

**Zeitschrift:** Hebamme.ch = Sage-femme.ch = Levatrice.ch = Spendrera.ch  
**Herausgeber:** Schweizerischer Hebammenverband  
**Band:** 110 (2012)  
**Heft:** 10  
  
**Rubrik:** Neues aus der Forschung

#### **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:** 05.02.2026

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

# Neues aus der Forschung

Anne M. Howarth, Nicola Swain and Gareth J. Treharne, Universität von Otago, Neuseeland

*Erstmalige Mütter, die persönliche Verantwortung für ihr Wohlbefinden übernehmen, sind zufriedener mit der Geburt (Taking personal responsibility for well-being increases birth satisfaction of first time mothers).*

Erschienen in: Journal of Health Psychology, November 2011, 16: 1221–1230

## Zusammenfassung

Die Studie hat gezeigt, dass Zufriedenheit mit der Geburt die Fähigkeit von erstgebärenden Frauen, ihre Identität als Mutter zu entwickeln, verbessert, was in der Konsequenz das psychosoziale Wohlbefinden der ganzen Familie positiv beeinflusst. Bis-her gibt es wenige Untersuchungen dazu, welche Vorstellungen die Mütter von einer zufriedenstellenden Geburt haben.

Ziel dieser Studie war es, verstärkte Einsichten in die Geburtserfahrungen von neuseeländischen Frauen nach der ersten Geburt zu erlangen. Dazu wurden zehn Mütter interviewt, die zwischen der 36. und 41. Schwangerschaftswoche vaginal geboren hatten und durchgängig von einer Hebamme betreut wurden. Die Interviews wurden mit einer phänomenologischen Form der thematischen Analyse ausgewertet.

Aus den Ergebnissen konnten drei Hauptthemen eruiert werden: persönliche Verantwortung; Beziehungsaspekte und Sicherheitsnetz. In diesem Artikel liegt der Fokus auf dem Übernehmen von persönlicher Verantwortung. Die Subthemen Informationen suchen; persönliche Anpassung und Vorbereitung; gewünschte Ge-

burtoption; Umgebung und Atmosphäre; persönliche Kontrolle während der Geburt veranschaulichen das Hauptthema.

Jene Studienteilnehmerinnen, die das «neoliberalistische Ideal» von persönlicher Verantwortung als gut informiert und gut vorbereitet für jede Art von Geburtserfahrung schilderten (oder beschrieben, bezeichneten), waren im Hinblick auf die Geburt ihres Kindes sicherer und besser dazu in der Lage, die Geburt zu bewältigen, unabhängig davon, wie sie verlaufen war.

*Zusammenfassung und Übersetzung:  
Wolfgang Wettstein*

*Was charakterisiert Frauen, die möglichst natürlich, ohne Schmerzmittel und Interventionen, gebären wollen? (What characterizes women who want to give birth as naturally as possible without painkiller or interventions?)*

Tone Kringeland, Anne Kjersti Daltveit, Anders Møller

Erschienen in: Sexual & Reproductive Healthcare, Volume 1, Issue 1, February 2010, S. 21–26

*Studienziel:* Beschreibung der Charakteristika von schwangeren Frauen, die möglichst natürlich, ohne Schmerzmittel und Interventionen, gebären wollen

*Studiendesign:* Nationale Kohortenstudie

*Setting:* Norwegisches Institut für Public Health

*Untersuchte Gruppe:* 55 859 schwangere Frauen, die im Zeitraum von 1999 bis 2007 antenatale Betreuung in Anspruch nahmen

*Methoden:* Mit einem Fragebogen in der 30. Schwangerschaftswoche wurden Daten zum Interesse der Frauen an einer natürlichen Geburt und zu einer Gruppe von möglichen Prädiktoren erhoben und mit Daten des Medizinischen Geburtsregisters Norwegens kombiniert.

*Wichtigste Masseinheiten für das Resultat:* Natürliche Geburt und Charakteristika von schwangeren Frauen, die natürlich gebären wollen.

*Resultate:* Interesse an einer natürlichen Geburt wurde über den beobachteten Zeitraum konsistent von 72 Prozent der Frauen geäussert. Positive Erfahrungen mit einer früheren Geburt, Erstgeburt, Zweitgeburt oder spätere Geburt, keine Angst vor der Geburt, und positive intra-psychische Phänomene (wie Selbstbewusstsein oder Lebenszufriedenheit), können signifikant in Verbindung mit dem Wunsch nach

einer natürlichen Geburt gebracht werden.

