

Petra und Gian
Simmen blättern im
Erinnerungsalbum
ihrer tot geborenen
Tochter Jonina.

Trauer um ein Ungeborenes

Viele erleben es, kaum jemand spricht darüber. Olympiasieger **Gian Simmen** und seine Frau **Petra** mussten sogar mehrere Fehlgeburten verarbeiten. Jetzt erzählen sie und andere Betroffene, wie sie neue Hoffnung schöpften.

TEXT SANDRA CASALINI FOTOS DOMINIC NAHR



Jonina Natalina: Die liebevoll verfasste Geburts- und Todesanzeige ging an Familie und Freunde.

Jonina ist Teil der Familie. Auch wenn sie nicht bleiben durfte.

Im Ofen von Familie Simmen in Krattigen BE brutzelt eine Lasagne. In Kürze kommen Niculin, 11, Florin, 9, Jamin, 6, und Andrin, 4, aus Schule und Kindergarten und setzen sich mit ihren Eltern Petra, 42, und Gian, 42, rund um den grossen Esstisch. An diesem könnte es auch ganz anders aussehen. Zum Beispiel könnte da ein älteres Kind sitzen als Niculin. Oder eines, das jünger ist als Florin und älter als Jamin. Oder Jonina.

Insgesamt siebenmal ist Petra Simmen schwanger. Eine dieser Schwangerschaften endet in der 13. Woche, eine in der achten. Töchterchen Jonina stirbt kurz vor Geburtstermin wegen einer akuten Plazentaablösung im Mutterleib. «Man fragt sich immer, was gewesen wäre, wenn. Wie diese Familie wohl aussähe, wäre es anders gekommen», sagt Petra. Und: «Jedes Kind, das nicht lebend zur Welt kommen darf, hinterlässt eine Lücke.»

Petra Simmen spricht etwas aus, was im wahren Sinne des Wortes politisch nicht korrekt sein darf. Denn laut Bundesgesetz über die Krankenversicherung hinterlässt ein früher Abort keine solche Lücke. Eine Frau gilt in den ersten zwölf Wochen einer Schwangerschaft gar nicht als schwanger. Gibt es dann Komplikationen oder erleidet sie einen Abort, behandeln die Kranken-

kassen dies als Krankheit. Entstandene Kosten müssen je nach Versicherung selbst übernommen werden. Für Petra und Gian Simmen unverständlich. «Es geht nicht nur ums Geld. Mit dieser Regelung impliziert das Gesetz, man dürfe erst ab dem vierten Monat um sein Ungeborenes trauern. Das ist absurd», sagt der Snowboard-Olympiasieger. Viele andere sehen das genauso. Deshalb soll dies nun geändert werden. Einer entsprechenden Motion hat der Nationalrat zugestimmt, diese muss aber noch vor den Ständerat.

Tatsächlich machen Simmens die Erfahrung, dass die Trauer um die tot geborene Jonina auf mehr Verständnis stösst als die zwei früheren Aborte. «Wohl deshalb, weil diese Schwangerschaft nicht zu übersehen war», sagt Petra. Dabei erlebt sie ihre erste Fehlgeburt in der 13. Woche auch als traumatisch. «Die Freude über unser erstes Baby war gross. Wir wollten Gians Mutter an jenem Tag sagen, dass sie Grossmutter wird. Stattdessen musste ich ins Spital, um den Fötus auszukratzen. Das war schlimm.» Aber auch nach der Totgeburt ihrer Tochter können viele Leute die Tränen der Eltern nicht richtig einordnen. Vielleicht deshalb, weil man den kleinen Menschen, den man betrauert, gar nicht wirklich gekannt hat. «Man trauert um Träume, um Lebenspläne, um Bilder im Kopf. Um etwas, das nicht werden darf. Für jemanden, der das nie erlebt hat, ist das vermutlich schwierig nachzuvollziehen», sagt Petra Simmen.

«Man trauert um Träume, Lebenspläne, Bilder im Kopf. Das ist vielleicht schwierig nachzuvollziehen»

PETRA SIMMEN



Die Trauer um das tot geborene Kind stellte die Beziehung des Paares auf die Probe.

