

Erfahrungsbericht zum Thema "Periduralanästhesie"



"Man kann den Schmerz wirklich gut in den Griff bekommen. Man muss schauen, was einem gut tut. Man kann allen Verfahren etwas Gutes abgewinnen."

Für mich ist eine Geburt ein natürlicher Vorgang. Deshalb wollte ich nicht in einem Krankenhaus entbinden. Ich habe die Geburt in einem Geburtshaus geplant und mich damit im Vorfeld gegen eine Periduralanästhesie (PDA) entschieden.

Eine Bekannte von mir hält die PDA für einen großen medizinischen Fortschritt und ist der Meinung, dass alle Frauen eine PDA erhalten sollten, da sie dadurch nicht mehr leiden müssten. Ich kenne aber auch Frauen, die sagen, dass man diesen Schmerz eben überstehen muss, und dem eine metaphysische Wirkung beimessen. Weder die eine noch die andere Haltung hat mich angesprochen. Ich wollte in einem Geburtshaus entbinden, einfach, weil ich die Geburt nicht unnötig medikalisieren wollte. Ein wichtiger Grund dafür war auch, dass ich die Hebamme, die mich betreut hat, vorher kannte.

Ich denke, dass für das Empfinden des Schmerzes die individuelle Einstellung zum Schmerz eine sehr große Bedeutung hat. Ich hatte so die Meinung, dass die Geburt ganz sicher sehr wehtun wird, aber man kommt da schon durch. Vor mir haben es ja auch schon so viele Frauen überstanden.

Ich habe mich mit einigen Frauen vorher unterhalten, die schon Kinder bekommen hatten. Ich fand es sehr beeindruckend, dass die Frauen meinten, dass der Unterschied zu anderen Schmerzen der ist, dass man weiß, wofür es ist - und letzten Endes ja etwas Gutes dabei herauskommt. Damit konnte ich etwas anfangen und mich darauf einstellen.

Ich habe die Erfahrung gemacht, dass man über die Schmerzen bei der Geburt nicht spricht. Das wird gern verschwiegen. Oft wird dann gesagt: "Das war schon unangenehm." Oder: "Da will ich jetzt nicht darauf eingehen." Vorher habe ich mir gedacht, dass meine Angst zunehmen wird, je näher der Geburtstermin rückt. Aber das war nicht der Fall. Irgendwie bin ich immer ruhiger geworden. Ich habe mir gedacht: "Das wird schon werden."

Drei Tage vor dem errechneten Geburtstermin hatte ich plötzlich Schmerzen. Die waren ganz schön heftig. Ich kann das gar nicht so beschreiben. Es fing tagsüber an mit großen Abständen. Es waren so krampfartige Schmerzen und ich dachte - aha, das sind also Vorwehen. Ich habe dann ein Bad genommen. Dann habe ich sicherheitshalber doch mal angefangen, meinen Koffer zu packen. Das hatte ich bis dahin noch nicht gemacht.

Es waren so krampfartige Schmerzen, wie eine Welle, kein Dauerschmerz, eher wie ein Krampf. Es tut kurz weh und dann hört es wieder auf. Ich bin dann noch mal in die Badewanne gegangen. Das hat zwar gut getan, aber die Schmerzen gingen nicht weg. Damit war klar, dass das keine Vorwehen waren - es ging los. Es ist vielleicht vergleichbar mit stärkeren Regelbeschwerden. Aber es war kein schrecklicher Schmerz, überhaupt nicht.

Dann ging es rasend schnell. Die Wehen kamen alle drei, vier Minuten. Das war wie bei sehr starken Regelschmerzen und schon ziemlich schmerzhaft. Wir sind dann in das Geburtshaus gefahren. Als wir dort ankamen, kamen die Wehen alle zwei Minuten. Das war für mein Schmerzmanagement nicht so gut. Das war sehr schnell und ich konnte mich nicht so gut darauf einstellen.

Mein Hauptproblem war, dass ich nicht wusste, wie ich atmen sollte. Im Geburtshaus bin ich nach einer Weile wieder in die Badewanne gegangen. Das hat mir gut getan. Dann bin ich auf die Idee gekommen, dass ich besonders gut ausatmen kann, wenn ich singe. Dann habe ich angefangen laut zu singen. Meine Hebamme hatte mir vorher gesagt, dass ich ruhig schreien kann, aber ich dachte, dass mich das zu sehr anstrengt. Wenn der Schmerz sehr groß wurde, ging mein Singen in ein Schreien über. Das hat gut geklappt.

Ich konnte dann auch ein paar Atemtechniken einsetzen und habe herausgefunden, dass wenn ich so oder so sitze, dass es dann besser geht. Ich konnte aktiv etwas tun und mitarbeiten. Das hat mir gut getan.

