

Eltern ohne Kind

Fehl-, Früh- und Totgeburten sind Tabuthemen und für die Eltern ein schwer überwindbares Trauma

Von Boris Gygax

Liestal. Es ist eine bizarre Vorstellung. Die Geburt sollte eigentlich Leben schenken. Ein Moment der totalen Erfüllung, des vollkommenen Glücks. Monatelang bereiten sich die Eltern darauf vor. Babykleider kaufen, Kinderzimmer einrichten. Vielleicht in eine grössere Wohnung oder ein grösseres Haus ziehen. Doch was ist das für ein Moment, was für ein Schock, wenn das Ungeborene nicht mehr lebt? Statt sich zu freuen, heisst es Abschied nehmen.

Für die Eltern ein Trauma. Und für Verwandte und Angehörige eine beklemmende Situation. Kondoliert man, obwohl das Ungeborene nie oder nur ganz kurz auf der Welt gelebt hat? Was, wenn das Kind noch im Embryo-Stadium war? Und ab wann ist ein Kind eigentlich ein Kind? Die Fragen offen auszusprechen, ist fast genau so schwierig, wie darauf Antworten zu finden. Über eine Fehlgeburt, oder wenn das Baby nach der 22. Woche starb, eine Totgeburt, redet man kaum.

Vorfreude auf das Familienglück

Fehlgeburten sind keine Seltenheit. Gemäss der letzten Gesundheitsstatistik des Bundesamtes für Statistik liegt die Fehlgeburtenrate in der Schweiz bei etwa 15 Prozent der Schwangerschaften. Darin sind aber die Fälle nicht enthalten, bei denen keine oder nur eine ambulante Behandlung erforderlich war. Rechnet man zudem die Dunkelziffer jener Schwangerschaften mit ein, die vor der 22. Woche enden, verläuft etwa jede dritte Schwangerschaft nicht erfolgreich. Einige Fachpersonen sprechen sogar von jeder zweiten.

Die Vorfreude der Eltern auf das zukünftige Familienglück ist gross. Umso grösser der Schock, wenn der Traum plötzlich zerplatzt. So auch bei Sophie R.* aus Liestal. Sie war in der 29. Schwangerschaftswoche, als die Hebamme die Herztonne ihres Kindes nicht mehr fand. Im Spital bestätigten die Ärzte: Ihr Kind lebt nicht mehr. «Es kam total überraschend. Im ersten



Einschneidend. Jede dritte Schwangerschaft endet nicht erfolgreich – oft mit traumatischen Folgen. Foto iStockphoto

Moment denkst du, dass du nie mehr in deinem Leben glücklich sein kannst», sagt die 26-Jährige. Nach dem ersten Schock realisierte sie, dass etwas Totes in ihrem Körper drin ist. «Zuerst willst du es sofort weg haben, dann irgendwie doch nicht. Weil es danach endgültig verloren ist.» Ein paar Tage später gebar sie nach medizinischer Einleitung auf natürliche Weise ihren toten Sohn.

Von Kaiserschnitt wird abgeraten

«Wir empfehlen die natürliche Einleitung der Geburt, da das Trauma auch aus psychologischer Sicht besser verarbeitet werden kann», sagt David Haenggü, Chefarzt der Frauenklinik im Bruderholzspi-

tal. «Nach einem Kaiserschnitt wird die Geburt oft als plötzlicher Verlust wahrgenommen. Und die Narbe erinnert ständig an dieses Erlebnis», erklärt Haenggü. Zudem sei der Kaiserschnitt komplikationsträchtiger.

Auch vier Jahre danach überlegt Sophie noch lange, bis sie ihre Gedanken und Erinnerungen in Worte fassen kann. «So wirklich verstanden fühlt man sich kaum. Einen solchen Verlust kann man als Aussenstehender nicht nachfühlen», sagt sie, und meint dies nicht einmal als Vorwurf. Trotz ihrem starken Umfeld von Freunden und Familie hatte sie das grosse Bedürfnis, sich mit anderen Frauen auszutauschen, die ihre Gefühle wirklich verstehen können und

schon Erfahrungen gemacht haben, wie sie mit dem Thema umgehen.

