



## Strategien gegen die Geburtsschmerzen

*Dr. med. Babett Ramsauer*

*Kommissarische Leiterin der Klinik für Geburtsmedizin – Perinatalzentrum –  
des Vivantes-Klinikums Berlin-Neukölln*

Geburtsschmerzen gehören zur Geburt... nein, an dieser Einstellung hat sich etwas geändert. Schmerzen werden als unvermeidliche Begleiter einer Geburt von vielen Frauen nicht mehr akzeptiert; jede zweite Frau erhält heute auch bei normalen Geburten eine Schmerzmittelgabe, sei es ein krampflösendes oder schmerzstillendes Mittel, eine Blockade der Nerven oder auch eine Narkose. „Wenn eine Frau Hilfe gegen die Geburtsschmerzen braucht, dann bekommt sie sie auch. Wenn dabei die Frauen die Möglichkeit bekommen, ihre Schmerzen selbst zu kontrollieren, dann reduziert das die Angst und verringert letztlich den Bedarf an Schmerzmitteln“, betont Dr. med. Babett Ramsauer von der Klinik für Geburtsmedizin des Vivantes-Klinikums Berlin-Neukölln, auf der Pressekonferenz zum 26. Deutschen Kongress für Perinatale Medizin.

### Woher kommen die Schmerzen?

Wie stark die Schmerzen während der Geburt sind, das ist von vielen Faktoren abhängig: Von der Heftigkeit der Wehen, von Problemen, die im Verlauf der Geburt auftreten, von der Geschwindigkeit, mit der sich der Muttermund öffnet und davon, ob die mütterlichen Geburtswege groß genug sind für den Kopf des Kindes. Aber viel interessanter ist es im Hinblick auf die Schmerzbewältigung, die allgemeine körperliche Gesundheit und Fitness der Mutter, das Ausmaß ihrer Erschöpfung und ihre Angst zu betrachten. Weiterhin spielen Alter der Mutter, Herkunft, Anzahl der vorhergehenden Geburten und die Erfahrungen mit Schmerzen im bisherigen Leben eine Rolle. Den Zusammenhang zwischen Angst, Spannung und Schmerz hat schon der berühmte englische Geburtshelfer Grandly Dick-Read (1890 - 1959) hervorgehoben, der Pionier der „natürlichen Geburt“.

### Schmerzlinderung ohne Arzneimittel

Es gibt viele unterschiedliche Möglichkeiten, mit Geburtsschmerzen umzugehen und für Erleichterung zu sorgen. So werden den meisten Kreißsälen Akupunktur, Homöopathie und Massagen angeboten. Sie können im Einzelfall Erleichterung bringen; bei anderen Frauen dagegen sind diese sanften Methoden wirkungslos, so Babett Ramsauer. Bei manchen Frauen werden die Wehen in der Geburtswanne erträglicher, bei anderen dagegen stellt die Entspannungswanne eine zu starke Beeinträchtigung der Bewegungsfreiheit dar, so dass der Versuch abgebrochen werden muss. Gleiches gilt auch für unterschiedliche Geburtsstellungen. Manche Frauen schwören auf Geburtshocker, Vierfüßlerstand oder Schlaufe, andere merken während der Geburt, dass sie sich zwischen den Wehen eigentlich nur im

## 26. Deutscher Kongress für Perinatale Medizin

ICC Berlin • 5.-7. 12.2013

### Kongresspräsident:

Prof. Dr. med. Klaus Vetter

### Pressekonferenz:

Montag, 2. 12. 2013  
14.00 bis 15.30  
MCI Konferenzraum  
Markgrafenstr. 56  
10117 Berlin

### Pressebetreuung:

Do., 5.12.2013, 9.00 Uhr bis 16.00 Uhr  
Fr., 6.12.2013, 9.00 Uhr bis 16.00 Uhr

### Pressekontakt:

Dr. med. Susanna Kramarz  
Oldenburgallee 60  
14052 Berlin  
Tel: 030 – 308 123 11  
Fax: 030 – 818 786 18  
[perinataalkongress2013@texte-fuer-medien.de](mailto:perinataalkongress2013@texte-fuer-medien.de)

Liegen entspannen können. Eine große Hilfe ist es, wenn eine Frau eine Begleitung hat, die Sicherheit ausstrahlt und auf die sie sich verlassen kann. Das kann die Hebamme sein, aber auch der Partner oder eine andere vertraute Person.

### **Schmerzlinderung mit Arzneimitteln**

Häufig werden in der Geburtsmedizin klassische Schmerzmittel, krampflösende Medikamente oder auch stark wirkende Opioide angewandt. Allerdings wirken viele klassische Schmerzmittel nicht, oder sie beeinträchtigen die Wachheit oder vermindern die Stärke der Wehen. Die Schmerzen völlig auszuschalten, zum Beispiel mit einer Betäubung der Nervenbahnen durch eine Periduralanästhesie, ist vielen Schwangeren ein zu starker Eingriff in den Geburtsablauf.

Das Einatmen von Lachgas im Gemisch mit Sauerstoff über eine Atemmaske ist eine moderne Methode, die vielen Frauen erhebliche Erleichterung unter der Geburt verschafft. Auf dem 26. Deutschen Perinatkongress wird die Methode in mehreren Vorträgen vorgestellt und diskutiert. Lachgas wurde bereits früher viel in der Geburtshilfe eingesetzt. Allerdings ist es lange Zeit in Deutschland aus der Mode gekommen, während es in anderen Ländern wie Großbritannien, Kanada, Australien und Finnland bei fast jeder zweiten Geburt eingesetzt wird.

Die festgelegte Mischung aus 50% Sauerstoff und 50% Lachgas verhindert, dass die Mutter in eine Narkose versetzt wird und das Baby zu wenig Sauerstoff bekommt. In mehreren Untersuchungen konnte gezeigt werden, dass diese Sauerstoff-Lachgas-Mischung das Kind bei der Anwendung unter der Geburt nicht schädigt. Es dämpft lediglich den Geburtsschmerz so weit ab, dass die Frau sich wieder auf die Geburt konzentrieren kann und bei den Wehen nicht mehr vom Geburtsschmerz überwältigt wird. Die Dosierung durch die Gebärende, die die Atemmaske selber hält, führt sogar dazu, dass weniger Schmerzmittel gebraucht wird: „Wir schätzen dieses moderne Verfahren sehr,“, betont Babett Ramsauer. „In vielen Fällen können wir auf weitere Schmerzmittel, andere Methoden und sogar auf PDAs verzichten. Außerdem ist die Methode sehr zeitgemäß, denn die Frau behält die Entscheidung darüber, wann und wieviel Erleichterung sie braucht, in den eigenen Händen.“

© DGPM 2013

*Ihre Ansprechpartnerin:*

*Dr. med. Babett Ramsauer, Kommissarische Leiterin der Klinik für Geburtsmedizin – Perinatalzentrum – des Vivantes-Klinikums Berlin-Neukölln, Rudower Str. 48 12351 Berlin.*