte.“
- * „Was ich mir gewünscht hätte, wären Erklärungen gewesen! **Wie läuft eine Geburt ab**, welche Phasen gibt es, was für Möglichkeiten der Schmerzlinderung, Rückbildung, Seelsorge; etc. Ich hätte mir einen *kleinen Geburtsvorbereitungskurs* gewünscht, da ich als Erstgebärende keine Ahnung hatte.“
- * „Ich hatte das Gefühl, **dass die Hebamme es einfach schnell hinter sich bringen wollte**.“
- * „**Für mich war einfach die Anwesenheit der Hebamme wichtig**... Sobald sie den Raum verlassen hat, wurde ich panisch. Ich hätte gerne Schmerzmittel bekommen oder zumindest eine Erklärung, warum es besser ist, wenn ich es ohne schaffe. Stattdessen wurde mir gesagt, dass es bei einem so kleinen Kind (33 cm) nicht nötig ist.“
- * „**Die Schmerzen waren fast unerträglich**, da sie durch den seelischen Schmerz noch verstärkt wurden. Jedoch bekam ich nur ein ganz schwaches Schmerzmittel, das mir überhaupt nicht geholfen hat.“
- * „Da es sich auch bei einer stillen Geburt um eine Geburt handelt, finde ich es extrem wichtig, dass die Frau auch als Gebärende betrachtet und behandelt wird. Und **wer könnte da besser zur Seite stehen als eine Hebamme?**“
- * „Ich lag dann also im Kreissaal und wehte eine ganze Weile vor mich hin und trotz der Schmerzmittel dachte ich, es zerreißt mich und schon nach kurzer Zeit konnte ich nur noch schreien, um das irgendwie auszuhalten. **Aber ich traute mich kaum die Wehen zu veratmen und zu schreien, da man mir ja gesagt hatte, das sei alles *nur halb so schlimm*** und ich dachte, himmel, nun schreist Du mit Deinem Winzling-Kind hier rum, Du bist total wehleidig und unfähig, ein 40 Wochen Kind zu bekommen, wenn Du jetzt schon schreist. **Aber Wehen sind Wehen** und wenn man sein Kind still oder in den Tod gebärt, tun sie sicher nicht weniger weh als sonst.“
- * „Danach dachte ich daran, dass ich so vieles hätte leichter haben können, **wäre ich wie eine normale Gebärende behandelt und betreut worden**.“
- * „...dass die Schmerzen bei den stillen Geburten mindestens so schlimm waren wie bei den anderen. Zum einen habe ich immer den Eindruck gehabt, dass die eingeleiteten Wehen schmerzhafter sind. Und zum anderen spielt da eben auch der psychische Aspekt mit rein, weil man ja weiß, dass man am Ende kein schreiendes Baby im Arm hält. (...)Wehen sind Wehen, und **ein totes Baby hilft bei der Geburt nicht mit**. Das kleine Köpfchen kann noch keinen so großen Druck ausüben, und deshalb dauert es manchmal sogar richtig lange, bis sich der Muttermund öffnet und die Geburt in Gang kommt.“
- * „...die **Schmerzen habe ich als viel schlimmer empfunden**, wie bei den Geburten meiner anderen Kinder.“

2.) Geburt im Kreißsaal

In vielen Kliniken werden die Frauen vor allem bei Entbindungen vor der 23. Woche immer noch auf die Gynäkologische Station gebracht, um dort ihr Kind zu entbinden.

Dies geschieht oftmals auch unter dem Gesichtspunkt, dass normal zur Welt kommende Babys im Kreißsaal der Frau vielleicht noch größeren Schmerz zufügen könnten. Diese Überlegung ist durchaus wichtig und angebracht.

Dennoch ist die Geburt im Kreißsaal für die Frauen sehr viel angenehmer als auf einer Entbindungsstation.

Viele Frauen geben an, dass sie Hemmungen haben, ihre Wehen „lautstark“ zu veratmen, wenn im Nebenzimmer „normale“ Patientinnen liegen. Dies dürfte verständlich sein.

Abgesehen davon ist auf einer Station ein ständiges Kommen und Gehen – Besucher kommen, irren sich unter Umständen sogar einmal in der Türe, Patienten machen Spaziergänge auf den Gängen, das Essen wird ausgeteilt usw. Von der „Optik“ der meisten Krankenzimmer, die im Verhältnis zum Kreißsaal oft sehr viel „klinischer“ wirkt, einmal ganz zu schweigen.

