

Magazin zur Traditionellen Lehre der Hebammen- und Entbindungskunst

## Vorbereitung

### Resultat der Senkwehen

Körperliche und seelische Veränderungen am Ende der Schwangerschaft sind die Parameter der Geburtsprognose.

### Unterstützung

Angst und Verkrampfung steigern das Schmerzempfinden in der Geburt, eingeübte Techniken können dem entgegenwirken.

### Gemeinsam entscheiden

Möglichkeiten und Grenzen der Partizipativen Entscheidungsfindung in der Geburtshilfe.



## Liebe Leserinnen, liebe Leser,

Vorgeburtsperiode, Geburtsvorbereitung, Zurüstung – die letzten Wochen vor einer Geburt haben viele Namen. Die Zeit der Vorbereitung beginnt nach dem III. Trimenon einer Schwangerschaft und meint in der Regel die vier Wochen vor der Niederkunft. Unter Vorbereitung wird hier nicht nur alles Tun der Eltern verstanden, um dem neuen Erdenbewohner eine schöne Ankunft im Leben zu bereiten. Vielmehr sind hier die körperlichen und seelischen Veränderungen der Schwangeren gemeint.

Der Körper bereitet sich auf die bevorstehende Geburt vor. In früheren Zeiten wusste eine gute Hebamme diese Vorzeichen der Geburt zu deuten und konnte daraus Schlüsse zum Geburtsverlauf ziehen. In neueren Zeiten gibt es Risikokataloge, die auflisten, welche Probleme bei einer Geburt auftreten können, die Methode der Prognose ist kaum noch verbreitet. Doch gerade da wo ein Risikokatalog eher dazu geeignet ist die Angst der Mutter vor der Geburt zu schüren denn zu lindern, könnte eine fachlich fundierte Geburtsprognose, anhand der tatsächlich beobachteten körperlichen Anzeichen und im Sinne einer sachlich-objektiven Analyse, Sicherheit vermitteln.

---

### *Gewonnen!*

*Das Begleitbuch zum Projekt „Gläserne Figuren – Objekte aus Kunststoff erforschen und erhalten“ des Deutschen Hygiene-Museums Dresden – s. LUCINA-Ausgabe 15/2022 – geht an Kirsten Glaus aus Gümlingen/Schweiz. Wir wünschen viel Spaß beim Lesen!*

---

Wer genau weiß was kommt bleibt gefasst, denn Angst entsteht vor dem diffusen Unbekannten. Und wer gut informiert ist, trifft bessere Entscheidungen. Darauf setzt nicht nur die Methode der Geburtsvoraussage, sondern auch die der partizipativen Entscheidungsfindung. Hierzu hat die Psychologin Marie Eggeling gearbeitet. Sie erläutert im Gespräch die Methode, ihren Nutzen und auch die Grenzen. Gerade das Gespräch zwischen dem Arzt, beziehungsweise der Hebamme oder dem Geburtshelfer, und der Schwangeren spielt bei der Entscheidungsfindung eine wichtige Rolle. Wie Körperhaltung ein solches Gespräch beeinflussen kann, weiß Prof. Dr. Uwe Peter Kanning.

Auch die Psychologie selbst sowie bestimmte geburtsvorbereitende als auch geburtsbegleitende Methoden können Ängste lindern und vermögen sogar den Kreislauf von Angst, Anspannung und Schmerz zu durchbrechen. Awital Zingg-Bollag vom schweizerischen Dachverband für Hypnose erklärt in diesem Zusammenhang die Methode des Hypnobirthing.

