



## **Psychisches Befinden vor und nach einer Entbindung von frühgeborenen Kindern** - eine Information für Betroffene und Angehörige -

Die Geburt von zu früh geborenen Kindern (Frühchen) stellt in der Regel für die betroffenen Eltern eine erhebliche psychische Belastung dar, die umso größer ist, je unreifer das Kind geboren wird. Als Frühgeborene gelten Kinder, die vor der vollendeten 37. Schwangerschaftswoche geboren werden.

### **Vor der Entbindung**

Frühgeburten haben sehr unterschiedliche Ursachen. Sie treten manchmal unerwartet und schnell ein. Manchmal liegen werdende Mütter bereits in der Schwangerschaft mit Komplikationen und drohender Frühgeburt über eine längere Zeit im Krankenhaus. Kündigt sich eine Frühgeburt an, steht eine Auseinandersetzung mit dem Thema bei den werdenden Eltern an. Insbesondere dann, wenn mit einer sehr frühen Geburt, zwei, drei oder gar vier Monate vor dem normalen Geburtstermin gerechnet werden muss. Es gibt Eltern, die versuchen, möglichst wenig über die Auswirkungen eines zu frühen Geburtstermins nachzudenken. Andere informieren sich ausführlich über mögliche Komplikationen und Aussichten für die Kinder.

Muss die werdende Mutter über einen größeren Zeitraum Bettruhe einhalten, ist dies häufig eine Zeit, in der viele besorgniserregende Gedanken im Kopf kreisen. Durch die fehlende Beweglichkeit ist es besonders schwierig, sich von solchen Grübeleien abzulenken. Nicht wenige Frauen und die Partner berichten über Gefühle der Hilflosigkeit und des Ausgeliefertseins. Viele Betroffene fragen sich, warum sie nicht eine normale Schwangerschaft erleben können, wie alle anderen. Vielen Eltern wird bereits in dieser Zeit deutlich, dass sie sich von den bisherigen Vorstellungen und Plänen in Bezug auf das Kind verabschieden müssen.

In manchen Fällen fühlen sich die Betroffenen bereits in dieser Phase von Bezugspersonen unverstanden und allein gelassen. Es entsteht das Gefühl, dass niemand das Befinden in dieser Ausnahmesituation nachvollziehen kann. Manche Frauen und auch Männer erleben diese Zeit wie in einem Nebel oder einer Betäubung, so als würde ein Film ablaufen, der mit ihnen selbst nichts zu tun hat. Gefühle wie Traurigkeit, Verzweiflung, Ängste und Ärger können sich einstellen und abwechseln. Vielen Frauen macht dieses Wechselbad der Gefühle besonders zu schaffen. Diese Gefühle zeigen, dass ein einschneidendes Lebensereignis eingetroffen ist, dessen Bewältigung eine Menge Kraft erfordert.

### **Nach der Entbindung**

Eine Frühgeburt und die Zeit danach können als Schock erlebt werden. Vor allem, wenn die Geburt plötzlich eintritt oder wegen drohender Gefahr für Mutter oder Kind ein Kaiserschnitt durchgeführt werden muss. Manchmal müssen in dieser Situation auch vom Paar noch schnelle Entscheidungen getroffen werden. In ganz frühen Schwangerschaftswochen könnte das Paar gefragt werden, ob sie möchten, dass ärztlicherseits alles Erdenkliche für das Kind getan werden soll, oder ob es (z.B. in den Armen der Eltern) versterben soll.

In den ersten Tagen nach der Entbindung nehmen die Eltern nicht selten sehr ambivalente Gefühle bei sich wahr. Freude und Stolz auf die geborenen Kinder werden gleichzeitig gedämpft durch die Sorge um mögliche Komplikationen durch die Frühgeburt und die unvollständige Entwicklung. Hinzu kommen bei der Mutter eventuell körperliche Schmerzen nach einem Kaiserschnitt und die Hormonumstellung, die ebenfalls Einfluss auf das Wohlbefinden nehmen kann.

Irritierend kann das eventuelle Ausbleiben intensiv erwarteter Mutter-/Vater-Gefühle sein, das durch den Inkubator verursacht sein kann. Je nach Schwangerschaftswoche und Entwicklungsstatus bei der Geburt des Kindes variieren die Sorgen um das Überleben des Kindes, über evtl. notwendig werdende Operationen, mögliche geistige und körperliche Behinderungen bis zu Gewichtszunahme und Entlassungstermin aus der Intensivstation. Zudem setzen sich viele Frauen damit auseinander, warum gerade ihnen so ein Schicksal widerfährt. Nicht selten stellen die Frauen ihren Körper und ihre Fähigkeiten, ein Kind auszutragen, generell in Frage. Schuld- und Versagensgefühle können aufkommen, das Kind nicht bis zum Ende ausgetragen zu haben.

