



TAUCH EIN IN DIE WELT

Rund 300 Wassergeburten hat Karina Brüggemeier in den vergangenen sechs Jahren als Hebamme betreut. Für sie die schönste und sanfteste Geburtsmethode.

TEXT | Michaela Senger FOTOS | Patrick Pollmeier

Hereinspaziert“, ruft Hebamme Karina Brüggemeier lachend, nachdem sie die beiden Hebel der großen runden Geburtswanne geöffnet hat, und macht eine einladende Bewegung mit dem Arm. Vorsichtig und doch mit fester Hand hilft sie ihrer hochschwangeren Schwester Mareen (26), auf dem Boden Platz zu nehmen, bevor sie die Tür wieder fest verriegelt. Dann dreht sie das Wasser auf, wohltemperiert auf 37 Grad Fruchtwassertemperatur. Bis zu 500 Liter passen in die Wanne. Jetzt wird sie nur zu einem Drittel gefüllt, denn der Geburtstermin von Mareens Baby ist erst in zwei Wochen. Sie wünscht sich eine Wassergeburt im St. Josefs-Krankenhaus in Salzkotten (Kreis Paderborn) und darf heute schon mal testen, wie es sich so anfühlt, in einer Geburtswanne zu sitzen.

Weniger Geburtsstress

Es ist Mareens erstes Kind. Eigentlich soll Karina die Geburt betreuen. Doch die Hebamme zögert. „Eine Frau, die ich nicht kenne, kann ich professionell begleiten und ich weiß, dass ich in jeder Situation ruhig bleibe. Aber meine Schwester ist mir so nah und ich reagiere vielleicht zu emotional, falls die Geburt eine unerwartete Wendung nimmt. Deshalb werde ich zwar auf jeden Fall anwesend sein und den Verlauf im Blick behalten, aber die Leitung einer meiner elf Kolleginnen überlassen“, erklärt die Hebamme.

Rund 300 Wassergeburt hat Karina bisher in den vergangenen sechs Jahren als Hebamme in Salzkotten begleitet – für sie eine der sanftesten Geburtsmethoden. „Ich finde, sie ermöglicht Babys das angenehmste Eintauchen in unsere Welt. Denn sie bleiben erst mal in dem für sie bekannten Element Wasser und erfahren kaum einen Temperaturunterschied. Das lindert den Geburtsstress für das Kind enorm.“ Besonders

ZUR PERSON

Traumberuf Hebamme: Karina Brüggemeier (30) machte mit 16 Jahren zunächst eine Ausbildung zur Arzthelferin, arbeitete nebenbei aber schon als Praktikantin im Kreißaal des St. Josefs-Krankenhauses in Salzkotten. 2010 bekam sie einen Platz an der Hebammenschule in Bochum, die sie nach drei Jahren erfolgreich abschloss. Seit 2013 ist sie eine von 12 Beleghebammen in Salzkotten.



schön empfindet sie immer wieder den Moment, wenn das Baby im Wasser die Augen aufmacht und seine Mutter anschaut: „Ich ermutige dann die Frauen auch immer, sich ihr Kind im Wasser selbst zu nehmen und auf die Brust zu legen. Natürlicher geht es nicht.“

Diese Selbstbestimmtheit ist typisch für den Ablauf einer Wassergeburt. Denn die Hebamme greift so wenig wie möglich in den Prozess ein, ist aber ständig anwesend. „Ich sitze neben der Wanne, beobachte die Frau,

ihr kontrolliert. Der Frau gibt die Eins-zu-eins-Betreuung während der Geburt eine große Sicherheit. Zudem empfinden viele Frauen das warme Wasser als entspannend und schmerzlindernd, zudem sind sie im Wasser viel beweglicher als auf dem Kreißaalbett. „Es kann aber auch den Kreislauf belasten. Deshalb lassen wir die Frau nicht aus den Augen“, betont Karina.

