Zeitschrift: Hebamme.ch = Sage-femme.ch = Levatrice.ch = Spendrera.ch
Herausgeber: Schweizerischer Hebammenverband
Band: 105 (2007)
Heft: 2

Artikel: Babykoliken : ein Mythos?
Autor: Messmer, Rita
DOI: https://doi.org/10.5169/seals-949984

Nutzungsbedingungen
Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften auf E-Periodica. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Zeitschriften und ist nicht verantwortlich für deren Inhalte. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern beziehungsweise den externen Rechteinhabern. Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen sowie auf Social Media-Kanälen oder Webseiten ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. Mehr erfahren

Conditions d'utilisation
L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. La reproduction d'images dans des publications imprimées ou en ligne ainsi que sur des canaux de médias sociaux ou des sites web n'est autorisée qu'avec l'accord préalable des détenteurs des droits. En savoir plus

Terms of use
The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. Publishing images in print and online publications, as well as on social media channels or websites, is only permitted with the prior consent of the rights holders. Find out more

Download PDF: 14.12.2025

ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, https://www.e-periodica.ch

Komplexe Zusammenhänge

Babykoliken – ein Mythos?

Reize und Einflüsse vor, während und nach der Geburt haben allesamt Auswirkungen auf den Hormonhaushalt des Säuglings. Überwiegen die Stresshormone und verlaufen die ersten Lebenstage nicht optimal, prägt sich das dem Babyhirn nachhaltig ein; Folge können Bauchweh und exzessives Schreien sein.

URSACHEN und Zusammenhänge für das Bauchweh der heutigen Babys sind komplex und doch im Grunde genommen auf einen Nenner zu bringen. Ein Baby ist ein höchst sensibles und empfindsames Wesen. Wie empfindlich das werdende Leben ist, weiss jeder Pharmakonzern: niemals sind die Warnungen vor Medikation so deutlich und warnend wie für Schwangere. Die Erfahrung hat gezeigt, dass schon kleinste unbedachte Eingriffe empfindliche Störungen und Fehlentwicklungen zur Folge haben können.

Reize von aussen und ihre Folgen

Nicht nur das körperliche Wachstum unterliegt einem klaren naturgegebenen «Bauplan», sondern auch die zwischenmenschlichen Beziehungen führen zu Impulsen und Reizen, die vom Baby höchst sensibel verarbeitet werden. Stresshormone, welche bei der Geburt auch für das Baby durchaus wichtig und sinnvoll sind, werden schnell wieder abgebaut, wenn das Baby die entsprechenden Reize, wie sie von der Natur vorgesehen wären, erhalten würde: Eine sanfte, schonungsvolle Ankunft in den Armen, an der Haut und an der Brust seiner Mutter, die ihm die nötige Ruhe, Geborgenheit, Sicherheit, Zärtlichkeit, Nahrung und Liebe gibt und versichert. Das ist die erste und wäre die beste Bestandesaufnahme, die das Baby machen könnte. Sie würde sofort auch zu den entsprechenden Vernetzungen im Gehirn und den dazu gehörenden Auswirkungen führen: Empfinden einer ruhigen, fürsorglichen, liebevollen, warmen und vertrauenswürdigen Welt. Die Folgen: Der Körper stellt sich auf Ruhe, Erholung, Entspannung mit den entsprechenden Botenstoffen und Hormonen ein (parasympathisch).

Rita Messmer ist Pädagogin, Erwachsenenbildnerin, Cranio-Sacral-Therapeutin, Autorin und Mutter von drei Kindern

Oder aber, die Reize signalisieren Bedrohung, was Angst, Furcht und Stress auslöst; der Körper stellt sich auf Überleben ein und setzt die nötigen Hebel (Botenstoffe und Hormone wie Noradrenalin, Adrenalin und Cortisol – sympathisch) in Bewegung.

Dies legt zunächst die ganze Entwicklung lahm, u.a. auch den ganzen Verdauungstrakt, was zu den entsprechenden Auswirkungen wie Koliken führt.