Als Petra ihre Jonina vor zehn Jahren leblos zur Welt bringen muss, gerät der Traum einer grossen Familie ins Wanken. Zerbricht das Bild von Niculin mit seiner kleinen Schwester im Arm. Ein einziges davon gibt es, aufgenommen im Spital nach Joninas Totgeburt. Der älteste der Simmen-Buben hat auch heute den engsten Bezug zu seiner Schwester, geht öfter zu ihr ans Grab, wenn Petra und Gian es pflegen. «Er fragt viel, interessiert sich für Spiritualität, Leben und Tod. Das ist schön. In unserer Kultur hat Sterben keinen Platz. Aber es gehört zum Leben», sagt seine Mutter.

Genau wie Trauer. Und da diese individuell ist, stellt sie die Beziehung des Ehepaars auf eine harte Probe. «Die Trauer kommt in Wellen. Manchmal ist man tieftraurig, manchmal gehts ganz gut», sagt Gian. «Aber man weiss oft nicht, wo der andere gerade steht. Das führt zu Missverständnissen.» Sie sei stolz, dass sie es als Paar geschafft haben, sagt Petra.

Bei den Schwangerschaften, die auf Jonina folgen, ist Petra nicht ängstlicher als zuvor: «Jedes Kind verdient seine eigene Geschichte und soll nicht Dinge eines anderen übernehmen müssen.» Gian hingegen fürchtet bei Florins Geburt eines: «Die Totenstille, wenn das Baby da ist. Das wollte ich nie wieder erleben müssen.» Florin schreit allerdings sofort los, obwohl er ein Frühchen ist, erzählt der Papa lachend. «Als ob er gewusst hätte, dass das jetzt einfach seine Aufgabe ist.»

Jonina hinterlässt eine Lücke bei Familie Simmen. «Sie hat ihren Platz bei uns, aber wir passen auf, dass sie keine heilige Kuh wird», sagt Petra. Gerade, weil sie das einzige Mädchen gewesen wäre. «Natürlich frage ich mich manchmal, was ich für ein Mädchen-Papi wäre. Ob sie auch so auf Konfrontationskurs gehen würde wie die Buben manchmal», sagt Gian. «Aber wir dürfen unseren Söhnen nie das Gefühl geben, wir hätten lieber ein Mädchen gehabt an ihrer Stelle.»

Sie sei eigentlich ganz froh, habe es nach Jonina noch drei Buben gegeben, erzählt Petra. «So läuft keiner Gefahr, das Gefühl zu haben, eine Lücke füllen zu müssen. Joninas Platz kann und soll niemand anderes einnehmen.» Simmens glauben, dass die Fehlgeburten kein Zufall sind. «Diese Kinder haben sich meinen Körper sozusagen als Mitfahrgelegenheit ausgesucht und haben uns so ein Stück begleitet. Auch wenn wir den Sinn nicht sehen – es gibt ihn bestimmt», so Petra. ■

«Wir sind wieder bei null»



Sarah und Roman Mantel: «Wir können uns auch ein Leben ohne Kinder vorstellen.»

Zuerst die Erschöpfung, dann die Trauer – dann die Rechnung.

Sarah Mantel, 35, aus Wädenswil ZH, ist in der zehnten Woche schwanger, als sie Blutungen bekommt. Ihr Mann Roman, 32, fährt sie ins Spital. Der Ultraschall zeigt, dass das Ungeborene noch lebt. Zwei Tage lang bleibt Sarah im Spital, dann muss sie zu Hause still liegen. Die nächste Untersuchung bei der Frauenärztin zeigt: Das Herzchen des Babys schlägt nicht mehr. Sarah muss ins Spital, um eine Auskratzung vorzunehmen.

Was dann folgt, teilt sie in drei Phasen ein: «Zuerst war da die totale Erschöpfung. Die Hormone, die Anstrengung – mein Körper musste einiges durchmachen.» Dann kommt die Trauer. Bei Sarah und bei Roman. «Wenn ich mit dem Hund spazieren ging und einen jungen Vater mit Baby im Tragetuch sah, gab es mir schon einen Stich ins Herz», gesteht er. Und dann kommt die Erkenntnis: «Wir sind wieder da, wo wir am Anfang waren. Wir sind wieder bei null in Sachen Familienplanung.»