Auch wenn sie ständig warmes Wasser nachlaufen lässt, um die Temperatur konstant zu halten, stundenlang darf die Frau nicht in der Wanne bleiben. „Sonst weicht das Gewebe zu stark auf, was die Gefahr für Geburtsverletzungen erhöht“, erklärt die Hebamme. Zudem besteht die Gefahr, dass die Frau zu viel Kraft und Energie verliert und dass ihr Körper auskühlt. Deshalb wird im Kreißaal im St. Josefs-Krankenhaus nach zwei Stunden in der Wanne immer eine Pause eingelegt. Dann können die Frauen zum Beispiel spazieren gehen oder Schmerzmittel bekommen – allerdings keine PDA. Diese ist bei einer Wassergeburt nicht möglich. „In der Regel kommen die Frauen mit Infusionen, Lachgas oder Zäpfchen gut zurecht. Wenn die Frau aber sagt, dass sie wie- ➔

„Viele Frauen empfinden das warme Wasser in der Wanne als entspannend und entkrampfend. Es wirkt wie eine natürliche Schmerzlinderung unter der Geburt.“

massiere ihren Rücken oder das Steißbein, gebe ihr Tipps zur Atmung und zu Positionen.“ Die kindlichen Herztöne werden kabellos aufgezeichnet und ebenfalls ständig von



EINS-ZU-EINS-BETREUUNG ist bei einer Wassergeburt im St. Josefs-Krankenhaus möglich, denn eine Hebamme ist immer an der Seite der Frau. An hängenden Deckentüchern findet die Gebärende Halt, Massagen und warme Wasserdu-schen helfen, zu entspannen.

der in die Wanne möchte, weil sie dort besser mit den Wehen zurechtkommt, lassen wir sie auch wieder einsteigen. Meist steht die Geburt dann auch unmittelbar bevor.“ Ist das Baby geboren, bleibt es mit der Mutter so lange im warmen Wasser, bis auch die Plazenta kommt. Um Keime brauchen sich die Eltern übrigens keine Sorgen zu machen. Spezielle Filter sorgen für die notwendige Hygiene, zudem werden regelmäßig Wasserproben genommen.

Die gute Betreuung und die Vorteile der Wassergeburt haben sich herumgesprochen: Von den jährlich rund 850 Geburten im St. Josefs-Krankenhaus ist jede zehnte eine Wassergeburt. In diesem Jahr liegt der Anteil sogar schon zwischen 15 und 18 Prozent. Zum Vergleich: Insgesamt kommen in Deutschland weniger als zwei Prozent der Babys in einer Gebärranne zur Welt.

Für eine Wassergeburt ist keine spezielle Vorbereitung notwendig. Doch nicht jede Frau kann ihr Baby im Wasser zur Welt

bringen. Voraussetzungen sind ein guter Allgemeinzustand von Mutter und Kind, eine Schädellage des Babys, dass die Frau nur mit einem Kind schwanger ist, dass keine Komplikationen zu erwarten sind und dass die 36. Schwangerschaftswoche abgeschlossen ist.

Wunsch und Wirklichkeit

So gerne Karina Wassergeburt begleitet, genauso begeistern sie Geburten „an Land“, etwa auf dem Kreißsaalbett. „Es ist schon so, dass wir jeder Frau, die zu uns zur Geburt kommt, ein Entspannungsbad einlassen. Aber wenn sich die Frau im warmen Wasser nicht wohlfühlt, drängen wir sie natürlich nicht dazu, dort länger als gewollt zu bleiben.“ Viel wichtiger ist Karina, dass das Paar die Geburt positiv erlebt, „und das ist auf dem Bett natürlich genauso möglich wie in der Wanne.“

Dass es bei einer Geburt ganz anders kommen kann, als gedacht und gewünscht,

hat inzwischen auch Mareen erfahren. Zwei Tage nach dem Probeliegen in der Geburtswanne löste sich ihre Plazenta vorzeitig ab – statt entspannter Wassergeburt ging es direkt in den OP. Notkaiserschnitt in Vollnarkose. An die Geburt ihrer Tochter Mathea hat Mareen deshalb leider wenige Erinnerungen. An ihrer Seite: Schwester Karina, die die ganze Zeit Mareens Hand gehalten hat. „Es war gut, dass eine meiner Kolleginnen mit anwesend war. Vom Anruf, dass sie Blutungen hatte, bis zur Geburt meiner Nichte vergingen nur 45 Minuten“, sagt sie. Inzwischen haben sich alle von der aufregenden Geburt erholt. „Das ist jetzt auch für mich etwas Besonderes, zu sehen, wie toll sich meine Nichte entwickelt.“