Selbsthilfegruppe für Eltern

Zwar habe man heute im Rückbildungskurs mit anderen Betroffenen Kontakt. Als jedoch Sophie davon betroffen war, gab es diesen Kurs noch nicht. «Dieses Thema beschäftigt auch noch Jahre danach», sagt sie. Im April 2011 nahm Sophie ihren Mut zusammen und gründete eine Sternenkinder-Selbsthilfegruppe für Eltern (siehe unten). Es brauche jedoch einige Zeit, bis man darüber sprechen könne, sagt Sophie. «Für Eltern in der Trauerphase eignet sich die Selbsthilfegruppe wahrscheinlich noch nicht», sagt Sophie, «wir lachen auch.»

Anja und Tom* verloren vor gut einem Monat ihre Zwillinge, die 29-Jährige erzählt die traurige Geschichte

«Wir schenkten Leben, wenn auch nur ein kurzes»

«Ich wusste: Jetzt wird es ernst. Der Arzt sagte, dass der Eingriff sofort geschehen muss. Es war das erste Mal, als mir bewusst wurde: Es geht um das Leben unserer Kinder. Ich war im sechsten Monat schwanger mit eineiigen Zwillingen, die sich eine Plazenta teilen – eine Risikoschwangerschaft. Der Eingriff wurde nötig, weil das fetofetale Transfusionsyndrom eingetreten war. Das heisst, die beiden hatten einen ungleichen Blutaustausch untereinander.

Ich war wach, nur mein Unterkörper war betäubt. Beim Versuch, diesen einseitigen Nährstoffaustausch zu stoppen, gab es bei einem Zwilling einen Blasensprung. Ich spürte, dass ich Fruchtwasser verlor. Da dachte ich: Jetzt ist alles vorbei. Tom sagt, es seien die schlimmsten eineinhalb Stunden seines Lebens gewesen. Er musste draussen warten, mit unseren Familien. Vor dem Eingriff, im Lift in den Operationssaal, redete Tom mit den Zwillingen, er streichelte und küsste nochmals meinen Bauch. Er wollte uns dreien noch so viel Energie wie möglich mitgeben. Wir entschlossen uns auch kurz vorher, den beiden Namen zu geben. Falls sie die Operation nicht überleben sollten, sterben sie nicht ohne Identität. Und wir hofften, dass ihnen das Kraft verleiht. Seit wir wussten, dass wir schwanger waren, machten wir uns Gedanken über die Namensgebung. In diesem Moment brauchten wir jedoch gerade mal 30 Sekunden. Ab dann sprachen wir auch nur noch von den «Buben», was wir vorher nie getan haben.

Die Operation war so weit erfolgreich, dass das Syndrom gestoppt werden konnte. Der Spezialist im Berner Inselspital sagte, der Eingriff sei sehr kompliziert gewesen. Das neue Problem

war nun der Blasensprung. Ich wusste nicht, dass ein Kind in einer geplatzten Fruchtblase theoretisch noch wochenlang im Bauch der Mutter bleiben kann. Am nächsten Tag wurde ich untersucht, unseren Buben ging es gut. Der kritische Zustand blieb aber bestehen. Das war schon von Anfang an so. Da es eine Risikoschwangerschaft war, musste ich alle zwei Wochen zur Kontrolle. Alles war in Ordnung, ein «Aber» folgte trotzdem jedes Mal. Ein ständiges Auf und Ab. Hoffnung und Sorgen waren unsere Begleiter. Ich hatte vor jedem Ultraschall Angst, dass etwas nicht stimmen könnte. Mit der Zeit haben wir uns daran gewöhnt, immer den Warnfinger zu spüren. Wir waren eher zurückhaltend in den Vorbereitungen, haben uns darum auch noch nicht zu viele Babykleider angeschafft. Unsere Vorfreude war riesig, aber wir versuchten sie ständig ein bisschen zu unterdrücken. Im Kopf läuft die Familienplanung ununterbrochen. Nach dem positiven Schwangerschaftstest begannen meine Muttergefühle zu wachsen. Automatisch fing ich an, mein Leben umzuplanen. Als wir im dritten Monat erfuhren, dass es Zwillinge werden, schluckten wir zuerst leer – dann wurde aber die Vorfreude nur noch grösser. Und als ich und Tom die ersten Bewegungen spüren konnten, waren wir schon eine Familie.

