



Doula: In vielen Ländern ist sie eine Selbstverständlichkeit, in Deutschland noch wenig bekannt – die Doula. Die erfahrenen Frauen unterstützen Schwangere während der Geburt.

Die Freundin im Kreißsaal

Mütter bei der Geburt bemuttern, ohne Kompetenzen von Hebammen infrage zu stellen

Doulas gibt es vermutlich bereits so lange, wie es die Menschheit gibt. Denn schon immer waren es erfahrene Frauen, die Schwangeren bei der Geburt beigestanden haben – unabhängig davon, ob eine speziell ausgebildete Hebamme anwesend war oder nicht. Es waren Tanten, ältere Schwestern, Freundinnen oder Nachbarinnen, die für frische Wäsche sorgten und Feuerholz holten, die eine Tasse Tee reichten und die Hand hielten. Aus dieser historischen Solidarität unter Frauen ist die Tätigkeit der Doula entstanden. Ihre wichtigste Aufgabe ist, sich ganz auf die Bedürfnisse der Schwangeren einzustellen und unter der Geburt nicht von ihrer Seite zu weichen.

Vor sechs Tagen hat Christina Trapp (33) ihr erstes Kind zur Welt gebracht. Die Geburt dauerte 28 Stunden und war für Mutter und Kind ein echter Kraftakt. „Ich bin unendlich glücklich, dass der kleine Fabian nun endlich auf der Welt ist“, sagt die junge Mutter und im selben Atemzug fügt sie an: „Ohne die Unterstützung von Michi hätte ich es nicht geschafft, über so lange Zeit durchzuhalten.“

Michaela „Michi“ Frisch-Winkelbeiner war von Anfang an bei der Geburt dabei – und zwar als Freundin und angehende Doula, denn die zweifache Mutter aus Gröningen lässt sich gerade zu einer „Dienerin der Frau“ ausbilden. „Ich habe mit Christina geatmet, sie zur Toilette begleitet, ihr Essen und Trinken gebracht, mit ihr gelacht und geweint, sie ermutigt, wenn sie nicht mehr konnte, sie massiert, ihr die Spuckschüssel gehalten, ihr gesagt, was als Nächstes kommt und Christinas Wünsche an die Hebammen weitergegeben, wenn sie selbst es nicht konnte“, berichtet Michaela Frisch-Winkelbeiner. Bis auf eine kurze Pause, in der der Vater die Stellung bei der Gebärenden hielt, hat die Doula in Ausbildung die Geburt

komplett begleitet – bis hin zum Durchschneiden der Nabelschnur, was die 28-Jährige am Ende machen durfte.

Nachdem der kleine Fabian auf der Welt war, hat sich die Geburtsbegleiterin zurückgezogen, damit die frischgebackenen Eltern in aller Ruhe ihr neues Familienglück genießen konnten. „Es war ein wunderschönes Erlebnis für mich – auch wenn ich zwischenkräftemäßig an meine Grenzen kam. Aber ich konnte sie zum Glück schnell wieder aktivieren und wieder für meine Freundin da sein“, erzählt Michaela Frisch-Winkelbeiner.

Eine Doula im Kreißsaal ist in der Region ein seltenes Ereignis. Im Haller Diak ist das noch nie vorgekommen. „Meistens kommt der Partner als Begleitung mit. Es kommt auch vor, dass eine andere nahestehende Person die Gebä-



Persönliche Begleitung von Anfang bis Ende: Während der Wehenphase im Kreißsaal blieb Michaela Frisch-Winkelbeiner an der Seite ihrer Freundin. Privatfoto

rende begleitet. Das empfinden wir ganz klar als Unterstützung“, sagt Chefarzt Professor Dr. Andreas Rempen. Die Zahl der Begleitpersonen sollte aber auf ein bis zwei Personen beschränkt bleiben.