Inzwischen wünscht sich jede zweite Frau bei der Anmeldung in Salzkotten, ihr Kind im Wasser zu gebären – so wie damals auch Mareen. „Aber wir weisen darauf hin, dass wir das nicht garantieren können. Eine natürliche Geburt lässt sich eben nicht planen“, sagt Hebamme Karina. □

Erfolgreiche Wassergeburt mit Hebamme Karina an der Seite: Eine Mutter erzählt →

EINE LEICHTE GEBURT

Bei der Geburt ihrer ersten Tochter Nora bestand Ann Cathrin Auge noch auf eine PDA, ihre zweite Tochter Cleo kam ganz sanft in der Geburtswanne zur Welt – mit der Hilfe von Hebamme Karina.



ANN CATHRIN AUGE
(32) und ihre Tochter Cleo (1).

Nachdem die Geburt unserer ersten Tochter trotz Betäubung durch die PDA sehr schmerzhaft und mit Verletzungen verbunden war, wollte ich unser zweites Kind unbedingt im Wasser zur Welt bringen. Ich hatte so viel Gutes über die Wassergeburt gehört, dass ich es auf jeden Fall versuchen wollte. Ich war sehr überrascht,

wie viel angenehmer dann wirklich alles verlief. Im Wasser fühlte ich mich viel leichter und beweglicher. Nach drei Stunden war Cleo da. Meine Hebamme Karina – ich habe im St. Josefs-Krankenhaus in Salzkotten entbunden – hat kaum eingegriffen, sondern mir immer gut zugeredet und mich motiviert, auf meinen Körper zu hören. Die Geburt von

Cleo war für mich ein sehr schönes Erlebnis, da mir so erst richtig bewusst wurde, dass ich sie eigentlich ganz allein geschafft habe. Ich hatte nie das Gefühl, Schmerzmittel zu brauchen. Unvergesslich war der Moment, als

„Im Wasser habe ich mich fast schwerelos gefühlt und war auch viel beweglicher und entspannter.“

ich Cleo selbst aus dem Wasser gehoben und sie mir auf die Brust gelegt habe. Auch mein Mann hat diese Geburt viel schöner erlebt. Es war beim ersten Mal nicht leicht für ihn zu sehen, wie sehr ich gelitten habe, wie viel Aufregung im Kreißsaal herrschte, als die Geburt beschleunigt werden musste. Man kann das beim ersten Kind ja nicht einschätzen. Ich dachte, das wäre normal. Deshalb ist es umso schöner, dass wir diese positive Erfahrung noch einmal machen konnten. Ich empfehle jeder Schwangeren, auszuprobieren, wie sich die Wehen im warmen Wasser anfühlen.“ □

—Anzeige—

FÜR DEN STERN
IN DEINEM LEBEN

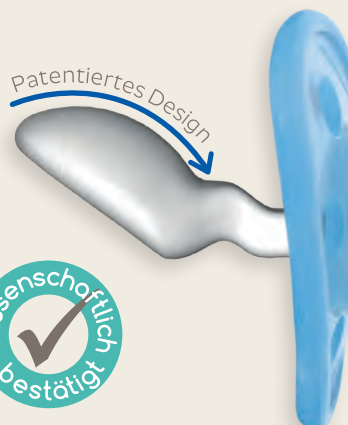


Patentiertes Design

93%¹
ohne
Zahnfehl-
stellungen

von
91%²
empfohlen

wissenschaftlich
bestätigt



Der einzige Schnuller mit Dental-Stufe

Die Dental-Stufe im Saugteil schlängelt sich zwischen den Zähnen hindurch. Verhindert nachweislich Zahnfehlstellungen!¹ Von führenden Kieferorthopäden entwickelt.

¹ Langzeitstudie der Universität Witten/Herdecke
² ROSSMANN Produkttest, 2017, n=349
(Artikel nicht in allen ROSSMANN-Filialen erhältlich).