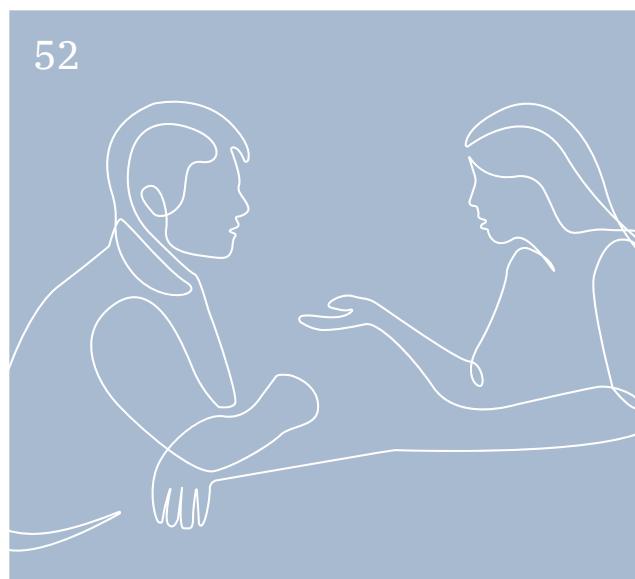
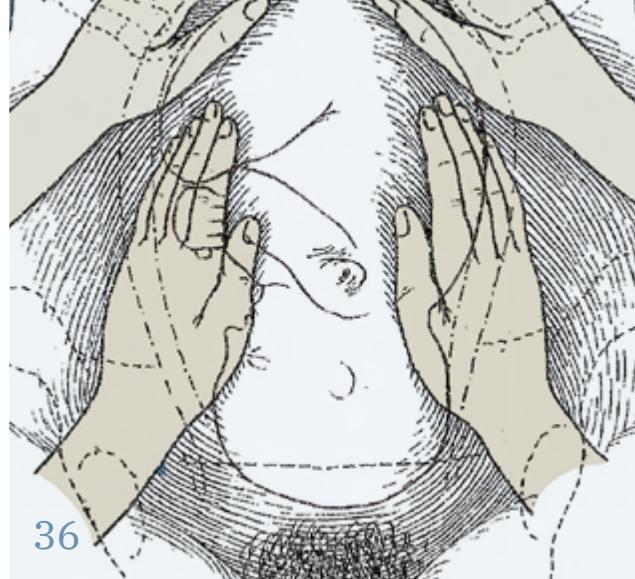
Auf andere Weise haben der niederländische Künstler Richard van Mensvoort und die Autorin Nicole Steyer zum Thema Geburt gearbeitet. Bei Richard van Mensvoort dürfen wir uns für unser wunderschönes Coverbild „Lieke“ bedanken – hier hat der Maler seine eigene Frau, während ihrer Schwangerschaft mit den Zwillingen, in einem unverkäuflichen Porträt festgehalten.

Und Nicole Steyer sorgte als Linda Winterberg mit ihrer Hebammensaga vier Bände lang für ebenso kurzweilige wie historisch fundierte Unterhaltung – nicht zuletzt geschätzt von Vertreterinnen des selbigen Berufsstandes. Inspiriert von der englischen Serie „Call The Midwife“ und von historischen Unterlagen der Frauenklinik am Mariendorfer Weg in Berlin-Neukölln ersann die Autorin die Saga um ihre drei Romanheldinnen Edith, Luise und Margot, die so vielen Leserinnen ans Herz gewachsen sind. Fiktion und Historie verschmelzen aufs Lebendigste miteinander, die Babys kommen quasi seitenweise zur Welt. Für dieses freundliche Interview und die Einblicke in ihr Schaffen bedanken wir uns bei Nicole Steyer – ebenso wie bei allen Fachleuten und Wissenschaftlern, die mit ihren Beiträgen zu einer, wie wir finden, wieder gelungenen neuen LUCINA-Ausgabe beigetragen haben.

Ihnen, liebe Leserinnen und Leser, wünschen wir nun zum Jahresausklang von Herzen alles erdenklich Gute – beruflich wie privat – und wieder viel Freude beim Lesen.

Herzlichst,  
Karin Bruns





# Inhaltsverzeichnis

- 06 **Zeit der Vorbereitung**  
Die letzten vier Schwangerschaftswochen nach dem III. Trimenon
- 36 **Regelhaft oder regelwidrig?  
11 Merkmale zur erfolgreichen Geburtsprognose**  
Den Geburtsverlauf fachlich fundiert vorhersagen
- 44 **Mit Hypnobirthing den Kreislauf von Anspannung,  
Angst und Schmerz durchbrechen**  
Interview mit der Schweizerin Awital Zingg-Bollag
- 52 **Bedeutung der Körperhaltung in einer Gesprächssituation**  
Prof. Dr. Uwe Peter Kanning über nonverbale Kommunikation und die Bedeutung der Körperhaltung im Gespräch
- 57 **Zufriedener entscheiden – wenn die Zeit reicht**  
Die Psychologin Marie Eggeling zur partizipativen Entscheidungsfindung
- 64 **Der ganz normale Alltag zwischen Realismus  
und Impressionismus**  
Der Künstler Richard van Mensvoort schuf unser Coverbild „Lieke“
- 68 **„Ich kann nicht zählen, wie viele Kinder wir auf  
die Welt gebracht haben“**  
Das Interview zum Buch: Linda Winterbergs Hebammensaga
- 02 Editorial  
78 Ausblick 2023  
78 Quellenverzeichnis  
79 Autorenverzeichnis / Impressum

#16