

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

**Rubrik:** Forum

### **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:** 14.04.2026

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

Diskussionsbeitrag zum Forum 11/2009

## Was verstehen wir unter einer «normalen Geburt»?

In der Statistik der freiberuflichen Hebammen ist eine Spontangeburt unter PDA eine pathologische Geburt. Vor zirka 10 Jahren war dies sicher noch so, heutzutage müssen wir Hebammen aber umdenken. Es gibt kaum noch eine Primipara, welche ohne PDA gebären wird. Wenn wir im Spital das Vorgespräch mit den Frauen führen, dann wollen von 10 Primi zirka 9 normal und ohne PDA gebären. Während der Geburt haben dann aber 9 eine PDA und eine Frau keine. Das ist heute Realität. Ich finde, dass Frauen, die sich eine normale Geburt wünschen und dann mit PDA spontan gebären können, auch eine normale Geburt hatten. Deshalb wäre ich dafür, dass der Hebammenverband die Statistik überarbeitet und der heutigen Zeit anpasst.

Judith Herbeck

Hebamme im Spital und freiberuflich im Kanton Zürich plus Rapperswil/Jona

## Büchertipp

Margret Madejsky

### Lexikon der Frauenkräuter

2009. 320 Seiten,  
33 Farbfotos, Fr. 49.90  
AT-Verlag Baden

Ein geradezu sinnliches Erlebnis, dieses zauberhafte Buch zu lesen. Aphrodite, Artemis, Venus, Iris, Freya, Circe und Maria – alle wichtigen mythischen Frauen werden mit ihrer Beziehung zu gewissen Heilpflanzen genannt. Die Autorin zieht die Verbindung zwischen den Heilpflanzen, ihrem Bezug zu den Frauenportraits, der Astrologie und den zugeordneten Farben und den damit verbundenen Göttinnen aus allen denkbaren Epochen und Mythologien. Dabei spannt sie auf eindrückliche Weise den Bogen weiter zur Geburtshilfe, zu der heutigen übertriebenen Medikalisierung durch die Schulmedizin und zum leider oft verloren gegangenen Vertrauen in die Natur. Bereits kräuterkundigen Leserinnen wartet dieses Buch mit vielen schönen Überraschungen auf: So wirkt die bisher vor allem zur Leberstärkung verwendete Mariendistel auch stark Milch bildend. Oder unsere berühmte Pulsatilla, wohl für jede erfahrene Hebamme etwas wie eine «alte Freundin», wirkt als pflanzlicher Auszug blut-

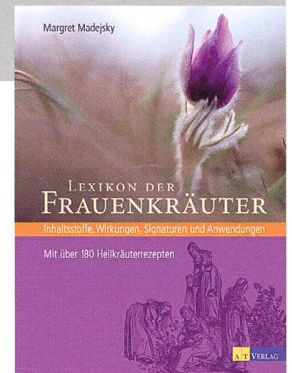
zungsfördernd, hormonregulierend, sogar abortiv, in homöopathischer Form sehr fruchtbarkeitsfördernd. Der Wirkungskreis der Pulsatilla dehnt sich für mich nach der Lektüre dieses Buches enorm aus. Ebenso die Arnica, die nebst ihrer bekannten heilenden Eigenschaft bei Blutungen und Verletzungen auch bei Brustentzündungen als Wickel eine grosse Hilfe sein kann.

Nehmen wir die weniger bekannte Damiana, schon bei den Maya als Aphrodisiakum und Fruchtbarkeitspflanze verehrt: Das Rezept für einen Damianaschnaps mit Zimt, Vanille, Jamajcarum und noch vielen anderen sinnlichen Zutaten ist schon zum Lesen ein anregender Genuss! Oder die Venus-teemischung, die auf sanfte Weise den weiblichen Unterleib wärmt, setzt sich aus Blüten zusammen, die bereits beim Lesen die Sinne erwärmen. Auch die Angelika, sicher den meisten längst bekannt im Engelwurz-Balsam, der so vielen grossen und kleinen Nasen das Atmen erleichtert, kann auch in der Frauenheilkunde viel ausgedehnter verwendet werden. So findet sich das Rezept für den Eisprung-Tee, der sich unter an-

derem aus Angelikawurzel, Damianablättern und noch drei anderen bekannten Kräutern zusammensetzt.