Die Intensivstation, ist für die Eltern eine fremde und künstliche Umgebung. Viele Eltern berichten über Gefühle der Machtlosigkeit gegenüber der Natur, der Medizin und Hilflosigkeit gegenüber dem Kind.



## Entlassung der Mutter aus der Klinik

Kann die Mutter entlassen werden, während das Frühchen noch in der Klinik verbleiben muss, wird dies sehr unterschiedlich erlebt. Manche Frauen sind froh, den Klinikablauf hinter sich zu lassen und in die eigenen vier Wände zurückzukehren. Andere würden lieber die unmittelbare Nähe zum Kind aufrecht erhalten. Vor allem, wenn Eltern weiter weg wohnen und vielleicht sogar ein Zimmer in der Nähe gemietet werden muss, um jeden Tag das Kind besuchen zu können, wird die Entlassung eher als zusätzliche Belastung gesehen. Nach dem Klinikaufenthalt wieder das Zuhause zu betreten, ohne sein Baby mitzubringen, ist für viele Betroffene ein schwieriger und gefühlsmäßig sehr belastender Moment. Die Wohnung/das Haus kommt ihnen leerer vor als jemals zuvor. Und je nach Dauer des Klinikaufenthalts wird noch lange keine Normalität einkehren. Viele Paare und vor allem die Mütter fühlen sich nach der Entlassung extrem überfordert. Sie müssen die neue Situation und die Gefühle bewältigen, evtl. Milch abpumpen, in die Klinik fahren, vielleicht Geschwisterkinder versorgen. Besuche; Haushalt etc. kommen noch dazu.

In der Betreuung ihrer frühgeborenen Kinder erleben die meisten Eltern das Wechseln von Bangen und Hoffen von Tag zu Tag. Es ist das zähe Warten auf kleine Fort- und Entwicklungsschritte und die immer vorhandene große Angst, beim nächsten Besuch über neu aufgetretene Komplikationen informiert zu werden. An langfristige Planungen will man gar nicht denken und doch drängen sich Bilder auf, wie das Kind sein wird als Kindergarten- und Schulkind, als Jugendlicher und Erwachsener. Gerade in dieser Zeit stehen Gefühle der Hilflosigkeit im Vordergrund. Nur zuschauen, das Kind selten anfassen, kaum etwas für das Kind tun zu können, die Nähe zu vermissen, ist für viele Eltern in dieser Zeit das Schwerste.

Gar nicht selten kommt es in dieser Zeit, in der alle Beteiligten sehr belastet sind, auch zu Partnerschaftskonflikten. Darin spiegelt sich nicht unbedingt eine problematische Partnerschaft wider, sondern oft nur die extreme Anspannung beider Elternteile. In den ersten Tagen fühlt sich der Mann nicht selten alleine verantwortlich für viele Entscheidungen. Nimmt er seine Arbeit wieder auf, kommt ihm eine Doppelbelastung zu, aber auch eine gute Ablenkungsmöglichkeit. Die Aufmerksamkeit der Frau richtet sich zunächst uneingeschränkt auf das Kind, was Enttäuschungen beim Partner hervorrufen kann. Zudem gehen Männer und Frauen meist sehr unterschiedlich mit Belastungssituationen um. Aus Differenzen sollten in dieser schwierigen Situation möglichst keine Konsequenzen gezogen werden. Solche Probleme sind ein Grund, sich professionelle Hilfe bei der Bewältigung der Belastung zu holen.

## Was hilft?

Am wichtigsten erscheinen die Gespräche mit den **Neonatalogen**, die über den Zustand und die Aussichten des Kindes Auskunft geben können. Viele Betroffene erleben es als entlastend, mit anderen Eltern zu sprechen, die ähnliches erleben oder erlebt haben. So etwas ist beispielsweise möglich durch Kontakte zu einer **Selbsthilfegruppe**. Bei länger dauernden depressiven Reaktionen kann eine psychotherapeutische Behandlung sinnvoll werden.

## Kontaktadressen

Dachverband „Das frühgeborene Kind“ e.V.: Von-der-Tann-Str. 7; 69126 Heidelberg; T.: 06221/32345

## Im Internet:

[www.rund-ums-baby.de /fruehgeburt](http://www.rund-ums-baby.de/fruehgeburt)  
[www.fruehchen.de](http://www.fruehchen.de)