



BARMHERZIGE BRÜDER
KRANKENHAUS ST. VEIT/GLAN

MEDIENINFORMATION am 29. April 2024, St. Veit/Glan

5. Mai: Internationaler Hebammentag

Wunder Geburt: Die Kraft ein Kind gebären zu können

Hebamme Ursula Moser erzählt anlässlich des Welthebammentages am 5. Mai über ihren Alltag auf der Geburtenstation im Krankenhaus der Barmherzigen Brüder St. Veit/Glan und die Verantwortung und das überwältigende Gefühl, einen Menschen auf die Welt zu holen.



Ins Leben begleiten: Hebamme Ursula Moser mit der neugeborenen Marta

Dieses Jahr blickt Hebamme Ursula Moser auf 34 Jahre Berufserfahrung im Krankenhaus der Barmherzigen Brüder St. Veit/Glan zurück. Selbst nach dieser langen Zeit ist die Geburt eines Kindes für die Kraigerin nicht zur Routine geworden. Jede Geburt ist für sie aufs Neue einzigartig und faszinierend. „Frauen bei der Geburt Beistand zu leisten ist etwas Besonderes. Es ist ein Geschenk, an der Quelle des Lebens arbeiten zu können“, erzählt Ursula Moser, die dankbar ist, seit so vielen Jahren in einem so tollen Team auf der Geburtshilfestation arbeiten

zu können. „Die Geburt meiner eigenen beiden Kinder war die schönste Erfahrung in meinem Leben“, erinnert sich Ursula Moser.

Nach über drei Jahrzehnten Erfahrung fällt "Uschi", wie sie von ihren Kolleginnen gerufen wird, auf, dass die Frauen eher ängstlich sind. Gründe dafür gibt es viele: Für Schwangere gibt es ein Meer an Informationen. Diese Flut, vor allem in den sozialen Netzwerken und Foren zu den Themen Schwangerschaft und Geburt, kann manchmal auch Frauen verunsichern. "Wichtig ist es, Bedenken anzusprechen und frühzeitig Kontakt zu einer Hebamme aufzunehmen", sagt Moser. Am besten gelingt das in Gesprächen mit den schwangeren Frauen, die an Geburtsvorbereitungskursen und Infoabenden für Schwangere teilnehmen.

Frauen die Angst nehmen

„Eine Schwangerschaft und Geburt können als die natürlichsten Dinge der Welt beschrieben werden“, sagt die Hebamme aus St. Veit. Sie rät dazu, den „Kopf auszuschalten und sich instinktiv vom Körper leiten zu lassen“. Eine gewisse Unsicherheit vor der Geburt ist normal und absolut verständlich, besonders bei Erstgebärenden. „Bei einem Großteil der Frauen verwandelt sich durch das Vertrauen in uns Hebammen und unsere ÄrztInnen, und vor allem das Vertrauen in den eigenen Körper, eine unsagbare Stärke und Frauenkraft. Meistens kommt irgendwann die Gewissheit: Ich schaffe das! Bei der Geburt kommt nicht nur ein Kind zur Welt, sondern auch eine Mutter wird geboren“, so die Hebamme, die ihre Freizeit gerne in der Natur verbringt.

Liebe Schwangere, bewegt euch!

Ein besonderes Anliegen der erfahrenen Hebamme Ursula Moser ist auch das Thema Bewegung in der Schwangerschaft. Regelmäßige und angepasste Bewegung während der Schwangerschaft kann viele positive Effekte auf Mutter und Kind haben, es sei denn persönliche Risikofaktoren sprechen dagegen. „Durch körperliche Aktivitäten können werdende Mütter nicht nur ihre Gewichtszunahme begrenzen, sondern auch typischen Schwangerschaftsbeschwerden wie Rückenschmerzen, Schwellungen und Kreislaufproblemen entgegenwirken. Außerdem kann sich die Geburt verkürzen, die Babys profitieren auch von einer fitten Mama und die Erholungsphase nach der Geburt wird unterstützt.“

Glückszustand

Die Geburt eines kleinen Menschen beschreibt Ursula Moser als einen Zustand voller Glück. Das liegt auch am Zusammenwirken von hormonellen Vorgängen, die sich währenddessen im Körper abspielen. Besonders intensiv ist dieses Gefühl bei natürlichen Geburten: „Man weiß, dass Oxytocin bei der Geburt eine wichtige Rolle spielt“, erklärt die Hebamme. Oxytocin ist das Liebes- und Bindungshormon, das Wehen auslöst und während der Geburt vermehrt ausgeschüttet wird. Dies stärkt die Bindung zwischen Mutter und Kind besonders.

Die Macht der Hormone

Dieses wohl emotionalste Erlebnis im Leben einer Frau geht auch mit Schmerzen einher. Die Wehe ist ein positiver Schmerz, denn mit jeder Wehe kommt man dem Moment näher, in dem man sein Baby zum ersten Mal sieht und in den Armen halten kann.

Eine gute Betreuung, ein vertrautes Umfeld und Intimität sind auf diesem Weg unterstützend. Die Wehen werden von Hormonen gesteuert. Es gibt eine Balance zwischen wehenproduzierenden Hormonen, Oxytocin und Progesteron, und den Stresshormonen

Adrenalin und Cortisol, die Frau zum Gebären anspornen. Zusätzlich werden schmerzlindernde Endorphine, ein körpereigenes Schmerzmittel, ausgeschüttet.

„Wir beobachten diese Situation als Hebammen sehr genau. Braucht die Frau Entspannung, ein warmes Bad, Bewegung oder eine Massage mit einem wohltuenden Geburtsöl, welche auch gerne durch den werdenden Vater durchgeführt werden kann. Manchmal ist es auch Zeit für eine schmerzlindernde PDA (Periduralanästhesie, kurz PDA, ist in der Geburtsmedizin ein gängiges Verfahren zur Schmerztherapie) und manchmal ist auch ein Kaiserschnitt das Richtige“, beruhigt die Hebamme. Die Nachbetreuung durch eine Hebamme ist in den ersten Wochen nach der Geburt in vielerlei Hinsicht eine wertvolle Unterstützung für die ganze Familie. Sie ist die wichtige Ansprechpartnerin für das Paar, wenn es um die Gesundheit des Babys, das Stillen und Fragen rund um das Neugeborene geht.

Besondere Augenblicke

Wenn das Kind geboren ist, herrscht im Kreißsaal zuerst ein paar Minuten einfach Ruhe. „Dieser Moment des Ankommens ist sehr berührend, alles rundherum bleibt stehen“, schwärmt Hebamme Moser, die der Mutter das Kind in die Arme legt. In diesen Minuten nach der Geburt entsteht das starke Band zwischen Eltern und Kind ("Bonding"), das ein Leben lang hält.



Hebamme Ursula Moser begleitet Schwangere seit 34 Jahren im Krankenhaus der Barmherzigen Brüder St. Veit/Glan vor, während und nach einer Geburt



Rückfragehinweis:

ALLGEMEINES ÖFFENTLICHES KRANKENHAUS
DER BARMHERZIGEN BRÜDER ST. VEIT/GLAN
Abteilungsvorstand Prim. Dr. Freydun Ronaghi, MBA
A-9300 St. Veit/Glan | Spitalgasse 26
Tel.: +43 (0) 4212 / 499-310
www.barmherzige-brueder.at