Aber gerade bei einer stillen Geburt ist es für die Frauen wichtig, sich geborgen und geschützt zu fühlen.

Diesen Schutz bietet der Kreißsaal am besten.

Aber auch aus fachlicher Hinsicht ist es vorteilhaft, Frauen im Kreißsaal entbinden zu lassen. Dort haben sie verschiedene Möglichkeiten, die Wehen zu veratmen und sich in verschiedenste Positionen zu begeben – von Gebärwanne, über Pezzi-Ball bis zum Seil ist alles vorhanden.

Das größte Problem besteht jedoch in der Regel darin, dass bei einer Entbindung auf der Station keine Hebamme dauerhaft anwesend sein kann. In vielen Kliniken sind einige Wege zwischen Gynäkologie und Kreißsaal zurück zu legen, welche die konstante Betreuung einer still Gebärenden auf der Station oft schwierig bis unmöglich machen.

So bleibt die Betreuung bis zur Geburt oftmals in Händen der anwesenden Schwestern. Diese sind jedoch nicht ausreichend dafür ausgebildet. Nicht umsonst absolvieren Hebammen mehrere Jahre Ausbildung für ihren Beruf.

Man weiß, wie viel Bedeutung das zwischenmenschliche bei einer Geburt einnimmt.

Wieso sonst sollte es so sein, dass beispielsweise Hausgeburten oft schneller und schmerzfreier verlaufen als Klinikgeburten? Das „Wohl-Gefühl“ der Frauen scheint einen großen Faktor einzunehmen. Dieser Faktor ist bei stillen Geburten um vielfaches potenziert. Gerade in dieser Situation braucht die Gebärende mitmenschliche Unterstützung, aber auch fachliche Unterstützung, wie bereits oben erwähnt.

Dazu hat eine normale Pflegekraft aus vielen Gründen nicht die Ressourcen.

Oftmals werden die Hebammen erst kurz vor der Geburt ins Krankenzimmer gerufen. Bei kleinen Kindern kommen sie dann manchmal auch schon zu spät, und nicht selten hört man Berichte von Frauen, die ihr Kind nur mit Hilfe ihres Partners entbunden haben. Dies stellt für uns nicht die Vorstellung einer „untraumatischen“ Geburt dar.

Bitte bedenken Sie – der Verlust des Kindes, der Tod im Kreißsaal ist eine sehr traumatische Erfahrung für die betroffenen Eltern. Sie brauchen oft ein bis zwei Jahre, um diese einigermaßen zu verarbeiten und wieder an einem ganz normalen Leben teilzunehmen. Oftmals treten posttraumatische Belastungsstörungen auf, Ehen zerbrechen, es kommt zu schweren Depressionen, Arbeitsunfähigkeit und viel mehr.

Wenn die Geburt selbst noch dazu derart traumatisch verläuft, wird dieser Effekt unschätzbar potenziert.

Darum ist es wichtig, die Frau durch eine Hebamme bei der Geburt zu begleiten. Am besten im Kreißsaal.

Die Frau sollte wählen dürfen, ob sie dort entbinden möchte oder nicht.

Manche Frauen werden dies zuerst ablehnen, aus Angst vor Babygeschrei. Hier sollte man sie darauf hinweisen, dass der Kreißsaal zahlreiche Vorteile beherbergt. Lehnt die Frau dann immer noch ab, so hat sie diese Entscheidung zumindest bewusst für sich getroffen und man sollte sie respektieren.

Grundlegend sollte aber immer der Kreißsaal Ort der Wahl sein, denn:

Geburt ist Geburt.

