

**Zeitschrift:** Hebamme.ch = Sage-femme.ch = Levatrice.ch = Spendrera.ch

**Herausgeber:** Schweizerischer Hebammenverband

**Band:** 114 (2016)

**Heft:** 7-8

**Artikel:** Von Genen, Stress und Kindsverlust

**Autor:** Azer, Miryam

**DOI:** <https://doi.org/10.5169/seals-949226>

### 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:** 12.01.2026

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

# Von Genen, Stress und Kindsverlust

Der diesjährige Schweizerische Hebammenkongress drehte sich um diese und weitere Fragen: Wie gross ist der Einfluss der Epigenetik? Wie der kindliche Darm optimal besiedelt? Wie wirken Nahrungsergänzungsmittel? Wie beeinflusst der Stress der Mutter ihr Baby? Und wie können Hebammen handlungsfähig bleiben, wenn ein Kind stirbt? .

Miryam Azer

«Das Kind im Fokus» lautete der Titel des Schweizerischen Hebammenkongresses von Mitte Mai, an dem in Rorschach 500 Hebammen und Interessierte teilnahmen. Einerseits wurden mit der Epigenetik, dem Mikrobiom und den Nahrungsergänzungsmitteln die Biologie und Chemie beleuchtet, andererseits kamen psychologische Themen wie Stressbewältigung von Mutter und Kind sowie der Umgang mit verstorbenen Kindern und deren Eltern zur Sprache. Durch den Tag führte Prof. Bettina Grubenmann, Dozentin für Sozialpädagogik.

## «Die Gene bestimmen nicht alles»

Isabelle Mansuy, ordentliche Professorin für Neuroepigenetik mit einer Doppelprofessur an der Universität und ETH Zürich, referierte unter dem Titel «Der Stoff, aus dem die Kinder werden» über die neusten Erkenntnisse zu Epigenetik und Mutterschaft und beleuchtete dabei die Biologie bis ins kleinste Detail. Die Epigenetik untersucht die Änderungen der Genfunktion, die nicht auf Mutation beruhen und dennoch an Tochterzellen weitergegeben werden. «Epigenetische Merkmale können Gene aktivieren oder ausschalten – die Gene bestimmen also nicht alles. Eineige Zwillinge können bspw. ganz unterschiedlich sein bezüglich Verhalten oder Stoffwechsel», präzisierte Isabelle Mansuy.

Unter anderem beeinflussen Ernährung, Lebensweise, Umweltverschmutzung, Drogen und Traumas den Menschen. Nach heutigem Wissensstand würden psychiatrische Krankheiten zwar nicht nur genetisch vererbt, sondern auch epigenetisch, was mit den erwähnten Faktoren zusammenhängt, die sich über Generationen hinweg auswirken. In Versuchen mit Mäusen konnte laut Isabelle Mansuy gezeigt werden, dass die Folgen von Stress und Trauma auch noch in späteren Generationen depressive und metabolische Symptome sowie Gedächtnisprobleme produzieren können. Doch es sind nicht nur negative, sondern auch positive Veränderungen möglich: «Traumaindizierte Symptome können bei Mäusen wieder rückgängig gemacht werden, das gilt wohl auch für Menschen bezüglich epigenetischen Merkmalen», so Isabelle Mansuy.

## Das Mikrobiom unter der Lupe

Dr. med. Lisa-Maria Werzin ging der Frage nach, wie der kindliche Darm optimal besiedelt wird. Ihr Referat basierte auf ihrer Diplomarbeit an der Universität Graz (Österreich) und richtete den Blick auf das Mikrobiom des Neugeborenen. Das Mikrobiom wird als Gesamtheit



Reges Kommen und Gehen:  
Die Kongressbesucherinnen  
pendelten zwischen dem  
Vortragssaal, den Ständen  
der Aussteller und den Ver-  
pflegungsinseln.

aller Mikroorganismen (insbesondere Bakterien) definiert, die im und am menschlichen Körper residieren. Es wird beeinflusst durch

