

Bindung nach einem Kaiserschnitt

Gerade bei werdenden Mehrlingseltern ist je nach Anzahl der Mehrlinge die Wahrscheinlichkeit eines Kaiserschnitts höher und meist vorab bekannt. Schwere Geburten oder (Not)-Kaiserschnitte sind für Kind und Mutter nicht selten ein traumatisches Erlebnis, in denen die ersten wichtigen Stunden des Bondings (Anm. d. Red.: Mutter-Kind-Bindung) verloren gehen.

Holt Euch diesen magischen Moment!

So werden nicht nur die ersten magischen Momente direkt nach der Geburt quasi „gestohlen“, sondern es kann auch passieren, dass die Mutter-Kind Bindung einen holprigen Start mit sich bringt und sowohl Mutter als auch Kinder ein Geburtstrauma entwickeln. Das Baby kann dies durch Trinkprobleme, Unruhe oder verstärktes Schreien äußern, während die Mutter Schwierigkeiten hat, in ihre neue Rolle zu finden und sie neben den körperlichen Verletzungen auch seelische Narben davon tragen kann.

Umso wichtiger ist es, dass die Mütter und ihre Babys in dieser Zeit unterstützt werden und es Möglichkeiten gibt, das Bonding nachzuholen. Hier gibt es verschiedene Möglichkeiten, die Eltern in Betracht ziehen können:

Erste Bindung direkt nach dem Kaiserschnitt - Das Bonding Top

Um die Bindung direkt nach dem Kaiserschnitt zu fördern, ist das Bonding-Top oder auch Sectio Top oder auch Känguru-Tuch genannt eine Option. Dieses elastische Tuch kann der Mutter vor der Operation über den Oberkörper gestreift werden. Sobald das Baby auf die Welt geholt wurde, wird es zwischen der Haut der Mutter und dem Tuch platziert, so dass der Erstkontakt sofort aufgebaut werden kann. Dabei wird

das Neugeborene mit mäßigem Druck in beliebiger Position gehalten, das Baby ist ruhig, da es weiterhin in der gewohnten Enge liegen kann, wird warm gehalten und hat direkten Körperkontakt mit der Mutter.

Die Tücher gibt es in verschiedenen Größen und Farben und sie können auch bei Mehrlingsgeburten eingesetzt werden. Sollten Eure Kinder längere Zeit im Krankenhaus verbringen müssen, kann das Top anschließend ebenfalls zum Känguruhen verwendet werden und Euch so die Nähe ermöglichen, die Ihr als Familie braucht.

Auf folgenden Internetseiten finden interessierte Eltern weiterführende Informationen:

- <http://www.hoppediz.de/de/bonding-sectio-top.html>
- <http://www.didymos.de/out/jagcms4oxid/oxbaseshop/Neonatologie/Kaengurufluyer.pdf>

Das Bonding-Bad nach Brigitte Meissner

Eine weitere Möglichkeit ist das sogenannte Bonding Bad. Hierbei wird die Geburt für Mutter und Kind auf eine sanfte Art und in Form eines Bades noch einmal nachempfunden.

Empfohlene Badezusätze sind 4 Tropfen Notfall Bachblüten (Rescuetropfen) und 10 ml Wildrosencremebad oder 5 ml Wildrosenöl zum Beispiel von Weleda.

Die Mutter liegt bei diesem Bad mit nackter Brust warm zugedeckt im Bett und bekommt, sobald sie signalisiert, dass es für sie gut ist, ihr für wenige Minuten zu Wasser gelassenes Kind auf den Bauch gelegt. Beide dürfen nun ganz in Ruhe kuscheln.

Da Traumalösung mitunter sehr tränenreich sein kann, sollte jemand in der Nähe sein, der damit umgehen kann. (Quelle: <http://www.kidsgo.de/schwangerschaft-geburt-29/bonding-bad.php>)

Eine ähnliche Badetechnik zeigt Sonia Rochel

Zwillinge kommen sehr oft per Kaiserschnitt zur Welt. Drillinge sowieso fast ausnahmslos. Was verpassen Mutter und Kinder? Leidet die Bindung darunter? Und was kann helfen, dass das Bonding in dieser Situation nicht zu kurz kommt. Schwangerschaftsbegleiterin Inga Sarrazin aus Berlin weiß, was Mütter und Babys brauchen.

mit ihrem Thalasso Baby Bad unter <https://www.youtube.com/watch?v=OPSAGs-efxQ>.