Noch selten habe ich mich beim Lesen von Fachliteratur so oft beim Schmunzeln erwisch. Natürlich sind auch dem wundervollen Bryophyllum über zwei Seiten gewidmet. Viele zauberhafte Beschreibungen und Geschichten ranken sich um diese Wunderpflanze, ihrer speziellen Wehen hemmenden, nervenstärkenden und antimikrobiellen Wirkung. Ebenso kommt die Alraune mit ihren mystischen Eigenschaften zum Zug, so dass die Leserin sich fast in einen Harry-Potter-Film versetzt fühlt. Gerne möchte ich auch noch über den Muskatellersalbei, den Mönchspfeffer, die Mistel schreiben, doch dies würde diese Rezension bereits beim Buchstaben «M» sprengen.

Die Sammeltipps stehen stets im Zusammenhang mit dem Mondstand, unter Berücksichtigung der Tageszeit und des aktuellen Zyklus und der planetarischen Zuordnung der Heilpflanze. Die Verarbeitungsmöglichkeiten sind ausführlich beschrieben und auch für noch weniger erfahrene Kräuterfrauen sehr gut verständlich und nach-



vollziehbar. Die Autorin äussert sich gegen standardisierte Teemischungen in der Schwangerschaft. Ein Aspekt, den vielleicht manche Hebamme nicht gerne hört, verschreiben wir doch oft den SS-Tee, den Anämie-Tee, usw. «Alles was wirkt, kann natürlich Nebenwirkungen haben». So empfiehlt sie, die Kräutermischungen für die jeweilige Frau gezielt und ihren persönlichen Bedürfnissen entsprechend zusammenzustellen. Natürlich fehlt auch eine ausführliche Liste der Kräuter, die eine Schwangere meiden sollte, nicht.

Die Autorin hat dieses Buch mit innerem Feuer geschrieben. Ihr Stolz, Frau zu sein, ihre Ehrfurcht und ihr Respekt gegenüber der Natur und deren enormen Kräfte sind klar spürbar. Dank der Hilfe von Heilkräutern konnte sie ihren eigenen Traum einer Hausgeburt verwirklichen, was ihren Respekt vor der Natur noch mehr gestärkt hat.

Lisa Mees-Liechti  
Hebamme

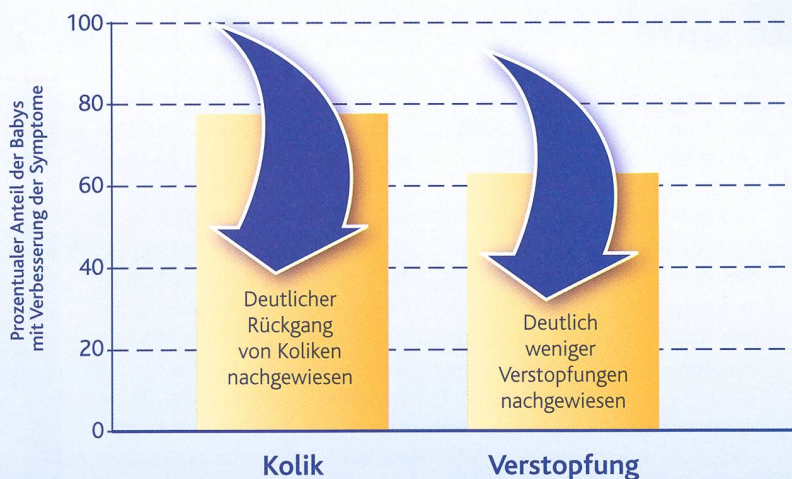


# Aptamil<sup>TM</sup> Confort

**Koliken, Verstopfung:  
nicht alle Confort Milchprodukte sind gleich**

**Aptamil Confort, von den Kinderärzten befürwortet:**

✓ **95% der Kinderärzte** haben mit Aptamil Confort eine Linderung der Symptome festgestellt<sup>1</sup>



**Aptamil Confort, von den Müttern befürwortet:**

✓ Nach nur einer Woche konnten **62% der Mütter** eine Verbesserung der Symptome erkennen<sup>2</sup>



1. Savino F et al. Acata Paedtr Suppl 2003;441: 86-90  
2. Veitl V et al. J Ernährungsmed 2000;2:14-20

# Büchertipps

Claudia Kühne

## Eine Hand voll Frühchen – oder: Was sind 650 Gramm?

2009. 240 Seiten,  
einige Abbildungen, Fr. 29.00  
Verlag Andreas Mächler,  
Riehen