Irgendwann sagte aber die Hebamme, dass wir in das Krankenhaus fahren sollten, da das Kind noch nicht im Geburtskanal war und weiterhin den Kopf zur Seite gedreht hatte. Wir hatten einiges an Lagerungen probiert, damit der Kopf sich dreht, aber es hat nicht geklappt. Ich hatte große Schmerzen. Es war nicht so, dass ich es nicht mehr ausgehalten habe, aber irgendwie habe ich gespürt, dass es so nicht gut ist, der Schmerz sich so nicht anfühlen sollte. Die Effektivität der Wehen hatte auch abgenommen. Bei einer bestimmten Lagerung war dann auch ein Punkt, wo ich die Schmerzen nicht mehr ausgehalten habe. Dann habe ich gedacht, dass es gut ist, wenn wir ins Krankenhaus fahren.

Im Krankenhaus haben sie mir dann eine PDA gesetzt. Ich wusste zwar, was das ist, aber so richtig habe ich mich damit nicht auseinander gesetzt. Und jetzt hatte ich

kurzfristig auch die Befürchtung, dass die irgendwie danebenstechen. Aber dann habe ich mir gedacht, dass das dort im Krankenhaus sehr oft gemacht wird und Standard ist und es schon gut gehen wird.

Ich hatte dann schon noch Wehen, aber die Abstände waren größer geworden. Ich war sehr müde. Nachdem sie mir die PDA gesetzt hatten, meinte die Hebamme dort, dass ich mich ein wenig ausruhen könnte, auch schlafen. Das habe ich gemacht, zwar nur kurz, aber ich konnte mich ein wenig erholen. Als ich dann aufwachte, bin ich auf die Toilette gegangen und ich konnte mich auch wieder von der einen Seite auf die andere Seite drehen. Das war vorher sehr beschwerlich.

Vorher habe ich gedacht, dass man mit einer PDA nichts mehr spürt, dass man von der Geburt gar nichts mitbekommt. Das war auch ein Grund, dass ich im Vorfeld keine PDA für mich wollte. Das war dann aber nicht so. Man bekommt die Wehen schon mit. Es ist jedoch nicht schmerzhaft. Man merkt es so, als wenn ein Muskel arbeitet. Es ist kein Schmerz in dem Sinne, kein Pieksen oder Stechen. Man spürt die Kontraktion und kann auch mitarbeiten. Das Team im Kreissaal hat mich sehr gut über alles informiert. Es war überhaupt nicht unangenehm. Die haben das sehr gut gemacht, mit viel Ruhe und waren sehr nett. Ich war wirklich sehr positiv überrascht.

Der Arzt kam dann irgendwann und meinte, dass wir etwas entscheiden müssten. Der Muttermund war schon sehr lange offen und wir sollten über einen Kaiserschnitt nachdenken. Das hat mich überrascht, da ich dachte, man könnte noch ein bisschen mehr probieren. Damit hatte ich mich vorher nicht auseinander gesetzt. Es war aber ein sehr gutes Gespräch mit dem Arzt. Er hat alle meine Fragen beantwortet und mich sehr gut informiert. In dem Moment stand ich aber nicht unter einem akuten Entscheidungsdruck. Dem Kind und mir ging es gut. Aber ich habe mir gedacht, dass das aber auch sehr schnell anders werden kann. Das war so ein Gefühl. Und ich habe mich dann dafür entschieden, auch weil ich den Eindruck hatte, dass die Hebamme nicht davon überzeugt war, mit weiten Lagerungen und Übungen den Kopf zum Drehen zu bewegen.

Nichtsdestotrotz war das schon eine große psychische Belastung für mich, so von geplanter Geburt im Geburtshaus zum Kaiserschnitt im Krankenhaus. Aber ich habe mich dort sehr gut aufgehoben gefühlt. Und es lief sehr gut. Sie brauchten für die Betäubung nur etwas nachzuspritzen, da ich ja schon die PDA hatte. Das war

gut. Es war, was die Schmerzen angeht, überhaupt nicht schlimm. Der Kaiserschnitt hat nicht wehgetan, das ist mir stark im Kopf geblieben. Denn ich hatte Angst davor, etwas zu erleben wie meine Schwester, die bei der Nachgeburt, also dem Entfernen der Plazenta, starke Schmerzen hatte. Und ich war sehr froh, als mein Sohn dann da war und dass er gesund war und so hübsch. Obwohl es anders gelaufen ist, als ich mir das vorgestellt habe: Es ist alles gut ausgegangen, das war das Wichtige für mich. Als wir dann zu Hause waren, war ich richtig glücklich.

Wenn ich noch mal ein Kind bekommen sollte, würde ich wieder in ein Geburtshaus gehen, das würde ich wieder machen. Aber ich würde mir einen Vorbereitungskurs aussuchen, in dem Atemtechniken geübt werden. Das wurde in meinem Kurs nicht gemacht - oder ich habe die entsprechende Sitzung verpasst. Und ich würde meinen Koffer eher packen (lacht). Und ich würde mich nicht verrückt machen lassen. Es läuft alles irgendwie, selbst wenn viel Unerwartetes dazwischenkommt, wie bei mir.