*Schlussfolgerung:* Positive Erfahrungen mit früheren Geburten und keine Angst vor der Geburt sind die beiden wichtigsten Faktoren, die den Wunsch nach einer natürlichen Geburt beeinflussen. Diese Aspekte sollten im Gesundheitswesen angemessen berücksichtigt werden.

*Zusammenfassung und Übersetzung:  
Wolfgang Wettstein*



## Gut aufgehoben bei SWICA

**Bei Ihrer Gesundheitsvorsorge sind Sie bei SWICA in guten Händen. Sie erhalten grosszügige finanzielle Beiträge aus den Zusatzversicherungen an Ihr Engagement für einen gesunden Lebensstil. Mitglieder des Schweizerischen Hebammenverbands (SHV) erhalten diese zu Sonderkonditionen.**

Als ganzheitliche Kranken- und Unfallversicherung hat sich SWICA seit jeher für die Gleichberechtigung von Schul- und Komplementärmedizin eingesetzt. Deshalb leistet sie aus der Zusatzversicherung COMPLETA TOP grosszügige Beiträge an komplementärmedizinische Behandlungen. Hinzu kommen Leistungen an Kuren, Brillen, Zahnstellungskorrekturen bei Kindern sowie Medikamente, die von der Grundversicherung nicht übernommen werden.

### Zusatzversicherung garantiert Deckung

SWICA empfiehlt ihren Versicherten eine COMPLETA TOP abzuschliessen, weil die fünf Methoden, die seit Anfang Jahr wieder in den Leistungskatalog der Grundversicherung aufgenommen wurden (Neuraltherapie, Phytotherapie, anthroposophische Medizin, Traditionelle Chinesische Medizin, Homöopathie) nur übernommen werden, wenn sie von einem Arzt durchgeführt wurden. Hinzu

kommt, dass die Aufnahme der Komplementärmedizin provisorisch für sechs Jahre befristet ist. COMPLETA TOP anerkennt Behandlungen durch Therapeuten.

### Mehrkosten vermeiden

Auch die Spitalversicherung HOSPITA ist ein wichtiger Versicherungsschutz. Wer sich in einem ausserkantonalen Spital behandeln lässt, braucht eine Spitalversicherung, um das Risiko von Mehrkosten auszuschliessen. Die Grundversicherung bezahlt nur den Tarif der Listenspitäler des Wohnkantons. Zudem ermöglicht die HOSPITA halbprivat und privat die Wahl eines Einer- oder Zweierzimmers, freie Arztwahl und bevorzugte Behandlung. HOSPITA deckt auch Zusatzleistungen wie eine Haushaltshilfe während und nach dem Spitalaufenthalt sowie die Verlegung oder Repatriierung.

### Doppelt profitieren

Die Mitglieder des Hebammenverbands und ihre im gleichen Haushalt lebenden Familienangehörigen profitieren doppelt beim Abschluss einer Spitalversicherung HOSPITA. Sie erhalten einen attraktiven Rabatt auf die HOSPITA und kommen gleichzeitig in den Genuss des Abschlussaltertarifs: Der SWICA-Kunde bezahlt ab dem 46. Lebensjahr das ganze Leben jeden Tarif, zu dem er die Versicherung abgeschlossen hat. Die Prämien steigen

nicht alle fünf Jahre sprunghaft an, sondern werden lediglich der tatsächlichen Kostenentwicklung angepasst. Somit bleibt die Spitalversicherung auch im Alter finanziell tragbar – gerade dann, wenn man sie braucht.

# SWICA

### Kollektivvertrag mit SWICA

Die Mitglieder des Schweizerischen Hebammenverbands (SHV) und deren Familienangehörige erhalten die Spitalversicherung HOSPITA und die Zusatzversicherung COMPLETA TOP zu Sonderkonditionen.

Rufen Sie die Gratisnummer 0800 80 90 80 an und lassen Sie sich beraten oder schreiben Sie eine E-Mail: [swica@swica.ch](mailto:swica@swica.ch) – Erwähnen Sie, dass Sie SHV-Mitglied sind.