Sensible Phasen

Kaum ist das Baby geboren, fangen seine Sinne in höchstem Mass zu arbeiten an. Verschiedene «Sensible Phasen» führen jetzt zur Prägung. So zeigen Untersuchungen, dass noch nach Jahren festgestellt werden kann, ob das Baby zuerst mit dem Vater oder der Mutter in Kontakt getreten ist: Die erste Person, die das Kind hält, an diese bindet sich das Baby – «Bonding» genannt. Kleinste unbedachte Handlungen wie das Verabreichen einer Glukoselösung mit der Flasche führen zu Irritationen beim Trinken, so dass das Baby an der Mutterbrust möglicherweise gar nicht mehr richtig trinken kann, weil ein «falsches» Saugverhalten geprägt wurde.

Menschenkinder sind Traglinge

Weiter ist der Mensch ein Nesthocker und kein Nestflüchter. Er wird in völliger Abhängigkeit zu seiner Mutter geboren, was phylogenetisch heisst, dass die Einheit von Mutter und Kind nach der Geburt weiter bestehen muss: Mutter und Kind gehen noch immer schwanger, nur dass die Schwangerschaft jetzt ausserhalb des Körpers erfolgt. Das beinhaltet die höchst mögliche Einheit von Mutter und Kind: Körperkontakt (besser: Hautkontakt), Brusternährung, Tragen am Körper im Tragetuch. Menschenkinder sind Traglinge; nur so entwickeln sie sich stressfrei und phylogenetisch – die Naturvölker («alte Völker») machen es uns vor. Die Hochkulturen haben Mutter und Kind immer wieder getrennt und unzählige Ersatzbefriedigungen und damit endlose Probleme geschaffen: beispielsweise den Schnuller als Ersatz für die Brust, die Wiege für das Geschaukeltwerden am Körper und das Wickelkind für das Festbinden am Körper; lauter Notlösungen, die unzulänglich sind und hinfällig werden, wenn wir die Phylogenese besser verstehen lernen.

«Alte» Kulturen wissen es

Forscher meinen, in alten Kulturen handelt und verhält man sich in Übereinstimmung mit den gemeinsamen phylogenetischen Erfahrungen der Menschheit, etwas, was in unserer Kultur verloren gegangen zu sein scheint. Bei der Max-Planck-Forschungsstelle für Humanethologie interessiert man sich für die Frage, wie der Homo sapiens sapiens die Bedürfnisse des Säuglings, Kleinkindes und des Kindes beantwortet hat und welche evolutionären Grundformen der Interaktion typisch für unsere eigene Spezies sind. Forscher haben alte Kulturen untersucht: friedliche wie die Inuit in Alaska,

Publikationen von Rita Messmer

Ihr Baby kann's!

Selbstbewusstsein und Selbstständigkeit von Kindern fördern
Beltz-Verlag
ISBN 3-407-22868-6
Fr. 23.70

Mit kleinen Kindern lernen lernen

So fördern Sie Ihr Kind fürs Leben
Beltz-Verlag
ISBN 3-407-22889-9
Fr. 23.70

Eine DVD zum Thema «Frühkindliche Prägung» ist in Vorbereitung; Details können der Homepage www.rita-messmer.ch entnommen werden.

das Kungvolk in Botswana, die Trobriander auf Papua-Neuguinea, und kriegerische wie das Eipovolk im Hochland von West-Neuguinea, das Yanomamivolk in Venezuela und das Himbavolk in der Südwest-Kalahari. Gemeinsam ist diesen Völkern die Art der Fürsorge, die sie ihren Säuglingen zukommen lassen.

Früher Stress hinterlässt Spuren

Früher Lebensstress wird eingebrannt in Gehirn und Bauch und bestimmt die Sensibilität der Darm-Hirn-Achse für das ganze Leben. Eine Beobachtung am Menschen stützt die These: Kinder mit den berüchtigten Säuglings-Koliken wachsen nicht selten zu Erwachsenen mit «irritablem» Darm heran. Ein solches Gedächtnis im Bauchhirn beruht auf Lernprozessen auf der Mikroebene. Wir finden die gleichen Substanzen und Moleküle, die im Gehirn für Erinnerung benutzt werden.