Feedback von Sternenkindermüttern zur Wahl des Geburtsortes

- * „Die Geburt hat im Kreissaal stattgefunden, ich finde das ist richtig, **ich war eine Mutter, die ihre Kinder zur Welt bringt, warum sollte ich das in irgendeinem Krankenzimmer machen???**“
- * „Also ich fand es schon schlimm, dass aus dem Nachbarzimmer Babygebrüll zu hören war. Allerdings lag ich da noch in den Wehen. **Später als unsere Tochter da war, war mir alles egal.** Wir waren einfach nur stolz und konnten keine Sinne von ihr abwenden.“
- * „Ich kam von der Ausschabung und dann wurde nebenan unmittelbar ein Baby geboren. Es hat den ganzen Kreissaal zusammen geschrien. **Es war mir egal. Es war nicht wichtig.**“
- * „Ich bekam ein schlechtes Gewissen, da ich vor Schmerzen stöhnte und jammerte. **Ich wusste, dass mein Baby kommen würde und lag mit einer Frau im Zimmer, deren Baby putzmunter in ihr weiter lebte.**“
- * „Es kamen weder Schwester noch Ärztin zu uns, ich lag 6 Stunden in den Wehen, ab und an, als mein Mann verzweifelt klingelte bzw. auf dem Flur nach einer Ärztin suchte, kam dann mal eine Schwester rein und fragte ob alles soweit in *Ordnung* sei?? **Die Schwestern auf dieser Station waren vollkommen überfordert mit einer stillen Geburt.**“
- * „Aber die Stunden davor waren wir alleine, und **ich musste zwischendurch meinem Mann beistehen**, da er mit dieser Situation völlig überfordert war und zusammenbrach.“
- * „Zu diesem Zeitpunkt dachte ich, auch wenn es jetzt dumm klingt, **ich bin es nicht wert, im Kreissaal zu entbinden.**“
- * „**Man begibt sich ins Krankenhaus und denkt, man sei gut aufgehoben**; war bei uns leider nicht so.“
- * „Ich denke, in einem Kreissaal ist geschultes Personal, Hebammen die auch auf solche Situationen vorbereitet sind. Hebammen die einem gut zureden können, um den Schmerz besser wegzuatmen. **Man sollte sich bei einer Geburt gut aufgehoben fühlen** und da denke ich, dass der Kreissaal einfach der bessere Ort ist“
- * „Ich hätte lieber im Kreissaal entbunden, ich hatte die ganze Zeit das Gefühl, dass diese Geburt nichts wert ist, **dass das keine richtige Geburt ist, sondern nur ein Problem, das man lösen muss.** Für mich gehören aber Geburt und Kreissaal zusammen und so war von vornherein das schlechte Gefühl da.“
- * „Schließlich ist mein Kind auch ein Kind. Und warum sollte es nicht im Kreißaal zur Welt kommen? **Geburt ist Geburt.**“
- * „**Jede Frau hat das Recht, dort zu gebären, wo man das eben normalerweise tut.** Sicherlich gibt es Frauen, die sich das nicht vorstellen können - eben aus Angst, dass nebenan dann ein lebendes Baby schreit. Jede Frau sollte die Möglichkeit haben, diesbezüglich für sich zu wählen, denn es darf keine Wertigkeit entstehen – eine stille Geburt ist nicht weniger wert als eine *normale* Geburt“.
- * „**Auch bei einer Totgeburt besteht ein Risiko für die Frau** - und die Versorgung im Kreissaal ist doch in der Regel besser, als in einem Krankenzimmer.“
- * „Nebenan schrie zwischendurch ein Baby, was mich traurig machte, **mir aber auch Hoffnung gab.**“
- * „**Es kam mir nicht darauf an, wo ich war, sondern wie man mit uns umging.** Und dass man uns die stille Geburt so schön gemacht hatte.“

3.) Das Kind als Kind sehen

Für die Eltern ist ihr still geborenes Kind grundlegend nicht weniger wert als ein lebendiges Kind.

Die Bindung zu ihm hat sich in den vorhergegangenen Wochen schon aufgebaut und intensiviert.

Manche Eltern reagieren zwar auch mit Ablehnung, dies geschieht aber oftmals nur aus Unwissenheit und Angst und dem nachvollziehbaren Impuls, die Sache zu verdrängen und „möglichst schnell hinter sich zu bringen“, in der Hoffnung, danach könne alles weitergehen wie bisher.

Dies ist jedoch ein Trugschluss.

Die Erfahrungen zeigen, dass jede nicht gemachte Erfahrung, jede versäumte, aber eigentlich mögliche Erinnerung den Trauerprozess und genau das, was die Eltern durch das „Wegschieben“ eigentlich erreichen möchten – nämlich möglichst schnell und heil wieder „ins normale Leben zurückzukehren“ massiv verlangsamen und erschweren.