Ausführlich, offen und ehrlich erzählt die Autorin über die Schicksalsschläge, die ihr Leben prägten. Nach dem schwierigen Erlebnis einer Eileiterschwangerschaft begegnet sie ihrer zweiten Schwangerschaft voller Zuversicht und Hoffnung. Doch sie erkrankt am HELLP-Syndrom, und ihre Tochter kommt ganz plötzlich und unerwartet in der 26. Schwangerschaftswoche per Kaiserschnitt zur Welt. Leonie kämpft ums

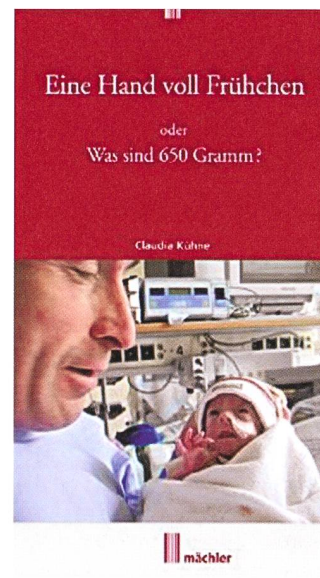
Überleben – und ihre Eltern mit einem gewaltigen Gefühlschaos von Angst, Sorge, Schuldgefühlen, Freude, Trauer, Glück und Leid.

In weitgehend unbearbeitetem, unmittelbarem Erzählstil berichtet die Autorin vom langen, ungewissen und mühevollen Weg der Familie, bis Leonie endlich nach Hause entlassen werden kann. Immer wieder werden viele Fragen über das Erleben und die Gefühlswelt von Frühchen aufgeworfen – Fragen ohne Antworten, die wohl nicht nur die Eltern, sondern auch Angehörige und Freunde ebenso wie die betreuenden Fachper-

sonen beschäftigen. Die ethischen Fragen in der Frühgeborenen-Behandlung werden somit zwar angedeutet, aber nicht weiter diskutiert.

Leider neigt die Autorin durch den tagebuchartigen Stil zu vielen Wiederholungen, was das Lesen zeitweise erschwert und durch die unzähligen, aneinander gereihten Fragen manchmal etwas unbefriedigend macht. Dennoch vermag sie die Gefühlswelt und das Erleben betroffener Eltern gut aufzuzeigen und verdeutlicht den Wert der Unterstützung von ihrem Umfeld.

Regula Abt, Hebamme



Thomas Harms

## Emotionelle erste Hilfe

2009. 262 Seiten, 21 Abb.,  
Fr. 29.90  
Ulrich Leutner Verlag Berlin

Heute leiden viele Eltern darunter, dass ihr Baby oft und lange anhaltend herzerreissend schreit und sich kaum oder nur mit allerhand Tricks beruhigen lässt. Folge davon ist, dass Eltern wie Kind total erschöpft werden. Ihre Beziehung wird gestört. Diese Beziehung wieder zum Fließen zu bringen ist die Absicht des Autors.

In jahrelanger Tätigkeit mit Schreikindern und ihren Eltern hat er eine Methode entwickelt, die er «Emotionelle Erste Hilfe» nennt. Sie greift, solange die Störungen noch nicht tief verankert sind, ist also präventiv

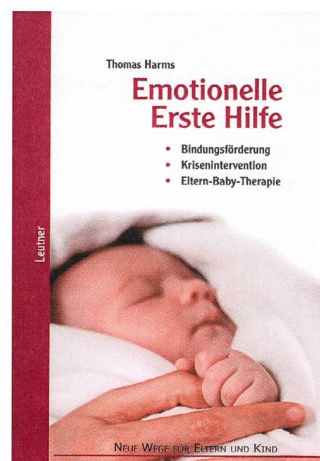
und als erste Hilfe gut anwendbar. Sind die Störungen in der Eltern-Kind-Beziehung schwerwiegender, so ist weiter gehende Psychotherapie nötig.

Im ersten Teil des Buches werden physiologische und neurobiologische Grundlagen der Eltern-Kind-Beziehungsbindung erläutert. Grundlagen seiner Theorien sind die Werke von Wilhelm Reich. Im zweiten Teil erklärt der Autor sein therapeutisches Vorgehen. Dabei setzt er die Wahrnehmung und Beeinflussung des eigenen Körpers als Werkzeug ein, um selber verwurzelt zu werden. Die entstehende Ruhe lässt sich dazu nutzen, auch das Kind ruhiger werden zu lassen. Im dritten Teil bringt er uns seine weit rei-

chenden Erfahrungen in dieser Arbeit näher. Der vierte Teil wendet sich explizit an Fachleute der Psychotherapie.