ben selbstverständlich ihr Bestes, um der Frau während der Geburt beizustehen. Allerdings müssen sie manchmal zwei oder drei Geburten gleichzeitig betreuen und können sich nicht exklusiv um eine Gebä-

rende kümmern. Auch endet die Schicht nach acht Stunden, eine Gebärende, die viele Stunden in den Wehen liegt, erlebt so die Begleitung von zwei oder drei Hebammen. „In Kliniken können Doulas wirklich gute Dienste leisten – bei der Stellenknappheit ist das ideal für die Gebärende und eine Entlastung für das Klinikpersonal“, meint Hebamme Martina Eirich aus Braunsbach. In der Hausgeburtshilfe, in der sie selbst seit vielen Jahren tätig ist, finden die Frauen eine zusätzliche Doula-Begleitung jedoch überflüssig.

„Ich könnte mir vorstellen, dass eine Doula, die sich nur auf Wehenbegleitung beschränkt, sehr hilfreich sein kann“, meint Martina Wolf-Thiessat. Die Hebamme aus Oberrot betrachtet eine Doula nicht als Konkurrenz – so lange diese ihre Kompetenzen nicht überschreitet. Damit ist vor allem die Unterstützung der Gebärenden im Kreißsaal gemeint. „In der Vorsorge teilen sich bereits Hebammen und Gynäkologen die Aufgaben, und die Nachsorge gehört ebenfalls zum Aufgabengebiet von uns Hebammen. Schon die Zusammenarbeit zwischen Ärzten und Hebammen läuft nicht immer optimal. Wenn da noch eine weitere Person ins Spiel kommt, stelle ich mir das schwierig vor“, so Wolf-Thiessat. In jedem Fall müsse eine Doula viel Fingerspitzengefühl mitbringen.

Bei der Geburt von Fabian in der Klinik Rothenburg ob der Tauber hat die angehende Doula Michaela Frisch-Winkelbeiner den Spagat zwischen einer Betreuung der Gebärenden und der nötigen Zurückhaltung gegenüber dem Klinikpersonal offenbar gut gemeistert. „Die Schwestern, Hebammen und Ärzte waren sehr nett und offen. Es war eine gute und harmonische Zusammenarbeit, wir haben viel gelacht und die Stimmung war sehr locker“, resümiert die 28-Jährige.

CHRISTINE HOFMANN

Abomax
MAXimaler
Vorteil nur für Abonnenten!

5% Rabatt
10% Rabatt
15% Rabatt

Jeden Monat
Abomax Rabatt sichern!

Dienerin der Frau

Der Begriff „Doula“ stammt aus dem Griechischen und bedeutet Dienerin, Sklavin oder Magd. Damit ist bereits die Aufgabe einer Doula umrissen: Sie steht einer werdenden Mutter vor, während und nach der Geburt als emotionale und physische Begleiter-

in zur Seite. Voraussetzung für diesen Beruf ist, dass eine angehende Doula selbst zumindest ein Kind geboren hat. Die Doula übt keine medizinische Funktion aus und greift nicht in medizinische Belange ein. Deshalb verhält sie sich auch loyal und respektvoll

gegenüber der Arbeit der Hebammen und des medizinischen Personals.

Eine Doula wird von der Schwangeren beauftragt und als Privatleistung bezahlt. Das Honorar beträgt zwischen 450 und 750 Euro. Zu den Leistungen ge-

hören zwei Vorgespräche, Rufbereitschaft rund um den errechneten Geburtstermin, telefonischer Kontakt und Erreichbarkeit, die Begleitung der Geburt und ein Nachgespräch. Ist es einer Frau nicht möglich, das ganze Honorar zu bezahlen, vermittelt die

Gesellschaft für Geburtsvorbereitung (GfG) Adressen von Hilfsorganisationen. Kontakt: GfG Bundesverband, Telefon 030 / 45 02 69 20 oder www.gfg-bv.de.