Von daher ist es seitens der Hebammen immer wichtig, die Eltern mehrmals sanft aber doch nachdrücklich darauf hinzuweisen, wie wichtig das Sammeln jener Erinnerungen und vor allem der bewusste Abschied vom Kind sind. Natürlich kann, soll und darf man niemanden dazu zwingen! Aber das Hinweisen auf die Notwendigkeit des bewussten Abschiedes ist sehr wichtig.

Die Eltern befinden sich oftmals in schwerem Schock, begreifen eigentlich noch gar nicht, was ihnen da gerade geschieht.

Erst später beginnen sie darüber nachzudenken, wie schön es doch gewesen wäre, ihr Kind zu sehen, zu berühren, es zu küssen oder anderen Verwandten zu zeigen, so lange die Möglichkeit dazu besteht. Dann ist es jedoch zu spät. Ein „Später“ gibt es leider nicht, Nachholen ist unmöglich.

Was einmal versäumt und nicht bewusst erlebt wurde, bleibt für den Rest des Lebens versäumt.

Je mehr dieser „versäumten“ Faktoren entstehen, desto schwerer ist es, die Trauer zu verarbeiten und die Sache irgendwann – zumindest im Großen und Ganzen- „abschließen“ zu können.

Viele Eltern wünschen sich hier mehr Unterstützung durch die Hebammen. Für sie ist es vor allem wichtig, dass diese mit ihrem Kind wie mit einem normalen Kind umgehen, was den liebevollen und würdigen Umgang angeht.

Und: wenn Sie als Hebamme es vormachen, wird es für die Eltern viel mehr zur Selbstverständlichkeit. In diesem Moment haben Sie tatsächlich eine Art Vorbildfunktion, denn die desorientierten Eltern wissen nicht recht, wie sie die Situation angehen sollen. Sie wissen nicht, wie ihr Kind aussieht, wie es riecht. Viele geben im Nachhinein sogar an, gedacht zu haben, „man dürfe es nicht anfassen“.

Je mehr dieser Tabus bereits von Ihnen als Hebamme gebrochen werden, desto weniger Ängste werden die Eltern haben, mit ihrem Kind liebevoll und bewusst umzugehen und es dann auch genau so in schöner, intensiver, liebevoller Erinnerung zu bewahren.

Und jene Eltern, die dies von sich aus bereits von Anfang an tun, sind Ihnen umso dankbarer, wenn Sie Ihre Gefühle teilen.

Denn: Auch Eltern von still geborenen Babies haben Elternstolz – Mutter- und Vatergefühle. Und auch ein still geborenes oder kurz nach der Geburt verstorbene Kind kann schön, süß und niedlich sein.

Sie können den Eltern ganz konkret helfen – hier haben wir die wichtigsten Punkte aufgelistet:

