

Kaiserschnitt

Wie Narben an Bauch und Seele heilen können

von Theresia Maria de Jong und Gabriele Kemmler

So, wie die körperliche Narbe am Bauch mit der Zeit immer mehr verblasst, kann auch die Narbe an der Seele langsam und allmählich verblassen. Dass dies geschehen kann, setzt eine Auseinandersetzung mit der Kaiserschnitterfahrung voraus. Sonst kann es zu leicht geschehen, dass die störenden, unangenehmen Gefühle über den Kaiserschnitt verdrängt werden. [de Jong, Kemmler, p. 189]

Dieses Buch wurde mir von einer Hebamme für eine Freundin empfohlen, die nach einem ungeplanten Kaiserschnitt mit eben jener Operation und ihren Folgen haderte. Als mein drittes Kind sich wenige Wochen vor der Geburt noch immer in Steißlage befand und keine Anstalten machte, sich mit dem Kopf nach unten zu drehen, borgte mir eben jene Freundin das Buch als Vorbereitung auf einen etwaigen Kaiserschnitt.

(Anmerkung: Bei Steißlage, auch Beckenendlage genannt, wird in sehr vielen Spitälern nur Kaiserschnitt angeboten. Bei der vaginalen Entbindung von Kindern in Steißlage kann bei eintretenden Komplikationen ebenfalls ein Kaiserschnitt notwendig werden.)

Da ich mein Kind trotz Beckenendlage "normal" geboren habe, kann ich dieses Buch nur ohne die persönliche Erfahrung eines Kaiserschnittes beurteilen. Ich habe es als Vorbereitung auf die Möglichkeit eines Kaiserschnittes gelesen. Aus diesem Blickwinkel beschreibe ich das Buch auch hier.

Die beiden Autorinnen geben folgendes Ziel für ihr Buch an:

Wir möchten mit unserem Buch einerseits (und hauptsächlich) Kaiserschnittmüttern helfen, sich mit ihren Ängsten und Gefühlen auseinander zu setzen, und ihnen Wege aufzeigen, wie auch ein so technisierter Geburtsvorgang, wie es der Kaiserschnitt ist, trotz allem noch ein positives Geburtserlebnis werden kann. Wir wollen aber auch die Sensibilität der Öffentlichkeit [...] für die Sorgen und speziellen Bedürfnisse der Kaiserschnittmütter erhöhen, damit alle mit einem Kaiserschnitt "Berührten" situationsgerechter und -verständiger reagieren können. [p. 13]

Ich denke, dass dieses Buch sehr unterschiedlich auf die Leserinnen und Leser wirkt – abhängig davon, ob sie es als Vorbereitung auf einen bevorstehenden Kaiserschnitt lesen oder als Hilfe nach einem Kaiserschnitt. Besonders gut tun wird dieses Buch sicher jenen Frauen, die die Kaiserschnitt-Geburt ihres Kindes sehr traumatisierend erlebt haben. Die Autorinnen bringen Fallbeispiele von Geburten, wo ein ungeplanter Kaiserschnitt notwendig geworden ist. Sie analysieren, warum der Geburtsverlauf sich derart verschlechtert hat, dass ein Eingriff durchgeführt werden musste.

Das Beispiel von Gisela zeigt ganz deutlich, wie viele kleine Faktoren offensichtlich eine Rolle spielen können, um eine gebärende Frau, die zuversichtlich und guten Mutes in die Klinik kommt, derart zu verunsichern, dass sie schließlich "dicht macht" und nicht mehr an ihre Geburtsinstinkte herankommt, auch wenn sie sich noch so sehr bemüht. [p. 26]

Die Erfahrungsberichte sind meines Erachtens nach eine zweiseitige Sache: Auf der einen Seite helfen sie Kaiserschnittmüttern sicher, sich von ihren Schuldgefühlen zu befreien. Auf der anderen Seite könnten sie Ängste von Schwangeren schüren, "wie furchtbar es in den Spitälern zugeht".

Sehr informativ finde ich das Kapitel "Wann muss ein Kaiserschnitt gemacht werden?", wo auch das Thema "Wann kann ein Kaiserschnitt vermieden werden?" besprochen wird.

Schließlich werden im Kapitel "Geburt und Gebären – Welche Faktoren spielen eine Rolle?" einzelne Umstände und Faktoren diskutiert, die den Stress einer Gebärenden vermehren, sodass sie sich dem natürlichen Vorgang einer Geburt nicht mehr hingeben kann, sondern blockiert.

Natürlich setzen sich die Autorinnen auch damit auseinander, wie ein Kaiserschnitt auf die Entwicklung des Kindes auswirkt.