Vier Tage nach dem Eingriff wurde ich wieder nach Basel verlegt. Jetzt konnten wir nur noch hoffen. Weitere Untersuchungen waren positiv, die beiden produzierten Fruchtwasser, wir schöpften wieder Hoffnung. Doch dann kam der Schock. Inzwischen war Dienstagabend, also fünf Tage nach dem Eingriff. Ich bekam plötzlich starke Blutungen. Schon am Nachmittag spürte ich ein leichtes Ziehen im Bauch. Inner-

halb von zwei Stunden setzten die Wehen ein. Wir wussten in diesem Moment: Unsere Buben haben keine Überlebenschancen. Denn ich war erst in der 24. Woche. Zu früh, sodass sie auch in einem Brutkasten nicht überleben würden. Ab 22 Uhr kamen die Wehen im Drei-Minuten-Rhythmus. Plötzlich hatten wir Gewissheit. Das erste Mal in unserer Schwangerschaft. Nach Monaten von Hoffnung, Angst und ständiger Unsicherheit war diese

«Tom redete mit den Zwillingen, er streichelte und küsste nochmals meinen Bauch.»

plötzliche und brutale Gewissheit da: Unsere Buben – trotz dem Einsatz von uns Eltern, Ärzten und unserem Umfeld –, unsere Buben werden es nicht überleben. Die Trauer war da, selbstverständlich, wir waren untröstlich. Trotzdem stellte sich bei uns ein innerer Friede ein. Bis zur Geburt vergossen Tom und ich keine Träne mehr. Denn die Trauer wurde überschattet. Überschattet von positiven Gefühlen, von Glückshormonen. Das ist für Aussenstehende sehr schwierig zu verstehen. Aber wir freuten uns trotz allem, Eltern zu werden. Wir sind ja Eltern. Sogar sehr stolze Eltern. Unsere Kinder leben einfach nicht mehr. Aber ab dem Zeitpunkt, als wir Gewissheit hatten, dass unsere Buben nicht lange leben werden, konnten wir uns auf die Geburt einstellen. Der Tod wurde da plötzlich irgendwie nebensächlich. Wir schenkten Leben, wenn auch nur ein kurzes.

Wir wurden in der Folge von dem Personal sehr gut auf die Geburt vorberei-

tet. In der Nacht war nicht viel los im Spital. Es war ruhig. Eben irgendwie friedlich. Man empfahl mir, natürlich zu gebären. Bis um 5 Uhr morgens lag ich in den Wehen. Die Geburt an sich war ein überwältigendes Erlebnis, auch für Tom. Sie legten mir die Buben auf die Brust. Ihre Augen waren noch nicht offen, auch atmen konnten sie noch nicht, weil ihre Lungen noch nicht fertig entwickelt waren. Sie schliefen friedlich. Und trotzdem lebten sie. Als Tom sie küsste, zuckten sie zusammen. Es war ein faszinierender Moment. Sie spürten seinen Atem. Wir machten auch Fotos von ihnen, welche wir heute sehr oft anschauen. Sie sind so schön, die beiden. Unsere Buben lebten je eine halbe Stunde. Ihr Tod war keine Qual. Irgendwann hörte einfach ihr Herz auf zu schlagen. Tom hielt sie, eingewickelt in Tücher, noch länger auf seinen Armen. Das Bild werde ich nie vergessen. Er lächelte, sah aus wie der stolze Papa der Welt. Diese Erinnerung bringt mich immer wieder zum Weinen. Etwa zwei Stunden nach der Geburt ging Tom in den Wartesaal, um unsere Familien zu informieren. Als die Schiebetüre aufging, trafen zwei Gefühlswelten aufeinander. Auf der einen Seite Tom, der stolze Papa der Welt. Auf der anderen Seite unsere Verwandten, alle in tiefster Trauer und in Tränen aufgelöst. Sie waren völlig perplex. Sie konnten es im ersten Moment überhaupt nicht begreifen, warum er glücklich war. Aber sie haben ja unseren ganzen Prozess, von den ersten Wehen bis zur Geburt, nicht mitbekommen. Wir haben ihnen angeboten, zu unseren Buben zu gehen, um sich von ihnen zu verabschieden. Mein Schwager war sich anfangs nicht sicher, ob er sie sehen wollte. Doch dann sagte er: Ich möchte sie sehen, aber nicht um