- ▽ **Immer mit den Eltern kommunizieren** – von Anfang an. Diese haben eine verminderte Auffassungsgabe, oftmals durch den Schock. Es ist gut, manche Dinge auch zweimal zu sagen, um sicher zu gehen, dass die Eltern sie wirklich verstanden haben
- ▽ **Zeigen Sie Mitgefühl** – auch Ihre eigene Betroffenheit dürfen Sie zeigen! Dies ist sehr viel heilsamer für die Eltern als wenn Sie die Lage herunterspielen, denn dann fühlen sie sich nicht ernst genommen.
- ▽ **Sehen Sie das Kind als das an, was es ist: ein Kind.** Sie dürfen ruhig mit ihm sprechen, es mit Kosenamen ansprechen, wie Sie es auch mit lebenden Kindern tun würden. Die Eltern freuen sich sehr darüber, wenn Sie etwas besonders „hübsches“ am Kind entdecken und dies auch ansprechen- eben genauso wie Sie es auch mit lebenden Neugeborenen tun.
- ▽ **Bleiben Sie bei allem, was Sie mit dem Kind machen, in Kommunikation mit den Eltern** – fragen Sie sie, ob Sie das Kind wiegen sollen usw. und ob der Vater gerne helfen möchte.
- ▽ **Sternenkinderväter schneiden auch gerne die Nabelschnur durch** – eben wie jeder andere Vater! Sprechen Sie sie darauf an, aber akzeptieren Sie es auch, wenn der Vater aufgrund der besonderen Umstände nicht die Kraft oder den Mut dazu hat.
- ▽ **Behandeln Sie die Kinder bitte im Großen und Ganzen wie ein lebendes Baby**, was den würdevollen Umgang angeht. Stellen Sie sie also nicht unbedacht irgendwo „ab“ oder „legen Sie sie weg“, legen Sie sie nicht in eine Nierenschale usw.
- ▽ **Ziehen Sie dem Kind Kleidung an** (Initiative Schmetterlingskinder) und/oder hüllen Sie es in eine Decke oder ein Handtuch, das gerne auch angewärmt sein darf (das gibt den Eltern ein geborgenes Gefühl).
- ▽ Bieten Sie den Eltern an, **Fuß- und Handabdrücke** vom Kind zu machen.
- ▽ **Wiegen Sie das Kind, messen Sie Länge und Kopfumfang.**
- ▽ Wenn das Kind bereits Haare hat, können Sie **eine Haarlocke** zur Erinnerung abschneiden (immer mit den Eltern kommunizieren).
- ▽ **Fotografieren Sie das Kind, möglichst in vielen verschiedenen Perspektiven.** Auch wenn die Eltern dies nicht wünschen, sollten Sie dies tun und die Fotos archivieren – viele Eltern müssen erst einmal den Schock verarbeiten und begreifen dann Wochen später, wie wichtig ein Foto für sie wäre. Dann sind diese Aufnahmen unschätzbar wertvoll.
- ▽ Weisen Sie die Eltern auf die Möglichkeit einer **Taufe und Segnung** hin.
- ▽ Weisen Sie die Eltern darauf hin, dass auch die Möglichkeit besteht, **Verwandte in den Kreissaal zu holen, damit auch diese sich verabschieden können.** Dies ist sehr wichtig für den weiteren Verarbeitungsprozess, denn nur die Menschen, die das Kind „erlebt“ haben, begreifen, dass hier ein kleiner Mensch gestorben ist und sich nicht nur ein „Bauch in Luft aufgelöst“ hat.
- ▽ Es wäre sehr von Vorteil, wenn Sie die Eltern darauf hinweisen, **dass auch sie selbst Fotos machen können.** Das ist oft auch schon mit Foto-Handys möglich. Vielleicht besteht aber auch die Möglichkeit, eine Kamera zu besorgen. Eigene Bilder, auch mit den Eltern selbst gemeinsam mit dem Baby, sind sehr wichtig!
- ▽ **Ermutigen Sie die Eltern dazu, das Kind anzufassen**, zu streicheln und zu küssen – viele haben Angst, das sei „verboten“.
- ▽ Ermöglichen Sie den Eltern, das Kind auch noch am **Tag nach der Entbindung** sehen zu dürfen.

Feedback von Sternenkindermüttern zum Umgang mit dem Kind

- * „Wir haben ganz viele Fotos von unseren Mäusen gemacht, ein paar hatten wir auch vom Krankenhaus, aber mein Mann hat selbst auch noch viele gemacht mit dem Handy, als er mit ihnen alleine war und diese Fotos sind so wunderschön geworden. **Diese Fotos sind für mich unheimlich wichtig, ich kenne jedes Detail und schaue sie mir sehr oft an.**“
- * „Sie hat unsere Tochter zum Messen und Wiegen immer ganz lieb auf den Arm genommen und mit ihr gesprochen *Du bist aber eine süße Maus*, obwohl sie schon tot war. **Sie ging mit ihr um als wäre sie lebendig.** Sie hat auch gefragt, ob sie ihr eine Windel anziehen dürfte.“
- * „Erst mal ist ja das Kind da, wenn auch tot. Wenn es das erste Kind ist, ist man ja gerade Mutter und Vater geworden. Dieses „Glücksgefühl“ und der Stolz sind erst mal da. **Das Kind sollte unbedingt besonders behandelt werden.**“
- * **Alles was nach der Geburt geschieht ist, sehr prägend. Die Erinnerung an diesen Augenblick bleibt.** Es ist auch wichtig, das Kind nicht irgendwie anzuziehen, wie bei einem lebendigen Kind, sondern besonders schön und liebevoll. Die Kleidung muss ja nicht praktisch sein, weil das Kind ständig gewickelt wird, sondern nur schön. Es ist das erste und letzte was das Kind zum Anziehen bekommt. So wird es in der Erinnerung sein.“
- * „Hoffnungen, Träume, Wünsche waren mit diesem Kind verbunden. Und auch wenn das Kind nicht im Leben bei einem sein kann, so gehört es doch ein Leben lang mit zur Familie, wird ein Teil davon sein – und auch die Erinnerungen an die kurze Zeit mit ihm gehören dann dazu, prägen – und das Herz ist so voller Liebe für dieses Kind, **dass man so viel wie möglich noch tun will, damit es ihm *gut geht*** (auch wenn es für Nicht-Betroffene absurd klingt.“
- * **„Von der Hebamme hätte ich mir gewünscht, dass sie sich das Kind mit mir anschaut** und Dinge sagt, die sie auch über ein lebendes Kind sagen würde, z.B. dass es viele Haare hatte, kleine Hände mit Fingernägeln und so weiter. Dabei hätte sie ruhig auch die äußerlichen Merkmale der Behinderung nennen können - aber eben auch erklären können, was einfach durch die Geburt "komisch" aussieht und ganz normal ist (z.B. leicht verformter Kopf, Druckstellen)“.
- * „Die Erinnerungen an die kurze gemeinsame Zeit müssen für das ganze Leben reichen. **Und deshalb müssen diese Erinnerungen so schön wie nur möglich sein;** damit wir eben, wenn wir uns an sie erinnern, an etwas Schönes denken können und nicht mit etwas Versäumten hadern müssen. Über all das, was wir mit unseren toten Kindern nicht erleben dürfen, denken wir ohnehin immer und immer wieder nach; wie wichtig ist es aber, dass wir auch etwas mit ihnen *erleben* durften.“
- * **„Das Wichtigste war für mich, dass sie mein kleines Mädchen würdevoll behandelt hat.** Sie hat sie beim Namen genannt, hat mit ihr gesprochen, als wäre sie am Leben und hat mir mehrmals gesagt, was ich für ein hübsches kleines Mädchen hätte.“