- das maternale Mikrobiom: Es wird durch die Essgewohnheiten der Mutter während der Schwangerschaft bestimmt – wer sich bspw. vegetarisch ernährt, hat ein Mikrobiom mit wenig E-Coli-Bakterien.
- die Geburtsmodalität: Bei per Sectio geborenen Babys enthält das Mikrobiom mehr pathogene Bakterien (*Clostridium difficile*), und die verzögerte Besiedelung des Darms dieser Kinder ist bis zu ihrem siebten Lebensjahr nachweisbar.
- das Gestationsalter: Frühgeborene weisen ebenfalls eine verzögerte Kolonisation und eine höhere Anzahl an potentiell pathogenen Bakterien auf.
- die Ernährung: Die Muttermilch gilt als «Goldstandard»; bei der Fütterung mit Formula verzögert sich die Besiedelung des Babydarms mit Bifidobakterien.
- diätische Interventionsstrategien: Präbiotika lassen Bifidobakterien und Lactobacilli ansteigen, Probiotika senken die Permeabilität, Antibiotika verringern die Bifidobakterien und erhöhen die pathogenen Bakterien.

«Grundsätzlich lässt sich aus meiner Arbeit ableiten, dass ein suboptimal zusammengesetztes Mikrobiom des Neugeborenen nicht nur in sehr wahrscheinlicher Korrelation mit der Entwicklung von gastrointestinalen Erkrankungen steht, sondern auch mit einer erhöhten Neigung für atopische Erkrankungen einhergeht. Umgekehrt dazu kann aber auch nicht vollends davon ausgegangen werden, dass ein physiologisch zusammengesetztes Mikrobiom nur positive Effekte auf unseren Organismus ausübt», verdeutlichte Lisa-Maria Werzin.

#### **Beim Verabreichen von Eisen ist Vorsicht geboten**

In die Details der Nahrungsergänzungsmittel tauchte Udo Pollmer, Lebensmittelchemiker und wissenschaftlicher Leiter des Europäischen Instituts für Lebensmittel und Ernährungswissenschaften e. V., in seinem Referat «Gut gemeinte Absichten und ihre Folgen für Mutter und Kind» ein. Er thematisierte die Folsäure und das Calcium (siehe Artikel auf Seite 8) und berief sich dabei auf verschiedene internationale Studien. Außerdem sprach er über das in Schwangerschaft oft verabreichte Eisen: «Eisen sorgt dafür, dass sich fast alle Mikroorganismen vermehren können. Bei einer – vielleicht versteckten – Infektion nimmt der Körper das Eisen deshalb nicht auf», betonte er. Schwangere Körper würden sich vor allem im 3. Trimenon vor einer Erkrankung schützen, weshalb in dieser Zeit der Eisenwert sinkt.

#### **Wie der Stress der Mutter das Kind beeinflusst**

«Genetik und Epigenetik, psychologische Traits, frühere Erfahrungen, Entwicklungsprozesse und physische Bedingungen beeinflussen die Stresserfahrung jedes einzelnen und machen es damit leichter oder schwerer, mit Stress umzugehen. Daraus folgt eine physiologische Reaktion, die ein bestimmtes Verhalten produziert», zeigte Ulrike Ehlert auf. Sie hat eine Ordinaria für Klinische Psychologie und Psychotherapie am Institut für Psychologie der

**Edith Rogenmoser**

Frei berufliche Hebamme, Mitglied des Organisationskomitees des diesjährigen Hebammenkongresses



## **Liebe Leserin, lieber Leser**

«Das Kind im Fokus» – zu diesem Kongresstitel haben wir uns als Organisationskomitee (OK) vor über eineinhalb Jahren entschieden. Ein Schwerpunkt unserer Aufgabe war die Suche nach interessanten Referenten. Wir konnten mit Isabelle Mansuy eine Epigenetikerin gewinnen, die uns in einem sehr spannenden Vortrag ihre Erkenntnis näherbrachte: Was auch immer wir erleben, wir geben es durch unsere Gene an unsere Nachkommen weiter. Franziska Maurer hat uns durch ihre einfühlsame und professionelle Art gestärkt, damit wir Paare mit einem plötzlichen Kindsverlust begleiten können. Lisa-Maria Werzin stellte uns ihre Abschlussarbeit über das Mikrobiom des Neugeborenen vor.