Die gewählten Beispiele sind eindrücklich: es gelingt Harms immer wieder, gestörte Beziehungen ins Lot zu bringen und so die Schreiproblematik zu entschärfen. Er arbeitet oft mit der bewussten Bauchatmung der Mutter, um ihr Bewusstsein auf sich zu zentrieren und so den Druck vom Kind wegzunehmen.

Obwohl der Autor schreibt, er habe eine einfache Sprache gewählt, war es mir nicht möglich das Buch ganz zu verstehen. Streckenweise habe ich neue Erkenntnisse gewonnen; insgesamt ist das Buch meiner Mei-



nung nach eher für Fachleute der Psychotherapie mit dem notwendigen theoretischen Hintergrund geeignet.

Margrit Heller  
Pflegefachfrau und Hebamme

OMIDA

## Homöopathie für Mutter und Kind

Sanfte und wirksame Therapieform

Die Homöopathie bietet eine grosse Auswahl an Arzneimitteln, die mithilfe, die Zeit während der Schwangerschaft und auch das Geburtserlebnis möglichst positiv zu erfahren. Auch nach der Geburt ist die Homöopathie eine ideale Therapieform, mit der sich viele Beschwerden bei Mutter und Kind sanft und wirksam behandeln lassen.

Viele Frauen kommen das erste Mal mit Homöopathie in Kontakt, wenn sie schwanger werden und ihre gewohnten Arzneimittel nicht mehr einnehmen dürfen. Es sollte nun auf eine schonende, natürliche Behandlungsmethode zurückgegriffen werden. Hier ist die Homöopathie prädestiniert. Grundsätzlich lassen sich mit homöopathischen Arzneimitteln die meisten Beschwerden während der Schwangerschaft wie Übelkeit, psychische Beschwerden, Schlafprobleme usw. wirksam behandeln. Auch kurz vor der Geburt

können homöopathische Mittel wertvolle Unterstützung bieten: so kann der Prozess des Öffnens des Muttermundes unterstützt werden, zu schwache oder unterbrochene Wehen können gefördert oder zu starke oder schmerzhaft Wehen abgeschwächt werden. Auch Stress oder Ängste der Mutter können reduziert werden. Zudem lassen sich Erschöpfung und Ermüdung sowie ein depressiver Zustand der Mutter nach der Geburt positiv beeinflussen.

Aber auch für die jungen Elternbürger ist die Homöopathie



eine ideale Therapieform. Säuglinge und Kleinkinder sind für feine Impulse besonders ansprechbar, denn ihre Reaktionsfähigkeit und ihr Selbstheilungspotential sind gross und unbeeinträchtigt.

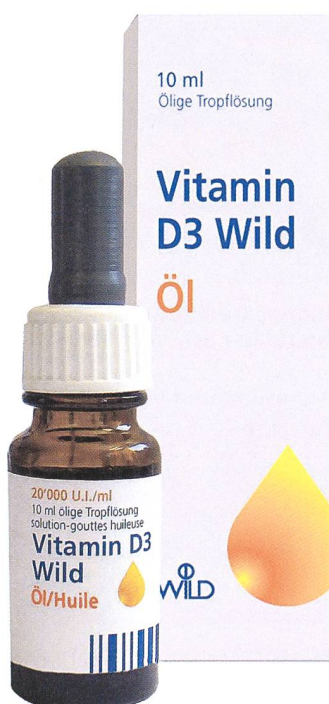
Wer bei sich selber und seinen Kleinen positive Erfahrungen

mit der sanften Heilmethode gemacht hat, wird so schnell nicht mehr in die Chemie-Kiste greifen.

**OMIDA AG**  
6403 Küssnacht  
[www.omida.ch](http://www.omida.ch)

Vitamin D3

## Chronischen Krankheiten vorbeugen



Vitamin D3 ist unentbehrlich für den gesunden Aufbau von Knochen und Zähnen. Säuglingen wird deshalb im 1. Lebensjahr Vitamin D3 in Tropfenform verabreicht, um die Rachitis wirksam zu verhindern. Die Schweizerische Gesellschaft für Pädiatrie empfiehlt täglich 300–500 IE Vitamin D3 während des 1. Lebensjahres für alle gestillten und nicht gestillten Säuglinge.