Und irgendwo dazwischen kommt die Rechnung der Krankenkasse: 2500 Franken müssen sie selbst berappen. Zur Auskratzung kommen zwei Tage Krankenhaus-Aufenthalt. «Wir fielen aus allen Wolken», sagt Roman. Sarah: «Es war, als ob mir jemand sagte, die paar Hormone seien nicht wirklich eine Schwangerschaft gewesen. Als hätten die zehn Wochen, in denen ich mich langsam auf ein Baby einstellte, nicht existiert.»

Im Gegensatz zu vielen anderen Leuten erzählen Roman und Sarah ihrem engen Umfeld von Anfang an von der Schwangerschaft. Und später auch von der Fehlgeburt. «Ich wurde gefragt, ob ich zu viel Stress hatte», erzählt Sarah. «In unseren Köpfen suchen wir die Ursache einer Fehlgeburt häufig im Verhalten der Frau. Dabei sind es meist genetische Gründe.» Roman: «Ein Baby zu verlieren, erinnert uns daran, dass es Dinge im Leben gibt, die man nicht steuern kann. Gerade in Zeiten, in denen ständig das perfekte Leben zelebriert wird, hat das keinen Platz.» Ende März wäre Sarahs und Romans erstes Kind zur Welt gekommen. «Wir haben es losgelassen und schauen nach vorne», sagt Sarah. Die Erinnerung bleibt. ■

fakt.

50 %

ALLER BEFRUCHTETEN EIZELLEN

enden in einer Fehlgeburt vor der sechsten Schwangerschaftswoche. Da viele Betroffene zu diesem Zeitpunkt die Schwangerschaft noch gar nicht bemerkt haben, halten sie den Abort für eine verspätete und sehr starke Regelblutung.

15–20 %

DER SCHWANGERSCHAFTEN

enden in einem Spontanabort zwischen der fünften und der zwölften Schwangerschaftswoche. Danach sinkt das Risiko rapide. Ab der 16. Woche liegt es bei unter fünf Prozent.

2 MAL

SO HOCH IST DAS RISIKO

einer Fehlgeburt bei einer 40-jährigen werdenden Mutter als bei einer 20-jährigen. Der Grund: Bei älteren Schwangeren kommt es häufiger zu Chromosomenfehlverteilungen.

60–70 %

ALLER FRAUEN,

die Fehlgeburten hintereinander hatten, tragen beim darauffolgenden Versuch eine Schwangerschaft aus.

2,6 Mio.

TOTGEBURTEN

treten weltweit jedes Jahr nach dem fünften Schwangerschaftsmonat auf. Buben tritts häufiger als Mädchen.



«Man vergisst es nie»: alt Ständerrätin Christine Egerszegi zu Hause in Mellingen AG.

«Es prägt einen ein Leben lang»

Nach der Fehlgeburt war der Kinderwunsch abgeschlossen.

Die dritte Schwangerschaft von Christine Egerszegi, damals 28, war nicht geplant. Trotzdem tat es unendlich weh, als sie in der elften Woche in einer Fehlgeburt endete. «Egal, wie lange es her ist – so etwas vergisst man nie», sagt die alt Ständerrätin, 71. Man frage sich automatisch nach dem Warum. «Meine Antwort lautete, dass das Kind offenbar nicht gesund war. Damit war dann mein Kinderwunsch abgeschlossen. Ich wollte das Risiko nicht noch mal eingehen. Ausserdem hatte ich ja das Glück, zwei gesunde Kinder zu haben.»

Von der Fehlgeburt erzählt sie nur ihrem Mann, später ihren Kindern, als diese erwachsen sind. «In der Gesellschaft gilt diese Drei-Monats-Grenze. Ab dann wird Trauer zu einem gewissen Grad akzeptiert. Vorher soll man schweigen.» Dabei sei ein Baby für eine Mutter im ersten Moment, in dem man von ihm wisse, das eigene Kind. «Das ist doch nicht abhängig von der Grösse des Fötus!» Umso wichtiger findet die Aargauerin, dass die Politik ein Zeichen setzt. «Eines, das die frühe Schwangerschaft von Frauen nicht negiert. Eines, das anerkennt, dass man nicht einfach krank ist, sondern einen Verlust erleidet, der einen ein Leben lang prägt.» Auch dann noch, wenn man, wie Christine Egerszegi, längst Grossmutter ist. ■

«Mit jedem Verlust steigt der Druck»



Sarah-Jane und Dani Sparn schauen optimistisch in die Zukunft – ob mit oder ohne Kind.