Mit Udo Pollmer hatten wir einen Querdenker zu Themen wie Ernährung und Vitaminsubstition engagiert. Sein Credo lautet: «Glauben Sie nicht jeden Mist, der Ihnen erzählt wird!» Ulrike Ehlert referierte darüber, wie sich Stress in der Schwangerschaft auf das ungeborene Kind auswirkt. Schliesslich zeigte uns Regula Utzinger Hug, wie Babys mit Stress umgehen, und präsentierte dazu Lösungsansätze. Unter der professionellen Moderation von Prof. Dr. Bettina Grubenmann konnten angeregte Diskussionen zu den Vorträgen geführt werden.

Nach der Delegiertenversammlung, die in die Geschichte eingehen wird, verbrachten wir einen wunderschönen Abend auf dem altehrwürdigen Dampfschiff Hohentwiel. Auch Petrus war uns wohlgesinnt, die Sonne zeigte sich bei der Abfahrt, und wir konnten einen schönen Sonnenuntergang am Bodensee erleben.

Beinahe 500 Hebammen haben am Kongress teilgenommen – es freut uns sehr, dass wir so viele Hebammen in der Ostschweiz begrüssen durften. Ein ganz herzliches Dankeschön gilt all unseren Helferinnen und meinen Kolleginnen vom OK; wir hatten eine wunderbare Stimmung unter uns und haben super harmoniert!

Herzlich, Edith Rogenmoser

Universität Zürich und sprach über «Stress lass nach – psychobiologische Konsequenzen für das Kind». Sie bemängelte, dass die Plazenta in vielen Büchern über Endokrinologie nicht erwähnt sei, obwohl sie eine wichtige Rolle spielt – wenn auch nur temporär. Denn diese wandelt mithilfe eines bestimmten Enzyms einen Teil des im Kreislauf der Mutter vorhandenen Kortisolins in Kortison um und schützt das Ungeborene damit vor Stress.

Ein standardisierter Stresstest, in dem die Probanden eine öffentliche Rede halten und Kopfrechnen mussten, zeigte, dass Frauen im 2. Trimeon der Schwangerschaft – im Vergleich zu Schwangeren im 3. Trimeon – weniger heftig reagierten, aber eine längere Erholungsphase aufwiesen. Alle Testpersonen hatten vor der Schwangerschaft keine psychischen Probleme. Frauen, die nach der Geburt schlechter gestimmt waren, hatten während der Schwangerschaft höhere Kortisolwerte, also mehr Stresserleben aufgewiesen. «Dementsprechend können auch Frauen, die sich während der Schwangerschaft unauffällig verhalten, postpartal Symptome zeigen», verdeutlichte Ulrike Ehlert.

Umgekehrt wurden auch Kinder mittels Stresstest und Befragung der Eltern untersucht, deren Mütter eine unauffällige Schwangerschaft durchlebten, bei denen eine pränatale Tokolyse oder eine pränatale Tokolyse und Betamethason eingesetzt wurden. «Die Kinder der letzten Gruppe zeigten deutlich die höchsten Angstwerte.» Deshalb appellierte Ulrike Ehlert dafür, Betamethason mit viel Überlegung einzusetzen.