Sie finden die Informationen auch auf der Internetpartnerseite:  
[www.swica.ch/de/shv](http://www.swica.ch/de/shv)

Über den integrierten Prämienrechner können Sie Ihre individuelle Offerte berechnen, in denen Ihre Sonderkonditionen gemäss Kollektivvertrag bereits berücksichtigt sind. Den Kontakt zum SWICA-Berater können Sie mit einem Formular einfach und schnell anfordern.

## **2. Winterthurer Hebammensymposium**

«Hebamme der Zukunft: innovativ - vernetzt - reflektiert»

**Samstag, 19. Januar 2013, 9.30 bis 16.30 Uhr**

Es erwarten Sie namhafte Referierende aus Praxis, Wissenschaft und Lehre. Sie alle sind Hebammen und kennen den Berufsalltag in der Klinik, im Geburthaus oder freischaffend. Am 2. Winterthurer Hebammensymposium präsentieren sie Ihnen neues Wissen zu spezifischen Hebammenthemen.

In einem moderierten Podium stellen zudem Hebammen ihre Vorstellungen und Erwartungen an eine «Hebamme der Zukunft» zur Diskussion.

**Information und Anmeldung: [www.gesundheit.zhaw.ch/Hebammensymposium](http://www.gesundheit.zhaw.ch/Hebammensymposium) oder Sekretariat Weiterbildung, Telefon 058 934 74 40**



Zürcher Fachhochschule



**Burgerstein Schwangerschaft & Stillzeit:**

# **Vorsorge für zwei.**

Burgerstein Schwangerschaft & Stillzeit deckt den erhöhten Bedarf der Mutter an Mikronährstoffen während der Schwangerschaft und Stillzeit und unterstützt damit die gesunde Entwicklung des Kindes.

**Tut gut. Burgerstein Vitamine**  
Erhältlich in Ihrer Apotheke oder Drogerie.



## Entdeckungsreise zur weiblichen Mitte

Ausbildung zur dipl. Beckenbodenkursleiterin nach dem BeBo®-Konzept

Die BeBo®-Ausbildung zur dipl. Beckenbodenkursleiterin wird seit 1996 angeboten und ist ein Gütezeichen für eine fundierte Ausbildung für Fachleute mit gutem Hintergrundwissen. Mit den Fachbüchern «Entdeckungsreise zur weiblichen Mitte» und «Beckenbodentraining für den Mann» ist es uns gelungen, die Grundlage für qualitativ hoch stehende Kurse zu gewährleisten.

Der Beckenboden ist heute in der Therapie oder Prävention nicht mehr wegzudenken. Der Lehrgang wird als Zusatzangebot für Hebammen, als Ergänzung in der Physiotherapie, für med. Praxis-assistentinnen und für Bewegungstherapeuten empfohlen. Die Anforderungen an die Kursleiterinnen sind hoch und je nach Ausbildung braucht es eher theoretische- oder praktische Zusatzkomponenten.

Achtsamkeit und Geduld mit den Teilnehmerinnen sind gefordert, um den leider immer noch überwiegend tabuisierten Beckenboden-Muskel (wieder) zu wecken und zu integrieren. Ein Re-

pertoire an Übungen ist gefragt, um das Training spannend und motivierend zu gestalten. Das verantwortungsvolle Üben, um anschliessend sicher und kreativ das Gelernte weiterzugeben muss für jede motivierte Kursleiterin selbstverständlich sein. Das bewährte BeBo®-Konzept ist einfach zu erlernen sowie auch einfach in der Anwendung, bzw. beim Unterrichten. Dank dauernder Weiterbildung im In- und Ausland sind die Kurse laufend dem neuesten Kenntnisstand angepasst. Alle Inhalte des Lehrgangs werden durch kompetente Beckenboden-Fachfrauen vom BeBo® Ausbilderinnen-Team vermittelt.

Erweitern Sie Ihr Angebot – erfahren Sie wie geheimnisvoll und lernfähig Ihr Muskel ist, wie differenziert Sie ihn wahrnehmen können – und geben Sie dieses wertvolle Wissen an Ihre Teilnehmerinnen weiter.

Weitere Informationen und Anmeldemöglichkeiten bietet die Internetseite [www.beckenboden.com](http://www.beckenboden.com) oder [info@beckenboden.com](mailto:info@beckenboden.com).