Die Chance, auf natürliche Art schwanger zu werden, ist gering.

Der Wohnzimmerboden beim Musiker-Paar Sarah-Jane, 35, und Dani Sparn, 34, in Rothenfluh BL ist übersät mit Spielzeug. Es gehört Hündchen Wilma. «Ich geb zu, sie ist ein bisschen ein Kinderersatz für mich», gesteht Sarah-Jane und kraut den kleinen Vierbeiner liebevoll hinterm Ohr.

Als der Schlagerstar und sein Mann vergangenen Frühling in der *Schweizer Illustrierten* von der Fehlgeburt in der neunten Schwangerschafts-

woche erzählen, treten sie eine Lawine los. «Wir erhielten viel Zuspruch. Aber ebenso viele negative Reaktionen. Es gab Leute, die fanden, so etwas gehöre doch nicht in die Öffentlichkeit», sagt Sarah-Jane.

Was damals niemand weiss: Sarah-Jane ist zu diesem Zeitpunkt bereits wieder schwanger. Und verliert das Ungeborene erneut in der neunten Woche. «Es war an einem Fan-Tag. Ich bekam schlimme Bauchschmerzen und wusste sofort, was los ist», erzählt sie. Sie beisst auf die Zähne,

lächelt den Schmerz, die Wut, die Enttäuschung weg. Zuvor hat sie die Fans noch um Geduld gebeten: «Bitte schaut nicht immer auf meinen Bauch. Und bitte fragt nicht. Wir werden es euch wissen lassen, wenn es etwas zu erzählen gibt.»

Zu den Kritikern kommen die gut gemeinten Ratschläge. «Die Schulterklopper, die einem raten, bloss nicht aufzugeben und sich ja nicht zu verkrampfen», meint Dani Sparn. Was sie nicht wissen: Sarah-Jane und Dani können es nicht ganz locker «einfach mal draufankommen lassen». Die Chance einer Schwangerschaft auf natürlichem Weg ist gering. Sarah-Jane wird zweimal durch Insemination schwanger. «Mit jedem Verlust steigt der Druck», sagt sie. Und die Wut. «Die Wut auf diese Situation. Zum Beispiel wenn ich von Eltern lese, die ihre Kinder misshandeln. Warum können solche Leute einfach so Kinder bekommen? Und bei uns, die wir es uns so sehr wünschen und einem Kind alles Menschenmögliche bieten könnten, klappt es einfach nicht?» Das Leben ist ungerecht. «Aber man darf sich nicht in solchen Überlegungen verlieren», sagt Dani. «Sie bringen einen nicht weiter.»

Ob sie ein drittes Mal versuchen möchten, sich den Kinderwunsch zu erfüllen, wissen die beiden noch nicht. «Ich bin 35 und habe nicht mehr ewig Zeit», sagt Sarah-Jane. «Aber vielleicht kommt halt irgendwann der Punkt, an dem wir uns von unserem Traum verabschieden müssen.» Dabei lassen sich die beiden auch die Option einer Adoption offen. Sarah-Jane: «Ich bin ja selbst adoptiert und fand den Gedanken, von meinen Eltern wirklich gewollt zu sein, immer sehr schön.»

Und noch etwas ist Sarah-Jane und Dani wichtig. «Wir wünschen uns Verständnis, aber kein Mitleid», sagt Dani. So gibt es zum Beispiel Freunde, die sich nicht trauen, ihnen von ihrer Schwangerschaft zu erzählen. «Dafür gibt es überhaupt keinen Grund», so Sarah-Jane. «Ja, wir sind traurig, weil die Situation so ist, wie sie ist. Aber wir müssen damit klarkommen. Und vielleicht braucht es manchmal Tiefpunkte im Leben, damit man die Höhen schätzt.» Ausserdem haben sie einander. «Dani, ich und Wilma – wir sind schon eine Familie», sagt Sarah-Jane. «Das ist mehr, als manch anderer hat. Dafür bin ich dankbar.» ■

«Es war wichtig, Abschied zu nehmen»



«Schau, meine Schwester!» Ylenia hat Lina im Spital besucht und schaut sich gern deren Fotos an.

Lina wird stets das fehlende Puzzleteil im Leben der Steigers sein.

