

Wassergeburt

Von liliput-lounge.de



Im Wasser ist der Körper leicht und schwerelos, sogar während einer Geburt. Das hilft beim Positionswechsel, lockert das Gewebe und dämmt den Wehenschmerz. Und fürs Baby ist die Wassergeburt ein sanfter Übergang auf die Welt: von der Fruchtblase direkt ins warme Wasser und zu Mama.

Gebärhocker oder Vierfüßlerstand? Als Claudia (34) im Geburtsvorbereitungskurs diese Begriffe hörte, fand sie die Gedanken daran gruselig. Dass hörte sich nur nach Verrenkungen und Qual an. Als sie dann den Kreißsaal ihrer Geburtsklinik betrat, sah sie zu ihrer Überraschung dort auch eine Wanne, etwa so groß wie ein Whirlpool. Über eine Wassergeburt hatte sie sich noch nie Gedanken gemacht. "Aber die Idee gefiel mir sehr, schließlich ist nichts für mich entspannender als ein Bad," sagt sie.

Ihr Mann hatte zunächst Angst. Ertrinkt denn das Kind nicht, wenn es im Wasser auf die Welt kommt!? Natürlich nicht, denn im Fruchtwasser ist es ja auch nicht ertrunken - die Atmung setzt erst beim Kontakt mit Luft ein.

Wie sieht eine Wassergeburt konkret aus? Mittlerweile haben viele Kliniken Geburtswannen, bei Geburtshäusern gehören sie nahezu zur "Standardausrüstung". Für Hausgeburten kann man sogar [spezielle Geburtspools](#) bestellen. Geburtswannen gibt es in verschiedenen Formen und Größen, manchmal werden sie nur in der Eröffnungsphase zur Entspannung genutzt oder aber auch für die gesamte Geburt.

Entscheidet sich die werdende Mutter wie Claudia für eine Wassergeburt, wird die Wanne entsprechend vorbereitet: Sie wird mit Wasser, etwa 35 bis 37 Grad warm gefüllt, das Wasser ist so tief, dass das Kind bei der Geburt vollständig unter Wasser ist um ein vorzeitiges Auslösen des Atemreflexes zu vermeiden. Hebamme, Arzt und Partner begleiten die Frau meist vom Wannenrand aus.

Erst wenn der Muttermund gut fünf Zentimeter geöffnet ist, sollte die werdende Mutter ins Wasser steigen. Das Wasser kann ab dieser Phase der Geburt seine optimale Wirkung zeigen - die Wehen werden effektiv und weniger schmerzhaft, die Geburt geht zügig voran.

Die gesamte Geburt kann in der Wanne stattfinden. Die Herztöne des Kindes werden über wasserdichte Schallköpfe kontrolliert, die Übertragung auf den Wehenschreiber erfolgt per Funk. Frauen, die unter Geburt doch lieber "an Land" möchten, können selbstverständlich auch wieder aus der Wanne aussteigen. Auch bei Komplikationen kann die Geburt

jederzeit verlegt werden.

In den meisten Fällen ist aber anders: viele Frauen wollen zunächst nur zur Entspannung in die Wanne und entscheiden sich spontan für eine Wassergeburt. Bleibt die Fruchtblase während der Geburt intakt, kommt der Säugling im Wasser besonders sanft zur Welt: die Fruchtblase wirkt wie ein Polster gegen den Wehendruck der Gebärmutter. Bei Wassergeburten ist es gar nicht selten, dass ein neugeborenes Baby aus der heilen Fruchtblase direkt ins warme Wasser auf die Welt geholt wird.

Dann passiert ein kleines Wunder: während die Nabelschnur noch mit dem Mutterkuchen verbunden ist, schwimmt das Baby in Richtung Mutter und sucht die Brust. Oft haben im Wasser neu geborene Kinder dabei sogar die Augen geöffnet, wohingegen an Land geborene Babys die Augen zusammenkneifen.

Aber auch für die Mutter hat die Wassergeburt viele Vorteile: das Risiko einer Dammverletzung ist geringer als bei einer Landgeburt außerhalb des Wassers. [Der Wochenfluss](#) versiegt schneller nach einer Wassergeburt.

Der Gynäkologe Dr. Albin Thöni untersuchte in einer [Studie](#) über 650 Wassergeburten und konnte belegen, dass bei keiner dieser Geburten Schmerzmittel benötigt wurden. Auch die Geburtsdauer war deutlich verkürzt.

Sowohl für die Mutter als auch für das Kind bedeutet die Wassergeburt reduzierten Geburtsstress: Die Stresshormonausschüttung der Mutter ist durch Nabelschnur und Plazenta ja unmittelbar mit dem Kind verbunden. Aber das Kind produziert auch selber Stresshormone, wenn die Geburt anstrengend ist.

Für wen ist die Wassergeburt eher nicht geeignet?

- Bei Bluthochdruck der Mutter
- Mehrlingen
- Beckenendlage
- Komplikationen während der Geburt in vorherigen Schwangerschaften
- wenn frau bestimmte Infektionskrankheiten hat
- wenn eine PDA oder spinale Anästhesie gewünscht ist
- bei Plazentainsuffizienz