

# Glosse

## Kinderkriegen

*Unserem Land geht der Nachwuchs aus. Warum bloß? Beim Durchforsten der Ratgeber-Literatur zum Thema Kinderkriegen kommt die Erleuchtung: Das hat womöglich nicht nur was mit einer kinderfeindlichen Gesellschaft und Politik – samt kinderlosen PolitikerInnen – zu tun. Nein, offenbar wabert in Frauen hierzulande etwas, das zu einer „tief verankerten Angst der Schwangeren vor der Geburt“ führt! Aha.*

*Und wenn dem so ist, dann ist es nur gut, dass der Trias Verlag einen Ratgeber auf den Markt geworfen hat, der diesen Ängsten entgegensteuert. „Autogene Geburt“ heißt ein verheißungsvoller Titel. Und vom „Autogenen Training“ weiß man ja nur Gutes. Denn hier wie dort geht es eben darum, etwas aus eigener Kraft und von innen heraus zu bewerkstelligen.*

*Die Trias-Autorin hatte jedenfalls die abgefahrene Idee, dass die „Gebärende das Kind viel stressfreier, energiesparender und verletzungsärmer zur Welt bringen kann, wenn sie auf ihren eigenen Körper hört“. Dabei sollen „besondere Atem-, Entspannungs- und Konzentrationsübungen aus dem Bereich des autogenen Trainings und der Selbsthypnose helfen“. Und dementsprechend verspricht der Untertitel: „Mit Hypnobirthing selbstbestimmt gebären“. Wow.*

*Wer nun allerdings beim Thema Hypnose zurückschreckt, dem sei versichert: Die Gebärende ist da schon ganz bei sich – und nicht auf einem anderen Stern. Denn es geht beim sogenannten Hypnobirthing vornehmlich darum, das Schmerzempfinden zu mindern, indem frau ihre Schmerzempfindung drosselt. Oder sich per „Farbatmung“ mal richtig entspannt. Wie sie das während der Geburt hinkriegen soll, verraten sogenannte Hypnobirthing-Praktikerinnen, die sich nach einer Art Fortbildung sogar mit einem Zertifikat schmücken dürfen. Das wiederum befähigt sie, geburtsvorbereitende Kurse als zertifizierte Hypnobirthing-Praktikerin anzubieten und vier Termine für rund 400 € zu kassieren. Billiger gibt's Farbatmung & Co. online!*

*Ein Hypnobirthing-Zertifikat nennt auch die Trias-Autorin ihr Eigen, die nicht nur Kulturwissenschaften studiert hat, Journalistin bei „Bild“ war und ausgebildete Hypnotiseurin ist, sondern – man lese und staune – selbst Mutter ist. Die Ankündigung des Ratgebers bei Trias hält übrigens eine besondere Überraschung bereit: Die vielseitige Autorin ist tatsächlich ClauWi-Beraterin. Und dank Google erfahren wir mit wenigen Klicks, wie wunderbar sich diese Qualifikation an all die empfohlenen Techniken rund ums Gebären anschließt. ClauWi®-Beraterinnen wissen nämlich ganz genau, wie man das ClauWi®-Babytragetuch richtig bindet.*

1 Alle Zitate: Verlagsprogramm Frühjahr 2016, Trias Report, S. 19

baut. Dann ist es günstig, das Arzneimittel (wenn möglich) unmittelbar nach dem Stillen einzunehmen, denn so vergehen bis zur nächsten Stillmahlzeit meist einige Stunden – mit dem Ergebnis, dass die Milch weniger belastet ist.

## Informieren ist wichtig

Manchmal geht es allerdings für die Mutter nicht ohne eine Arzneitherapie, die für das Kind tatsächlich eine gesundheitliche Gefährdung darstellt. Das ist etwa bei einer Krebsbehandlung der Fall oder wenn für längere Zeit starke Schmerzmittel oder Substitutionsmittel (Opiode) oder spezielle Kombinationen von Psychopharmaka nötig sind. Dann kann eine Frau – nach eingehender Beratung mit ihrem Arzt oder ihrer Ärztin – zu der Entscheidung kommen, dass Abstillen ratsam und industrielle Säuglingsmilch das kleinere Übel für ihr Kind darstellen. Solche Entscheidungen sind nicht einfach.

Deutlich verbesserungswürdig ist das Informationsangebot für den Gebrauch von Arzneimitteln in der Stillzeit. Die Packungsbeilage oder die Fachinformationen für Ärzte helfen oft nicht weiter, da sie aus juristischen Gründen meist von Arzneimitteln abraten, wenn diese in den Zulassungsstudien nicht auch bei stillenden Frauen untersucht wurden. Aktuelle wissenschaftliche Erkenntnisse fließen in Beipackzettel erst mit Verzögerung ein. Deshalb ist es sinnvoll, auf zuverlässige Informationen zurückzugreifen, wie sie etwa das Institut für Embryonaltoxikologie in Berlin anbietet. Unter [www.embryo-tox.de](http://www.embryo-tox.de) ist die Datenbank für „Arzneimittelsicherheit in Schwangerschaft und Stillzeit“ frei zugänglich. Für verschiedene Erkrankungen finden sich dort Informationen zu den empfohlenen Arzneistoffen während der Stillzeit. Umgekehrt lassen sich für bestimmte Arzneistoffe vorab Beurteilungen abrufen. Vor allem Ärzte und Apotheker können zusätzlich ein telefonisches Beratungsangebot in Anspruch nehmen.

## Vorsicht berechtigt, aber Risiko gering

Frauen wissen, dass Arzneimittel in Schwangerschaft und Stillzeit ein Problem sind. Die Konzentration von Arzneistoffen in der Muttermilch ist in den meisten Fällen gering, und Nebenwirkungen treten beim gestillten Kind nur sehr selten auf. Für die meisten Erkrankungen und Beschwerden der Mutter lassen sich Arzneimittel finden, die den Säugling nicht gefährden. Darum ist Abstillen nur in individuell begründeten Fällen nötig.

1 World Health Organisation. Breastfeeding. [www.who.int/topics/breastfeeding/en/](http://www.who.int/topics/breastfeeding/en/) [Abruf 21.04.2016]

2 AVP (2016) 43, S. 92

3 AVP (2016) 43, S. 100