Am Abend zuvor kickt Lina noch in Tamara Steigers Bauch. Und die 29-Jährige aus Bazenheid SG freut sich darauf, ihr zweites Töchterchen im Ultraschall zu sehen. Noch gut sieben Wochen, dann sind sie zu viert. Tamara, Simon, 32, Ylenia, 2, und Lina.

«Sind Sie sicher, dass Sie das Baby gestern gespürt haben?», fragt der Frauenarzt am nächsten Tag. Denn Lina bewegt sich nicht mehr. Ihr Herz hat aufgehört zu schlagen. Warum, weiss man nicht genau. Die wahrscheinlichste Ursache: plötzlicher Kindstod im Mutterleib. Tamara ruft ihren Mann an. Simon fährt nach Hause und räumt die Babysachen weg, die da schon für Lina bereit sind. Dann rast er zu Tamara ins Spital, wo die Geburt eingeleitet wird. «Ich hatte noch nie im Leben solche Schmerzen», sagt Tamara Steiger. Für sie ist eines klar: «Ich werde nie wieder ein Kind auf natürlichem Weg zur Welt bringen. Die Erinnerungen sind zu traumatisch.» Als Lina da ist, holt Simon Ylenia. Ihre Eltern erklären ihr, dass ihr Schwesterchen wieder in den Himmel

geht, gemeinsam mit ihr lassen sie einen Luftballon für Lina steigen. «Das alles war total surreal. Ich habe einfach irgendwie funktioniert», sagt Simon.

Dann kommt der Alltag wieder. Die Trauer darüber, das eigene Kind nicht kennenlernen zu dürfen. Und die Schuldgefühle. «Sie ist in mir drin gestorben. Da muss es doch in irgendeiner Art und Weise an mir liegen», sagt Tamara. Auch wenn der Frauenarzt sagt, dass Linas Tod Schicksal war und sie nichts hätte machen können, um ihn zu verhindern. Steigers organisieren einen Gedenkgottesdienst für ihr Baby. «Das verstanden nicht alle – wieso soll man jemandem gedenken, der gar nie gelebt hat? Aber für uns war es wichtig, um Abschied zu nehmen», sagt Tamara. «Einige Leute wissen heute noch nicht, wie sie uns begegnen sollen. Hätte Lina nicht nur im Mutterleib gelebt, wäre ihr Tod wohl einfacher einzuordnen. So ist das offenbar viel schwieriger.»

Tamara und Simon Steiger möchten unbedingt bald ein Geschwisterchen für Ylenia. «Das wird kein Ersatz für Lina», so Tamara. «Sie wird immer das Puzzleteil sein, das in unserem Leben fehlt.» ■



Tamara und Simon Steiger wünschen sich ein zweites Kind. Aber die Angst ist gross.

«Es entsteht von Anfang an eine Bindung»



Anna Margareta Neff Seitz, 51, ist Leiterin der kostenlosen Beratungsstelle kindsverlust.ch.

Frau Neff Seitz, warum ist eine Fehl- oder Totgeburt so ein Tabuthema?

Die Vorstellung, dass ein Kind stirbt, überfordert uns. Wenn ein Ungeborenes stirbt, hat man noch keine gemeinsame Geschichte, und für das Umfeld hat das Kind oft gar nie existiert. Eltern fühlen sich häufig alleine und unverstanden, gerade wenn sie ihr Baby früh in der Schwangerschaft verloren haben.

Warum trauert man denn bereits zu einem frühen Zeitpunkt um ein Kind?

Es entsteht von Anfang an eine körperliche und emotionale Bindung, die unabhängig davon ist, wie «gross» das Kind im Mutterleib ist. Zudem kann die Erkenntnis, dass im Leben nicht alles kontrollierbar ist, eine grosse Krise auslösen.

Wie gelingt es Eltern, eine Fehl- oder Totgeburt zu verarbeiten?

Das braucht vor allem Zeit. Die Eltern müssen sich selbst zugestehen, innezuhalten, durchzuatmen und nicht sofort wieder funktionieren zu müssen, als wäre nichts geschehen. Man muss wieder zu sich selbst finden, um bei den eigenen Ressourcen anknüpfen zu können. Man kann sich auch Hilfe holen. Die Fachstelle Kindsverlust berät betroffene Familien sowie begleitende Fachpersonen kostenlos. www.kindsverlust.ch