Fehlgeburt per Gesetz als Krankheit definiert

Kommt das Baby vor der 22. Schwangerschaftswoche tot zur Welt und wiegt weniger als 500 Gramm, handelt es sich per Gesetz um eine Fehlgeburt, ansonsten um eine Totgeburt. Die Mutter hat bei einer Fehlgeburt keinen Anspruch auf bezahlten Mutterschaftsurlaub, sondern muss sich krankschreiben lassen. Zudem muss sie sich an den Behandlungskosten beteiligen. Totgeburten sind im Gegensatz zu den Fehlgeburten meldepflichtig und müssen in das Geburtsregister eingetragen werden. Ein nicht meldepflichtiges Kind hat laut Gesetz kein Anrecht auf eine Bestattung. Auf einigen Friedhöfen gibt es aber Grabfelder für Fehlgeburten. Fehl- und Totgeburten werden auch Sternkinder oder Engelskinder genannt. bgy

Die Verarbeitung einer Fehlgeburt sei sehr individuell, meint David Haenggü. «Einige wollen das Neugeborene gar nicht sehen. Wir fotografieren aber jedes Kind und archivieren das Bild. Einige kommen nach Monaten zurück um es sich anzusehen und sich zu verabschieden.» Auch für die Beziehung zwischen den Eltern sei ein solches Erlebnis eine grosse Last. Einige gründen eine Schicksalsgemeinschaft, welche sie noch enger zusammenschweisse. Andere Beziehungen zerbrechen unter der Belastung. «Eine Fehlgeburt hat auch Auswirkungen auf das Gefühls- und Sexualleben der Elternteile.»

Sophie hat sich mittlerweile ihren Kinderwunsch erfüllen können. «Mein zweiter Sohn hat mir sicher auch über den Schmerz hinweggeholfen. Er ist aber kein Ersatz. Wenn du dich einmal dazu entschliesst, eine Familie zu gründen, kannst du nur schwer davon ablassen», sagt Sophie.

* Name der Redaktion bekannt.

Mehr zum Thema:
www.zentrumselbsthilfe.ch
www.fpk.ch
www.bsb-bl.ch

mich zu verabschieden, sondern um sie kennenzulernen. Wir haben beide Buben im gleichen Grab begraben lassen. Es tröstet uns sehr, dass sie zusammen sind, wie schon in meinem Bauch. Heute noch beschäftigt unser Umfeld die Warum-Frage. Warum hatten wir so viel Pech? Warum wurde gerade uns das Familienglück verwehrt, obwohl wir uns das so gewünscht haben? Wir stellen uns diese Fragen aber nicht mehr. Wir haben es akzeptiert, die Natur hat entschieden. Die Chance war klein, Zwillinge zu bekommen. Die Chance war klein, eineiige Zwillinge zu bekommen. Die Chance war klein, eineiige Zwillinge mit einer Plazenta zu bekommen. Die Chance war klein, eineiige Zwillinge mit einer Plazenta zu bekommen, welche unter diesem Syndrom leiden. Und die Chance war klein, dass es bei diesem Eingriff einen Blasensprung gibt. Es hat genau uns getroffen. Immer wieder. Vielleicht waren die beiden Buben einfach nicht bereit für diese Welt. Ich bin froh, konnten wir auf diese Weise von ihnen Abschied nehmen. Wir genossen unsere Stunde voller Familienglück. Aber diese Stunde tröstet uns nicht über unseren Verlust hinweg. Obwohl sie nur so kurz auf der Welt waren, hinterliessen unsere Buben eine riesige Lücke. Ob wir wieder Kinder haben wollen, darüber machen wir uns noch keine Gedanken. Zuerst müssen wir die Vergangenheit zusammen verarbeiten, bis wir nach vorne schauen. Unser Umfeld und unsere Familie helfen uns dabei. Uns hat es geholfen, offen mit dem Thema umzugehen. Das empfehlen wir auch allen anderen.»

Aufgezeichnet: Boris Gygax

* Namen der Redaktion bekannt.