Man kann den Schmerz wirklich gut in den Griff bekommen. Man muss schauen, was einem gut tut. Man kann allen Verfahren etwas Gutes abgewinnen. Die PDA ist eine Form der Schmerzbewältigung. Jede Frau muss das für sich selbst entscheiden. Ich glaube, grundsätzlich gehen alle Frauen davon aus, dass eine Geburt schmerzhaft ist. Es ist jedoch eine andere Situation, als wenn ich ganz plötzlich Schmerzen bekomme. Man kann sich darauf einstellen und sich darauf vorbereiten.

Mehr zum Themengebiet Fortpflanzung und Geburt: **hier (URL:**

<http://www.gesundheitsinformation.de/fortpflanzung-und-geburt>

DANKSAGUNG

Die hier veröffentlichten Erfahrungsberichte sind Teile von Lebensgeschichten. Sie wurden im Rahmen von Interviews gesammelt. Unser herzlicher Dank gilt allen Interviewpartnerinnen und Interviewpartnern.

Alle Interviewpartnerinnen und Interviewpartner haben der Veröffentlichung der Erfahrungsberichte zugestimmt.

Die im Rahmen der Erfahrungsberichte veröffentlichten Aussagen sind Erfahrungen und Meinungen von einzelnen Personen. Sie stellen keine Empfehlung des

IQWiG für eine Entscheidungsfindung dar.

Glossar

Periduralanästhesie (PDA)

Periduralanästhesie nennt man eine Methode zur Schmerzdämpfung oder zur völligen Betäubung einer Körperregion. Sie wird auch "Epiduralanästhesie" genannt. Dabei wird ein Betäubungsmittel entweder im Bereich der Brust- oder Lendenwirbel in den sogenannten Periduralraum gespritzt, der das Rückenmark umgibt. Je nach Dosis dämpfen die Medikamente eine Zeit lang die Übertragung von Schmerz- und Nervensignalen im Rückenmark oder unterbrechen sie vollständig, wodurch abwärts gelegene Körperteile gelähmt werden.

Kaiserschnitt

Auch "Sectio" oder "Schnittentbindung" genannt. Ein Kaiserschnitt ist eine Operation, bei der unter Narkose Bauchdecke und Gebärmutter der Schwangeren geöffnet werden, um das Kind zur Welt zu bringen. Ein Kaiserschnitt kann nötig werden, wenn sich das Kind nicht in die geeignete Position dreht, oder wenn eine normale Geburt so lange dauern würde, dass die Gesundheit von Mutter oder Kind gefährdet wäre.

Plazenta

Die Plazenta (Mutterkuchen) entwickelt sich in der Gebärmutter, nachdem sich eine befruchtete Eizelle eingenistet hat. Sie wächst zu einem scheibenförmigen Organ mit einem Gewicht von etwa 500 g heran. Die Plazenta ist über die Nabelschnur mit dem Fetus verbunden und sorgt für seine Ernährung. Nach der Geburt des Kindes wird der Mutterkuchen als "Nachgeburt" ausgestoßen.

Quellen

Das Institut für Qualität und Wirtschaftlichkeit im Gesundheitswesen (IQWiG)

Dem Institut für Qualität und Wirtschaftlichkeit im Gesundheitswesen (IQWiG) obliegt von Gesetzes wegen die wissenschaftliche Bewertung des Nutzens, der Qualität und der Wirtschaftlichkeit von medizinischen Leistungen. Dazu gehören auch die Nutzenbewertung von Arzneimitteln sowie die Herausgabe von Gesundheitsinformationen für Bürger und Patienten.

Wissenschaftliche Basis dieser Gesundheitsinformation

Unsere Informationen basieren primär auf so genannten systematischen Übersichten. Um ein objektives Bild über eine medizinische Maßnahme zu erhalten, ist eine systematische Übersicht notwendig. Hierzu werden zunächst die relevanten Fragestellungen formuliert. Zu diesen Fragen werden Forscher dann alle Studien zu diesem Thema suchen und auswerten.

Eine Liste der berücksichtigten wissenschaftlichen Literatur dieser Gesundheitsinformation finden Sie unter www.gesundheitsinformation.de.

Hinweis für die Nutzer:

Diese Gesundheitsinformationen wurden vom Institut für Qualität und Wirtschaftlichkeit im Gesundheitswesen (IQWiG) erstellt und veröffentlicht. Sie basieren auf der Bewertung der zum Zeitpunkt der Erstellung verfügbaren wissenschaftlichen Literatur und anderer Informationsquellen.

Gesundheitsinformationen des IQWiG werden ausschließlich für Patienten in Deutschland zur Verfügung gestellt. Die Informationen sollten nicht für die Erstellung eigenständiger Diagnosen verwendet werden, da sie eine Beratung zwischen Ärztin/Arzt und Patientin/Patient nicht ersetzen können und nicht ersetzen sollen.