4.) Praktische Hilfe leisten – auch über die Geburt hinaus

Viele Eltern fallen nach der Geburt und dem Abschied erst einmal in ein Vakuum und wissen nicht, was sie nun eigentlich tun oder lassen sollen.

In Hinblick auf die Frage, ob ihr Kind beerdigt werden soll, welche rechtlichen Schritte nun auf sie zukommen, aber auch darauf, was nun im Körper der Frau geschieht, sind sie oftmals völlig ratlos und mit der Situation massiv überfordert.

Sobald sie die Klinik, oftmals aber auch schon nur den Kreissaal verlassen, sind sie auf sich selbst gestellt... und wissen nicht, wo ihnen der Kopf steht.

Sie als Hebamme können hier im Vorfeld versuchen, ein wenig praktische Hilfe zu leisten, zum Beispiel im Hinblick auf die Nachsorge oder die rechtlichen Bestimmungen.

Die Nachsorge ist ein großes Problem bei Sternenkindermüttern.

Fast keine der Frauen bekommt eine ordentliche Nachversorgung, geschweige denn Rückbildung. Es ist natürlich nicht denkbar für eine gerade verwaiste Mutter, in einen Kurs frischgebackener Mamas zu gehen, die sich bei der Rückbildungsgymnastik über ihre Neugeborenen unterhalten oder diese gar mitbringen.

Darum fällt die Rückbildung in fast allen Fällen einfach aus.

Auch die Nachsorge wird kaum beachtet. Die meisten Frauen kommen aus der Klinik nach Hause und sehen sich völlig hilflos dem Wochenfluss, dem Milcheinschuss und den Nachgeburts hormonen ausgesetzt. Wochenbett gibt es für fast keine dieser Frauen.

Da sie nur ein Anrecht auf Mutterschutz haben, wenn ihr Kind lebend oder mit mehr als 500g geboren wurde, müssen sie oftmals sogar nach 2 Wochen wieder arbeiten gehen.

Eine Krankschreibung scheuen viele Frauen, auch weil viele Ärzte nicht recht mit der Situation umzugehen wissen und es zu unschönen Aussagen kommen kann. Aber sowohl körperlich als auch seelisch sind die wenigsten Frauen nur 14 Tage nach Entbindung schon in der Lage, sich dem Alltag auch nur halbwegs zu stellen.

Sie als Hebamme haben gemeinsam mit den betreuenden Ärzten hier viele Möglichkeiten, noch im Krankenhaus den Grundstein zu einer besseren Nachsorge zu treffen, sowohl seelisch als auch körperlich.