### BeBo® Verlag & Training GmbH

Friedackerstrasse 52  
CH-8050 Zürich  
Tel. +41 (0)44 312 30 77  
Fax +41 (0)44 312 30 55  
[info@beckenboden.com](mailto:info@beckenboden.com)  
[beckenboden.com](http://beckenboden.com)



## Stillen und Arbeiten

Mit der Geburt eines Babys beginnt ein neuer Lebensabschnitt. Mit dem Entscheid zurück zur Arbeit zu kehren, muss die wachsende Familie vieles unter einen Hut bringen. Eine sorgfältige Planung erleichtert es den jungen Familien, das Stillen vom Baby und den Berufsalltag der Mutter zu vereinbaren. Der Neuanfang am Arbeitsort verlangt Flexibilität, eine Portion Organisations-talent und die Unterstützung vom Umfeld. Medela unterstützt Sie mit innovativen Produkten in dieser wichtigen Zeit.

### Medela 2-Phasen-Milchpumpen schenken Ihnen wertvolle Zeit

Die leisen und effizienten 2-Phasen-Milchpumpen im handlichen und preisgekrönten Design ermöglichen es der Mutter in kürzerer Zeit mehr

Milch komfortabel abzupumpen. Dabei imitieren diese den natürlichen Saugrhythmus der Babys. Medela Milchpumpen gibt es für jedes Budget welche Sie bequem überall hin mitnehmen können. Eine Medela 2-Phasen Doppel-Milchpumpe, halbiert die Pumpdauer und Studien zeigten, dass die Milchproduktion sogar gesteigert wird.

### Calma – der einzigartige Muttermilchsauger für Ihr Baby

Nach dem Abpumpen ist es wichtig eine passende Fütterungslösung für Muttermilch bereit zu haben: Calma ist für gestillte Babys der einzige Sauger, der es ihnen ermöglicht, ähnlich wie beim Stillen zu saugen, zu schlucken und zu atmen. Beim Stillen als auch mit Calma, das Baby

muss ein Vakuum aufbauen, damit Milch fließt. Mit Calma und den Milchpumpen von Medela erhält das Baby weiterhin Muttermilch – auch wenn das Stillen gerade nicht möglich ist.

**medela** 

Mehr Infos rund um's Stillen finden Sie unter: [www.medela.ch](http://www.medela.ch)

## Neutra-Medica

Der verlässliche Versicherungspartner im Medizinalbereich

Jede Berufsgattung ist anders, besonders in Versicherungsfragen. Um den versicherungstechnischen Ansprüchen der medizinischen und paramedizinischen Berufsgruppen gerecht zu werden, hat die Neutrass Versicherungs-Partner AG mit Sitz in Rotkreuz vor über 10 Jahren den Verein Neutra-Medica gegründet. Seit Beginn können die Vereinsmitglieder im Privat- und Geschäftsbereich von attraktiven Rahmenverträgen profitieren. Dabei wird nebst den günstigen Tarifen auch sehr genau auf die passende Versicherungsdeckung geachtet. Denn jede Versicherung ist nur gut, wenn sie auch zu den Bedürfnissen des Kunden passt! Dank unserem nationalen Netzwerk an qualifizierten Neutra-Medica-Beratern können Versicherungs- und Vorsorgelösungen beim Kunden vor Ort besprochen und ausgearbeitet werden. Denn nur wer seine Kunden kennt,

kann Ihnen auch die richtigen Empfehlungen abgeben. Ist die passende Lösung für das Vereinsmitglied gefunden, bietet das Neutra-Medica-Team den Vereinsmitgliedern zusätzlichen Support. Ob Unterstützung im Schadenfall oder Support bei der Versicherungsadministration, wir helfen gerne weiter.

Lassen Sie sich die Vorteile der Mitgliedschaft Neutra-Medica nicht entgehen und fordern Sie noch heute Ihr persönliches Angebot an. Besuchen Sie unsere Homepage [www.neutra-medica.ch](http://www.neutra-medica.ch) und bestellen Sie bequem von zu Hause aus Ihre Offerte oder finden die Kontaktangaben zu Ihrem nächstgelegenen Neutra-Medica-Berater!

Neutra-Medica – eine Mitgliedschaft, die sich lohnt!



**neutra medica**  
Verein für medizinische- und paramedizinische Berufe

**neutra-medica, c/o neutrass  
versicherungs-partner ag**  
schöng rund 26, 6343 rotkreuz  
tel. 041 799 80 50  
[info@neutra-medica.ch](mailto:info@neutra-medica.ch)  
[www.neutra-medica.ch](http://www.neutra-medica.ch)