#### **Wieder handlungsfähig werden**

Franziska Maurer, Hebammme MSc und Lehrbeauftragte von kndsverlust.ch, der Fachstelle Kindsverlust während Schwangerschaft, Geburt und erster Lebenszeit, referierte zum Thema «Gelebte Beziehung – Hebammen unterstützen Eltern im Kontakt zu ihrem verstorbenen Kind». Sie nannte zwei Arten, auf ein Kind zu schauen: analysierend/taxierend, was Distanz erfordert, und weich/offen, was Kontakt und Beziehung ermöglicht. «Was geschieht mit unserem Schauen, wenn ein Kind während der Schwangerschaft oder nach der Geburt stirbt? Wohin richten wir unseren Blick?», fragte sie die Anwesenden. Stirbt ein Kind, werde das Kontinuum Elternschaft vorübergehend unterbrochen, «alles Vorbereitete läuft ins Leere». Eltern – und auch Hebammen – seien erschüttert, überwältigt und erst einmal

Bilder von oben:

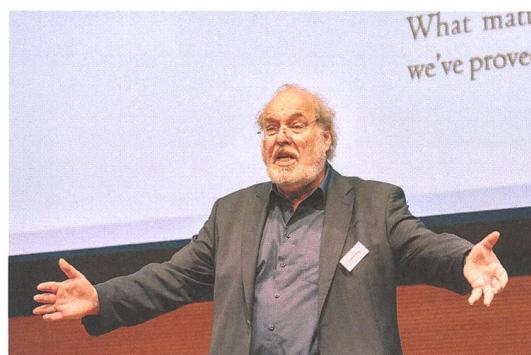
**Franziska Maurer** forderte die Hebammen auf, beim Tod eines Kindes nicht auf die Schockreaktion der Eltern einzusteigen, sondern sich erst einmal um sich selbst zu kümmern.

In ihrem Referat klärte Dr. med. **Lisa-Maria Werzin** über die optimale Besiedelung des kindlichen Darms auf.

Gerade bei Schwangeren im 3. Trimeon sei die Verabreichung von Eisen zu hinterfragen, so **Udo Pollmer**.

**Regula Utzinger Hug** zeigte auf, wie sie Babys dabei hilft, sich aus Rückzug und Erstarrung zu befreien.

Auch Frauen, die sich während der Schwangerschaft unauffällig verhalten, könnten postpartal psychische Symptome zeigen, erklärte **Ulrike Ehlert**.



überfordert. Der erste Schock könne zu Kampf- und Fluchtmpulsen, hoher Erregung und starkem Beschleunigungsdrang führen. Durch die Erkenntnis, nicht entfliehen zu können, kehre wieder etwas Ruhe ein, Betroffene spürten ihren eigenen Körper wieder etwas mehr, und der Kontakt zu anderen Menschen werde wieder möglich. Das Realisieren beginne.

«Hebammen sind – wie alle beteiligten Fachpersonen – diejenigen, die schneller wieder mit sich selber in Kontakt und in einen Handlungszustand kommen müssen. Hier gilt es, sich selbst zu fragen: Wie werde ich als Hebamme wieder handlungsfähig?» Um dies zu demonstrieren, leitete Franziska Maurer die Anwesenden in einer kurzen Übung über deren Wahrnehmung zu sich selbst und zu ihrem Körper, um sie schliesslich einen Zustand finden zu lassen, in dem sie gleichzeitig bei sich und im Raum präsent sein konnten. Für Hebammen sei es wichtig, zu wissen, dass sie ebenfalls durch die Ereignisse schockiert sind, dass sie sich erst einmal um sich selbst kümmern müssen und nicht auf die Schockreaktionen der Eltern einsteigen sollten. Es gelte, zu schauen, was vor dem Ereignis vorgesehen war und was davon jetzt noch möglich ist. Wie kann bspw. der Bondingbogen zu Ende gelebt werden? «Hebammen leben den Eltern vor, wie man dem Kind begegnen kann – auf Distanz oder in zugewandtem Kontakt», stellte Franziska Maurer klar.