Hier finden Sie die wichtigsten zu beachtenden Dinge

- ▼ **Erklären Sie der Frau, was nach der Geburt in ihrem Körper passiert** (vor allem, wenn es die erste Geburt war):
 - Wieso entsteht **Wochenfluss**, wie lange dauert er?
 - Was sollte man beachten (beispielsweise auf die richtigen Binden oder das Abspülen nach dem Toilettengang hinweisen)?
 - Was kann man dem Körper gutes tun?
 - Wieso **schießt die Milch** ein?
 - Was kann man dagegen tun?
 - Muss man etwas dagegen tun (manche Frauen entscheiden sich bewusst für den Milcheinschuss)? usw.

- ▼ **Weisen Sie die Frau darauf hin, dass Sie ein Recht auf eine Nachsorgehebamme hat.** Wenn Sie ihr sogar eine Kollegin gezielt vermitteln könnten, wäre das natürlich optimal. Manche Hebammen machen während ihrer Laufbahn eine Weiterbildung zur Trauerbegleiterin. Solche Hebammen als Nachsorgehebammen sind sehr wichtig und wertvoll, da sie sowohl die seelische als auch physische Komponente abdecken können.

- ▼ Klären Sie die Frau über **Ihre Rechte bzgl. Mutterschutzes** auf.

- ▼ Vermitteln Sie **Kontakt zum Krankenhausseelsorger**, falls noch nicht geschehen.

- ▼ Vermitteln Sie, falls in der Klinik Informationsmaterialien vorhanden sind, **Kontakte zu Selbsthilfegruppen** in der Region (in unseren Klinikboxen sind diese standardmäßig vorhanden)

- ▼ Beraten Sie die Eltern in Bezug auf die **bürokratischen Schritte**, die jetzt anstehen: Standesamt, Beerdigung usw.

- ▼ Weisen Sie die Eltern darauf hin, dass diese ihr Kind **sammel- oder einzeln bestatten** können.

- ▼ Erklären Sie der Mutter, **wann Sie zur Nachsorgeuntersuchung beim Frauenarzt** gehen sollte.

- ▼ **Erklären Sie den Eltern, dass es normal ist, noch lange zu trauern** und unter Umständen. auch Wochen zu brauchen, bis man zurück in den Alltag findet.

- ▼ **Erklären Sie dem Vater, dass er das Recht hat, sich krankschreiben zu lassen**, bis er den Verlust ausreichend verarbeitet hat (die Väter werden hier oft völlig vergessen!)

Schlusswort

Wir hoffen, dass Ihnen die gesammelten Erfahrungsberichte zahlreicher Sternenkindermütter einen Einblick in deren Bedürfnisse vermitteln konnten.

Es wird deutlich klar, dass zahlreiche Sternenkindermütter sich eine bessere Begleitung während der stillen Geburt wünschen, egal in welchem Status der Schwangerschaft diese stattfindet.

Bitte vergessen Sie nicht: Ob still geboren oder nicht – das Kind muss geboren werden und somit wird der ganz normale Geburtsvorgang ausgelöst und durchlebt. Die Tatsache, dass das Baby nicht (über)leben kann, macht die Geburt eher noch schwerer, schmerzhafter und anstrengender für die Mütter als dass sie erleichternd oder mildernd wirkt.

Vor allem die Schmerzen werden, wie die aufgeführten Berichte zeigen, oftmals als deutlich intensiver empfunden als bei einer normalen Geburt.

Sie als Hebammen sind hier die Hauptansprechpartnerinnen für die gebärenden Frauen und auch für den oft sehr hilflosen und traumatisierten Vater, der nicht nur Angst um seine Frau hat, sondern auch selbst mit dem Verlust des Kindes zurecht kommen muss.

Bitte helfen Sie, in Zukunft die Geburten auch für diese Paare, die ohnehin vom Schicksal geprüft werden, zu einem Erlebnis zu machen, das durchaus **tragisch und traurig** ist, aber nicht übermäßig schmerzhaft, traumatisch und vor allem **nicht unwürdig und unmenschlich** vor sich gehen sollte, **sondern in Würde, mit Respekt und mit professioneller Geburtshilfe.**

Wir danken Ihnen sehr für Ihr Engagement und wünschen Ihnen für Ihre zukünftige Arbeit viel Kraft und alles Gute!

Die Initiative Schmetterlingskinder
Ein Projekt von Frauenworte e.V.
www.klinikaktion-der-schmetterlingskinder.de