

**Zeitschrift:** Hebamme.ch = Sage-femme.ch = Levatrice.ch = Spendrera.ch  
**Herausgeber:** Schweizerischer Hebammenverband  
**Band:** 108 (2010)  
**Heft:** 2

## Inhaltsverzeichnis

### 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

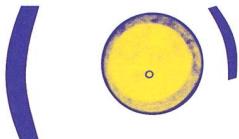
L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. La reproduction d'images dans des publications imprimées 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:** 17.01.2026

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



Schweizerischer Hebammenverband  
Fédération suisse des sages-femmes

Geschäftsstelle/Sécrétariat central  
Rosenweg 25C 3000 Bern 23  
Tel. 031 332 63 40 Fax 031 332 76 19  
info@hebamme.ch  
www.hebamme.ch/www.sage-femme.ch  
Öffnungszeiten:  
Montag–Freitag 9–12/13.30–16.30 Uhr  
Heures d'ouverture:  
Lundi–Vendredi 9h–12 h/13.30 h–16.30 h

Offizielle Zeitschrift des  
Schweizerischen Hebammenverbandes

Journal officiel de la Fédération  
suisse des sages-femmes

Giornale ufficiale della Federazione  
svizzera delle levatrici

Revista uffiziala da la Federaziun svizra  
da las spendreras

**108. Jahrgang / 108<sup>e</sup> année**

Erscheint 11mal im Jahr  
Parution: 11 éditions par année

**Impressum**

**Verlag/Edition**  
Schweizerischer Hebammenverband  
Fédération suisse des sages-femmes

**Redaktion/Rédaction/Redazione**  
Deutschsprachige Redaktion/  
Verantwortliche Redaktorin:  
Gerlinde Michel, Rosenweg 25 C, 3000 Bern 23  
Telefon 031 331 35 20, Fax 031 332 76 19  
E-Mail: g.michel@hebamme.ch

**Rédaction de langue française**  
Josianne Bodart Senn, Chemin du Bochet 4a  
1196 Gland, téléphone 022 364 24 66,  
portable 079 755 45 38,  
courriel: j.bodartsenn@sage-femme.ch

**Redaktioneller Beirat**  
Inge Loos (il), Elvire Sheikhi-Enderli (ese),  
Christiane Allegro (ca), Sue Brailey (sb),  
Zuzka Hofstetter (zh), Lisa Mees-Liechti (lm),  
Lorraine Gagnaux (lg)

**Beraterin Hebammenforschung**  
Dr. phil. Ans Luyben

**Redaktionsschluss/Délai de rédaction**  
Am 1. des Vormonats/Le premier du mois précédent

**Gestaltung/Herstellung**  
Tigraline AG, Bern  
Rosmarie Kerschbaumer

**Jahresabonnement/Abonnement annuel**  
Nichtmitglieder/Non-membres Fr. 105.–  
Ausland/Etranger Fr. 140.–  
Einzelnummer/Prix du numéro Fr. 12.– + Porto  
Die Bezugsdauer verlängert sich jeweils um ein  
weiteres Jahr, wenn nicht bis zum 31. Oktober  
schriftlich gekündigt wird.

La durée d'abonnement se renouvelle automatiquement chaque année sauf résiliation par écrit jusqu'au 31 octobre.

**Anzeigenmarketing/Régie d'annonces**  
KünzlerBachmann Medien AG  
Geltenwilenstrasse 8a . 9001 St. Gallen  
T 071 226 92 92 . F 071 226 92 93  
info@kbmedien.ch . www.kbmedien.ch

**Druck/Impression**  
Vogt-Schild Druck AG  
Gutenbergstrasse 1, CH-4552 Derendingen  
www.vsdruk.ch

WEMF-begläubigt  
ISSN 1662-5862



**4**  
**Atemtherapie und Atem-  
pädagogik nach Middendorf**

**Atem: Tragende und  
unterstützende Kraft**

Die Atemlehre nach Ilse Middendorf basiert auf dem Zusammenhang von Atmung und Bewegung. Sie beschreibt den «erfahrbaren Atem», den bewusst zugelassenen, jedoch nicht willentlich kontrollierten Atem. Middendorfs Erkenntnisse können die Vorbereitung auf Schwangerschaft und Geburt, und auch das Leben jedes einzelnen Menschen entscheidend vertiefen und bereichern, weiß Agathe Löliger aus langer Berufserfahrung.

**8**  
**Atemtherapie  
in der Geburtshilfe**

**«Ich schaue gut  
zu uns!»**

Atemtherapie zählt zu den ältesten menschlichen Heilverfahren. In der Geburtshilfe kommt vor allem der präventive Aspekt der Arbeit mit dem Atem zum Tragen, da schwangere Frauen grundsätzlich gesund sind und sich über oder mit dem Atem auf die Geburt vorbereiten. Die Hebammme und Atemtherapeutin Giovanna Caflisch beschreibt diese Arbeit.

**12**  
**Weniger Schmerzmittel  
unter der Geburt**

**Massage und  
kontrollierter Atem**

Aus Praxis und Forschung ist bekannt, dass Massage und andere komplementär-therapeutische Massnahmen die Geburtschmerzen wirksam lindern. Einige Untersuchungen legen nahe, dass Massage die Oxytocinausschüttung und Produktion körpereigener Opioide unterstützt und die Schmerzschwelle erhöht. Eine englische Machbarkeitsstudie strebte für diese Zusammenhänge aussagekräftigere Daten an.

**30**  
**«Yoga, maternité  
et naissance»**

**Respiration et  
conscience du corps  
de grossesse**

La respiration est un outil très précieux du yoga pour permettre aux mamans de passer du monde de l'extériorité à celui de l'intériorité. L'auteure propose une exploration guidée des différents aspects de la respiration pour enrichir cette fabuleuse expérience de la maternité.

**34**  
**Revue de littérature**

**Cannabis  
et grossesse**

Il est important que les sages-femmes connaissent les effets du cannabis, que ce soit à court, moyen et long terme, non pas dans un but répressif, mais afin d'assurer une meilleure prise en charge de la femme et de l'enfant.

**Rubriken/Rubriques**

Aktuell	<b>2</b>
Forum	<b>14</b>
Bücher	<b>16</b>
SHV/FSSF	<b>19</b>
Sektionen/Sections	<b>21</b>
Fortbildung SHV	<b>24</b>
Formation FSSF	<b>28</b>
Actualité	<b>37</b>
Mosaïque	<b>39</b>
Livres	<b>40</b>
Stellenangebote	
Offres d'emploi	