### Babys aus der Erstarrung begleiten

Hebamme Regula Utzinger Hug beschäftigt sich schon lange mit der Frage, wie Babys mit Stress und Lebensbedrohung umgehen. Sie konnte beobachten, dass Babys, die eine komplikationslose Geburt hinter sich hatten, stundenlang schrien, während sich andere nach langen und schmerzhaften Geburten mit zusätzlichen Interventionen sehr ruhig und schlafend verhielten. Schliesslich entdeckte sie ein System, das ihre Vermutungen bestätigte: das dreiteilige Nervensystem (Polyvagales System). Dominiert bei einem Baby der ventrale Vagusnerv, der grösste Nerv des Parasympathikus', erlebt es Wohlbefinden und fühlt sich in Sicherheit. Erfährt ein Baby hingegen Angst, Stress und Schmerzen oder befindet es sich in Gefahr, wird sein Sympathikus aktiviert, der die Kampf- und Fluchtmechanismen auslöst. Da das Baby aber weder kämpfen noch fliehen kann, bleibt die bereitgestellte Energie im Körper zurück.

«Babys haben nur eine Möglichkeit, um sich von diesem innerlichen Stress und dieser innerlichen Unruhe zu befreien: indem sie sich zurückziehen und innerlich erstarren», so Regula Utzinger Hug. In diesem Zustand sei der dorsale Vagus aktiviert, der eine Immobilisation bewirkt. Ausserdem folge oft die Dissoziation, in der Babys sich von ihrem körperlichen Erleben und ihren Gefühlen abspalten. Um aus diesem Zustand herauszufinden, sei es für betroffene Babys wichtig, die emotionale Präsenz ihrer Mütter zu spüren. «Zudem brauchen sie Hilfe bei der Entladung ihrer Energien. Dies geschieht dadurch, dass die Bewegungsabläufe der Babys begleitet werden», erklärte Regula Utzinger Hug. Sie setzte sich vor einigen Jahren dafür ein, dass das Polyvagale System in die Geburtshilfe aufgenommen wird. Heute ist sie überzeugt: «Der Schlüssel dieser Lösung liegt nicht in der Veränderung der heutigen Geburtshilfe, sondern in

### Sieben Poster im Wettbewerb



Die Gewinnerinnen Tabea Glauser, Anna Ziegler und Franziska Maurer (v. l.) mit Andreas Grüter von der Swica, Regionalagentur Rorschach.

Dieses Jahr waren am Hebammenkongress in Rorschach in den zwei Kategorien Hebammenforschung und Hebammenprojekt insgesamt sieben Poster ausgestellt. Eine Jury bestimmte pro Kategorie je ein Gewinnerposter, das mit einem Preis im Wert von CHF 1000.– honoriert wurde, gestiftet von der Swica. Yvonne Meyer, Mitglied des SHV-Zentralvorstandes, Tamara Bonc-Brujevic, Hebamme Msc, und Claudia Putscher-Ulrich, Leiterin Kompetenzgruppe Skills am Institut Hebammen der ZHAW, bekleideten die Jury.

In der Kategorie Hebammenforschung gewann Franziska Maurer, Hebamme MSc, Trauerbegleiterin und Dozentin: «Die Bedeutung des Innehaltens – sachkundige Familienbegleitung bei perinatalem Kindstod». Der Preis in der Kategorie Hebammenprojekt ging an Anna Ziegler, Pflegeexpertin MScN, und Tabea Glauser, Berufsbildnerin Maternité, beide Hirslanden Salem-Spital, Bern: «Clinical Assessment im Transfercoaching».

### Miryam Azer

Die Gewinnerposter sind abrufbar unter [www.hebamme.ch](http://www.hebamme.ch) › Hebammen › Hebammenforschung

der Art und Weise, wie wir die Frauen bereits während der Schwangerschaft stärken, indem wir sie in ihre körperlichen Fähigkeiten und ihre innere Sicherheit hinführen.»

Nächstes Jahr wird der Schweizerische Hebammenkongress in Genf stattfinden. Dany Aubert-Burri, Präsidentin der Sektion Genf, warb für den Kongressort zwischen Weinreben und See und unterstrich die Nähe zum Flughafen. Thema wird «Die Hebamme als Initiatorin der Veränderung» sein.

Weitere Bilder unter [www.hebamme.ch](http://www.hebamme.ch) › Hebammen › Kongress › Kongress 2016: Rorschach