Das Bauchhirn lernt jung am besten. Denn wie das Kopfhirn reift es nach der Geburt weiter; es ist für mindestens drei Jahre plastisch und entwickelt sich. Frühe «Erfahrungen» des Darms können so die «Persönlichkeit» beider Gehirne beeinflussen. Exzessive oder lang anhaltende Furcht hinterlässt Spuren nicht nur im Kopf, sondern auch im Intestinaltrakt, wie Tierexperimente erwiesen haben. So belegen Versuche an erwachsenen Ratten, die man als Neugeborene Stress-Situationen ausgesetzt hat, eine Hypersensitivität der Tiere und ihrer Gedärme mit Reizdarm ähnlichen Symptomen.

Untersuchungen an Mensch und Tier belegen eindeutig, dass Stress – dieser entsteht unter Deprivation (Entfernung – Distanz) eines Säuglings von der Mutter – das Immunsystem schwächt. Sein unmittelbares soziales Umfeld empfindet der Säugling entweder als lebensbedrohend oder lebensbejahend; so wundert es nicht, dass die Trennung des Säuglings von der Mutter enorme psychische Stressoren für das Baby sind. Die Folgen:

- Exzessives Schreien
- Koliken – Durchfall oder Verstopfung
- Angstsymptome (erweiterte Pupillen, Rudern der Arme in der Luft)
- Nach kurzer Erholungszeit erschrecktes Aufwachen
- Angespannt – Angst die Kontrolle zu verlieren

Eine sanfte Ankunft in den Armen der liebevollen Mutter gibt dem Baby Sicherheit und prägt die entsprechenden Vernetzungen im Gehirn. Foto: Judith Fahner-Furer

Oxytocin – das Kuschelhormon

Oxytocin bewirkt eine Kontraktion der Gebärmuttermuskulatur (Myometrium) und löst damit die Wehen während der Geburt aus. Darüber hinaus verursacht es die Milchejektion (Entleerung der Drüsenbläschen) durch das Stimulieren der so genannten myoepithelialen Zellen der Milchdrüse (Verhaltenssteuerung).

Neben diesen physiologischen Wirkungen nimmt Oxytocin auch Einfluss auf das Verhalten. Oxytocin und der Rückgang des Stress-Hormons Cortisol verursachen die beruhigende Wirkung des Stillens bei der Mutter. Dadurch kann eine intensive emotionale Bindung zum Kind aufgebaut werden – diese beruht auf Wechselwirkung!

Bei Säugetieren besitzt das Oxytocin eine Schlüsselposition für die Paarbindung, die mütterliche Fürsorge, das Sexualverhalten sowie die Bindungsfähigkeit. Ausserdem vermindert das Hormon Ängstlichkeit und ist die neuroendokrine Antwort auf sozialen Stress. Männliche Präriewühlmäuse beispielsweise, die zahlreiche Oxytocin-Rezeptoren in den Belohnungsarealen ihres Gehirns besitzen, sind monogam und kümmern sich um ihren Nachwuchs. Die mit ihnen nahe verwandte Bergwühlmaus hingegen, die kaum Oxytocin-Rezeptoren in den Belohnungszentren des Gehirns besitzt, ist polygam und die Männchen zeigen keine elterliche Fürsorge.

Auch in der Sexualität spielt Oxytocin eine wichtige Rolle. Es wird bei Frau und Mann bei Zärtlichkeiten und beim Geschlechtsverkehr im Gehirn freigesetzt und hat opiumartige Wirkungen (Euphorie, Beruhigung). Es wird angenommen, dass die Freisetzung von Oxytocin stabilisierend auf eine Beziehung wirkt. Aufgrund dieser Wirkung auf zwischenmenschliche Beziehungen wird Oxytocin auch als Kuschelhormon bezeichnet.

Beim Menschen wird Oxytocin während des Stillens und der Geburt ausgeschüttet. Das Hormon reduziert Ängstlichkeit, wirkt Stress abbauend und beruhigend, es fördert die Kontaktaufnahme, das heisst, das Vertrauen in die Mitmenschen steigt an und Angst oder Misstrauen nehmen ab. ◀