Neben der antirachitischen Wirkung von Vitamin D3 ist bekannt, dass ein Vitamin-D3-Mangel ein pathogenetischer Faktor für Typ-1-Diabetes ist. In einer Studie mit 12 058 Kindern in Finnland wurde der Einfluss einer Supplementierung von Vitamin D3 im 1. Lebensjahr auf die Diabetes-Inzidenz über einen Zeitraum von 30 Jahren verfolgt.

Dabei zeigte sich, dass Kinder, die im ersten Lebensjahr täglich 2000 IE Vitamin D3 erhalten hatten, im Vergleich zu den Kindern mit geringer dosierten Supplementierung ein um etwa 80% geringeres Risiko für Typ-1-Diabetes aufwiesen. Darüber hinaus hatten Kinder, bei denen im 1. Lebensjahr Rachitis auftrat, im Vergleich zu unauffälligen Kindern ein 3-fach höheres Diabetesrisiko.

Vitamin D wird im Körper selber produziert, wenn genügend Sonnenstrahlen auf die Haut auftreffen, oder es kann in sehr geringem Masse über die Nahrung aufgenommen werden. Die heutigen Lebensbedingungen (Sonnenschutz zur Verhinderung von Sonnenbrand, Luftverschmutzung, Essgewohnheiten) führen aber zu einem alarmierenden Vitamin-D-Mangel. Weit mehr als 50% der Bevölkerung weisen nach neuen Untersuchungen einen Vitamin D Mangel auf. Diese Erkenntnisse und die positiven Effekte von Vitamin D auf die Gesundheit führen dazu, dass Vitamin D von Experten als günstigste Gesundheitsvorsorge in jedem Alter betrachtet wird.

Dr. Wild & Co. AG, 4132 Muttenz  
[www.wild-pharma.com](http://www.wild-pharma.com)



Natürlicher Schutz für die Nasenschleimhaut

## Emser® Nasenspray und Emser® Nasentropfen

- befeuchten und befreien die Nasenschleimhaut bei vermehrter Schleim- und Krustenbildung, Allergenbelastung und Reizung durch trockene Heizungsluft, Klimaanlage etc.
- unterstützen durch ihre Mineralstoff- und Spurenelementkombination die Schleimhautfunktion
- stärken die lokale Abwehrkraft
- enthalten wertvolles Hydrogencarbonat mit wichtigen Zusatzfunktionen: Sie verflüssigen zähes Sekret und neutralisieren saure Stoffwechselprodukte



Mit Natürlichem Emser Salz – frei von Konservierungsmitteln

SIEMENS & CO, D-56119 Bad Ems

[www.emser.ch](http://www.emser.ch)

Es ist Zeit für Harmony.

Harmony Brustpumpe – jetzt solange Vorrat oder bis zum 30. April 2010 mit Sonderangebot im Fachgeschäft erhältlich.

C'est le temps de Harmony.

Tire-lait Harmony – offre promotionnelle dans votre magasin spécialisé jusqu'au 30 avril 2010 ou jusqu'à épuisement du stock.



[www.medela.ch](http://www.medela.ch)

medela

No. 1 choice of hospitals & mothers

**MS** Schweizerische Multiple Sklerose Gesellschaft

### Zeit spenden – Freiwilligenarbeit leisten!

Mit einem Einsatz in einem MS-Gruppenaufenthalt. Herzlichen Dank.



[freiwilligenarbeit@multiplesklerose.ch](mailto:freiwilligenarbeit@multiplesklerose.ch)  
Telefon 043 444 43 43  
[www.multiplesklerose.ch](http://www.multiplesklerose.ch)



**rajoton<sup>plus</sup>**  
alkoholfrei

- Stärkungsmittel mit langjähriger Tradition, zur erfolgreichen Unterstützung während der Schwangerschaft und in der Stillzeit
- reich an Eisen, Kalzium, Magnesium und Vitamin C
- mit ausgesuchten Kräuterextrakten

**rajoton<sup>plus</sup>**  
alkoholfrei

Bitte senden Sie mir mehr Informationen:

Name: \_\_\_\_\_

Strasse: \_\_\_\_\_

PLZ/Ort: \_\_\_\_\_

Beruf: \_\_\_\_\_



**Kräuterhaus Keller Herboristerie**

1227 Carouge-Genève

Tel. 022 300 17 34, Fax 022 300 36 79