

Gebären in geborgener Atmosphäre

Die Bielerin **Emanuela Henry Merola** ist Geburtsbegleiterin. Sie betreut werdende Eltern vor, während und nach der Geburt. «Eine kontinuierliche Begleitung schafft Vertrauen», sagt sie.

SARAH ZURBUCHEN

Pascal B. begleitet Sybille M. zum Arzt. Sie ist schwanger und der erste Ultraschall steht an. Für die meisten Paare ist dies ein eindrückliches, aber freudiges Erlebnis. Eindrücklich ist der Ultraschall auch für Pascal B. So sehr, dass er in der Arztpraxis in Ohnmacht fällt. Die ganze Atmosphäre, der Spitalgeruch, die Geräte: Das war zu viel für den werdenden Vater.

Dem Paar wird rasch einmal klar, dass dies auch bei der Geburt zu einem Problem werden könnte. Sybille M.: «Ich wollte nicht mit dem Hintergedanken leben, dass ich mich während der Geburt auch noch um meinen Partner kümmern muss.» Und auch Pascal B. wollte die Gewissheit haben, dass jemand seiner Frau beisteht, falls er bei der Geburt nicht dabei sein kann oder will. Also entschied sich das Paar für eine Geburtsbegleitung.

«Dienerin der Frau»

Diese fanden sie in der Person von Emanuela Henry Merola. Die Bielerin ist eine ausgebildete Doula-Geburtsbegleiterin, was so viel bedeutet wie «Dienerin der Frau» (s. Zweittext). «Wir konnten in der Zeit vor der Geburt ein gutes Vertrauensverhältnis aufbauen, und ich war während der ganzen Geburt dabei», sagt Emanuela Henry Merola. Die Begleitung vermittelte so viel Sicherheit, dass Pascal B. es sich erlauben konnte, seine Partnerin zur Geburt zu begleiten; Sybille M. ist überzeugt, dass viele Männer die Geburt eigentlich gar nicht miterleben möchten, es aber des gesellschaftlichen Drucks wegen doch tun. Mit einer Geburtsbegleitung «wären die Männer vom Druck befreit und könnten sich freier entscheiden», findet auch Doula Emanuela Henry Merola.

Auf Bedürfnisse eingehen

In vielen Kulturen ausserhalb unserer westlichen, industrialisierten Gesellschaft gibt es Ge-



Emanuela Henry Merola begleitet Frauen und ihre Partner vor, während und nach der Geburt.

Bild: Olivier Gresset

Kontaktadressen

• Doula-Geburtsbegleitung

Biel und Umgebung:

Emanuela Henry Merola,
Tel. 079 449 91 02. E-mail:
doulabiel@gmx.ch.

• **Verband Doula CH:**

Tel. 0844 789 123.
E-mail: info@doula.ch.
Präsidium: Katharina Gilgen-
Umbricht, Lettenstrasse 21A,
5506 Mägenwil.
Tel. 062 896 29 61.

**LINK: www.doulabiel.ch;
www.doula.ch**

burtsbegleiterinnen. Die gebärende Frau wird dort nicht nur von einer Hebamme, sondern auch von einer ihr vertrauten Frau begleitet. Die Doula-Geburtsbegleitung in der Schweiz beginnt bereits im letzten Drittel der Schwangerschaft. In mehreren Treffen wirkt die Doula als Beraterin, wobei sie auf Fragen und Bedürfnisse des Paares ein-

geht und ihr Fachwissen und ihre Erfahrung einbringt. Während der Geburt selber begleitet die Doula die Frau bzw. das Paar von Beginn der Wehen an bis das Baby da ist. Die Geburtsbegleiterin kennt während einer Geburt also keinen Schichtwechsel, sie unterstützt die Gebärende bis zum Schluss und darüber hinaus.

Die ständige Betreuung durch dieselbe Person verringert erfahrungsgemäss den Stress, der oft die Geburt verlängert oder Komplikationen hervorruft. Die Wehenzeit kann verkürzt werden, es müssen weniger häufig Wehen-, Schmerz- und Entspannungsmittel verabreicht werden und die Erfolgsrate beim Stillen ist höher.

Nach traumatischer Geburt

Helfen kann eine Geburtsbegleitung ausserdem auch Frauen, welche eine traumatische frühere Geburt erlebt haben. Etwa, wenn während der Geburt über den Kopf der Gebärenden hinweg entschieden wurde. «In einem solchen Fall rekapitulieren wir den Ablauf der letzten Geburt

und schauen, was schief gelaufen ist.» Die Doula weiss dann, wie sich die Frau die anstehende Geburt wünscht und kann gegebenenfalls Einfluss darauf nehmen. Während der Niederkunft selber protokolliert die Doula übrigens die Abläufe, da sich die Frauen später oft nicht mehr genau an

Einzelheiten erinnern. «Das ist wichtig für die Verarbeitung des Geschehenen.» Auch Schwangere ohne Partner profitieren von einer Doula. «Viele wollen nicht, dass die eigene Mutter oder eine Freundin bei der Geburt dabei ist, sie bevorzugen eine ausserstehende Vertrauensperson.»

Freundin auf Zeit

sz. Das Wort «Doula» stammt aus dem Griechischen und bedeutet «Dienerin der Frau». Sie begleiten Frauen vor, während und nach der Geburt, gehen auf ihre Bedürfnisse ein und geben ihnen Sicherheit. Ausserdem sind sie auch dem Vater eine wichtige Stütze. Doulas tragen aber keine medizinische Verantwortung. Auch Teilbegleitungen sind möglich – beispielsweise nur für Vor- und Nachgespräche oder eine Begleitung zum Kaiserschnitt. Seit 1996 werden in der Deutschschweiz Doulas ausgebildet; seit 2005 auch in der

Westschweiz. Aufnahmebedingung ist, dass die angehende Doula bereits selber geboren hat. Die Doulas werden durch Hebammen, Stillberaterinnen, Erwachsenenbildnerinnen, Trauerbegleiterinnen und Doulas ausgebildet. Der Minimalansatz für eine Doula-Geburtsbegleitung beträgt 800 Franken pauschal. Die Ausbildung dauert ein Jahr und besteht aus fünfzehn Kurstagen, Selbststudium und einer schriftlichen Abschlussarbeit. Im Jahr 2009 arbeiteten 56 Doulas in der Schweiz, 29 werden zurzeit ausgebildet.