Kaiserschnittgeborene, die keine Wehen erlebt haben, haben ein anderes Raumgefühl, da sie keine Erfahrung von Begrenzung während der Wehen und bei der Reise durch den Geburtskanal gemacht haben. Während der vaginalen Geburt erfährt das Kind durch die Wehen Begrenzungen, ihm wird gezeigt, wo sein Platz ist, wohin es soll. [...] Kaiserschnittgeborene sind darauf angewiesen, Grenzen zu erlernen. [...] Andererseits hat die Grenzenlosigkeit und das Fehlen von Begrenzungen auch seine positiven Aspekte. Sie haben weniger Angst bei Grenzerfahrungen, sind offener für ungewöhnliche Lösungen, vor ihnen liegt die Unendlichkeit aller Möglichkeiten. [p. 119]

Die Autorinnen zitieren hier die amerikanische Schriftstellerin Jane English, die sich aus eigener Betroffenheit viel mit Kaiserschnittgeburten auseinander gesetzt hat. Hier noch ein Ausschnitt, der auch dazu beitragen möge, etwaige Schuldgefühle von Kaiserschnittmüttern zu verflüchtigen:

English geht noch einen Schritt weiter und verweist auf die Seelenerfahrung einer Kaiserschnittgeburt: "Jede Geburt lehrt andere Dinge. Eine Seele mag mit speziellen Absichten in die Welt kommen, die auf wunderbare Weise mit einer Kaiserschnittgeburt korrespondieren, die für jemanden anders vielleicht gewalttätig und abrupt erscheinen mag. Aber das mag vielleicht genau das sein, was die Seele braucht, um die Lernlektionen zu machen, für die sie sich entschlossen hat, auf die Erde zu kommen. [...]" [p. 120]

Besonders wichtig für Kaiserschnittmütter ist sicher das Kapitel "Die Auseinandersetzung mit der Kaiserschnitterfahrung". Hier thematisieren die Autorinnen auch den Druck der Gesellschaft:

Mütter nach einem Kaiserschnitt sind – und das kann gar nicht oft genug wiederholt werden – in einer extremen Belastungssituation, indem sie einerseits frisch Operierte sind, die Schonung für sich beanspruchen können, andererseits aber als Mütter dazu aufgefordert sind, sich um ihr Kind zu kümmern. Leider wird der Kaiserschnitt als Operation heute vielfach trivialisiert, vielleicht auch deshalb, weil er inzwischen ein Routineeingriff geworden ist und häufig zur Anwendung kommt. Die Gefahren und Schmerzen der Mütter werden in der Gesellschaft vielfach übersehen. Diese "Kaiserschnitt-na-und?-Mentalität" schmerzt betroffene Frauen sehr. [...] Überspitzt formuliert ist es noch immer so, dass sich der "Wert" einer Frau erst auf dem Gebärstuhl offenbart. Die Frau, die hier "versagt", muss ohne Komplimente auskommen. [p. 126f]

Für mich, die ich das Buch als mentale Vorbereitung auf einen möglicherweise notwendigen Kaiserschnitt gelesen habe, ist das Kapitel "Hilfe für Kaiserschnittmütter" sehr hilfreich gewesen. Hier beschreiben die Autorinnen unter anderem, was Frauen im Operationssaal erwartet, welche Rolle der Vater bei dieser operativen Geburt spielen kann, aber auch was nach einem Kaiserschnitt getan werden kann, um die Mutter-Kind-Bindung zu intensivieren. Diese Seiten haben mir das Gefühl gegeben, dass ich selbst bei einem Kaiserschnitt aktiv "mitspielen" kann und nicht allem hilflos ausgeliefert bin. Das war für mich persönlich ein sehr wichtiger Faktor, der es mir erleichtert hat, die Tatsache eines möglichen Kaiserschnittes anzunehmen.

In den Abschlussbemerkungen empfehlen die beiden Autorinnen:

Verdrängte Probleme [...] wirken auch im Unterbewusstsein weiter und können so das Leben vergiften – sei es in einer gestörten Mutter-Kind-Beziehung, einer unbefriedigten Paarbeziehung oder in einer geminderten Selbsteinschätzung. Deshalb empfehlen wir allen Kaiserschnitt-Betroffenen – sowohl Mutter als auch Vater – sich über das gesamte Ausmaß einer unverarbeiteten Kaiserschnittgeburt klar zu werden. [p. 189]

Bei meiner persönlichen Empfehlung für dieses Buch tu ich mir ein bisschen schwer. Auf der einen Seite ist es sehr informativ und bestärkend, auf der anderen Seite könnten die Berichte auch sehr angsteinflößend auf ohnehin empfindsame Schwangere wirken. Ich denke: Wer sich schon nach wenigen Zeilen des "Reinlesens" unwohl fühlt, sollte dieses Buch wohl eher ins Regal zurückstellen. Wer sich jedoch beim Reinschmökern angesprochen fühlt, hat hier einen tollen Ratgeber zu Hand!

Theresia Maria de Jong, Gabriele Kemmler
Kaiserschnitt
Wie Narben an Bauch und Seele heilen können
© 2003; 3. Auflage 2006
Kösel Verlag; München
ISBN 3-466-34461-1

Ulrike Feichtinger
5. Dez. 2007