Der seit 1992 bestehende Verein „DONA International“ (www.dona.org) ist

die größte und älteste Doula-Vereinigung weltweit. Sie hat zurzeit mehr als 7000 Geburts- und Wochenbett-Doulas. 2008 wurde in Freiburg der deutsche Doula-Verband „Doulas in Deutschland“ (www.doulas-in-deutschland.de) gegründet. hof

„Doulas und Hebammen haben ein gemeinsames Ziel“

Die Gesellschaft für Geburtsvorbereitung, Familienbildung und Frauengesundheit (GfG) bietet eine zertifizierte Weiterbildung zur Doula an.

Doulas sind in Deutschland recht unbekannt. Wie viele gibt es?
KERSTIN VAZIRI: Zertifizierte GfG-Doulas gibt es inzwischen bundesweit etwa 50. Die Tendenz ist jedoch steigend.

Worin unterscheiden sich die Aufgaben einer Doula von denen einer Hebamme?

VAZIRI: Eine Doula ersetzt weder Hebamme noch Geburtshelfer, sie übernimmt keine medizinische Funktion und kann sich daher ganz auf die Bedürfnisse der

Frau konzentrieren. Während der Wehenphase wird die Gebärende von ihrer Doula ohne Schichtwechsel begleitet und betreut.

Wie reagiert das Klinikpersonal auf die Anwesenheit einer Doula im Kreißsaal?

VAZIRI: Das ist unterschiedlich. Da das Konzept der Geburtsbegleitung durch eine Doula sich hierzulande erst langsam etabliert, bestehen zum Teil noch Vorbehalte seitens der Geburtshelfer in den Kliniken. Diese lösen sich meist auf, nachdem eine Geburtsbegleitung durch eine Doula erlebt wurde. Denn eigentlich haben Hebammen und Doulas ein gemeinsames Ziel: das Erlebnis der Geburt für Frauen so sicher und so schön wie möglich zu machen.

Welchen Einfluss hat eine Doula auf den Geburtsverlauf?

VAZIRI: Einen sehr positiven. Wissenschaftliche Untersuchungen zei-



Kerstin Vaziri vom GfG-Bundesverband in Berlin Privatfoto

gen, dass die kontinuierliche Begleitung durch eine Doula während der Geburt die Kaiserschnitttrate, die Geburtsdauer, die Verabreichung von Wehenmitteln, die medikamentöse

Schmerzbekämpfung, den Einsatz der Geburtszange und die Nachfrage nach einer Periduralanästhesie signifikant reduziert. Außerdem zeigte sich, dass nach einer Geburt mit Doula wesentlich mehr Babys voll gestillt wurden und weniger Ernährungsprobleme auftraten. Psychologische Tests zeigten bei den Müttern weniger innere Unruhe oder Anzeichen von Depressionen, aber mehr Zufriedenheit in der Partnerschaft.

Dann sollte es eine Doula wohl am besten bei jeder Schwangerschaft auf Rezept geben, oder?

VAZIRI: Wären die mit einer Doula erzielten Ergebnisse mit einem Medikament oder einem neuen Apparat zu erreichen, dann gäbe es eine ungeheure Nachfrage nach dieser

Neuerung. Aber leider entspricht die Doula noch nicht der medizinischen Lehrmeinung.

Wie wird man eigentlich Doula?

VAZIRI: Wichtige Voraussetzungen sind ein Mindestalter von 30 Jahren, die Erfahrung mindestens einer eigenen Geburt, körperliche und seelische Belastbarkeit, Durchhaltevermögen und Zuverlässigkeit. Denn zur eigentlichen Begleitung der Geburt gehört jeweils auch die Rufbereitschaft bis zum Geburtstermin. Die Weiterbildung bei der GfG umfasst einen Orientierungstag, acht Wochenendseminare und einen Termin zur Praxisreflexion. Um das Zertifikat zu erhalten, müssen unter anderem fünf Geburten, zum Beispiel im Rahmen eines Kreißsaalpraktikums, miterlebt werden. hof