Bonding trotz Kaiserschnitt - mit einer Beleghebamme möglich

Für Kaiserschnittmütter ist es besonders schlimm, wenn sie nach der Geburt das Baby nicht bei sich haben können. Das liegt daran, dass es in den Krankenhäusern nicht erlaubt ist, die Mutter mit Kind kurz nach dem Eingriff alleine, sprich ohne medizinisches Personal in einem (Aufwach-)Raum zu lassen. Hier kann eine Beleghebamme von großer Hilfe sein. Sie kann die Mutter in dieser Zeit begleiten, ihr beim Bonding helfen, erste Unterstützung beim Stillen geben und über erste Sorgen oder Unsicherheiten sprechen.

Kuscheln mit der Känguruh-Methode

Wunderschön für Mutter und Vater ist auch die Känguruh-Methode. Hierbei wird das nackte Baby oder auch je nach Größe beide Babys auf den nackten Oberkörper eines Elternteils gelegt. Zugedeckt mit einer Decke oder auch in einem Tragetuch eingehüllt, werden durch die Körperwärme, intensive Berührung, den Herzschlag, den Geruch, die Atmung, die Bewegungen einfach alle Sinne bei Mutter und Kind (oder Vater und Kind) angeregt. Es gibt für alle Familienmitglieder keine schönere Art, sich aneinander zu binden.

Stillen fördert die Mutter-Kind-Bindung

Stillt die Mutter, sind alle Grundlagen für eine gute Mutter-Kind Bindung gelegt. Oftmals sehen sich Mehrlingseltern jedoch gezwungen, auch Flaschennahrung zu geben. Entweder durch das „Pumpstillen“ oder in Form von Fertigmilch. Oft kommt die Sorge auf, dass aufgrund des Fütterns mit Flasche keine vergleichbare Bindung zum

Kind aufgebaut werden kann, wie bei stillenden Müttern. Diese Sorge ist unberechtigt, wenn einige einfache Verhaltensweisen beachtet werden:

- **Körper-oder/und Hautkontakt:** Beim Füttern mit der Flasche sollte das Kind keinesfalls in eine Wippe oder einen Kinderwagen gelegt werden, sondern in den Armen oder dem Schoß liegen. Es ist außerdem wunderschön und fördert die Bindung, das Kind Haut an Haut in die Arme zu nehmen und zu füttern. So kann es die Eltern riechen, wird gewärmt, ist ruhig und fühlt sich aufgehoben.

- **Blickkontakt:** wichtig und schön ist, das Baby während des Fütterns direkt anzuschauen und wahrzunehmen. Hierbei sollte man darauf achten, dass das Baby nicht den Kopf verdrehen muss, um einen anzusehen, sondern dass es so liegt, dass das Gesicht einem zugewendet ist. Mit diesem Augenkontakt entwickelt sich mit der Zeit ein Gespür dafür, die Signale des Babys zu deuten: Wann braucht das Baby eine Fütterungspause? Wann ist es satt? usw. Ganz nebenbei können sowohl Baby als auch Mutter oder Vater sich gegenseitig entdecken, Gesichtsregungen lesen lernen und sich so auch rein visuell wiedererkennen.

- **Füttern nach Bedarf:** Wie auch bei Stillkindern, sollten Eltern, die ihre Babys mit der Flasche füttern, sich nicht an bestimmten Zeitabständen, sondern am Bedarf des Babys orientieren. Zusätzlich sollten Mengenangaben auf den Verpackungen nur als Orientierung dienen und keinesfalls als Muss interpretiert werden. Das Baby nimmt so viel Nahrung auf, wie es benötigt.

- **Väter-Tipp:** ein toller Vorteil an der Säuglingsflaschennahrung ist, dass der Papa das Baby ebenfalls mitversorgen kann. Dies fördert die Bindung zwischen Papa und Baby und verringert Unsicherheiten im

Zwillinge per Kaiserschnitt

Umgang und ermöglicht der Mutter die Chance eine notwendige Pause bekommt - eine „Win-Win-Situation“ also!

Babymassage und Tragen

Der Haut zu Hautkontakt ist das Non-Plus-Ultra für den Bindungsaufbau. Stillt die Mutter, sind alle Grundlagen für eine gute Mutter-Kind Bindung gelegt. Um den Vater mit einzubeziehen und auch die Bindung zwischen ihm und den Kindern zu fördern, sind Babymassage und das Tragen durch den Papa wundervolle Möglichkeiten.

Bei der Babymassage interagieren Eltern und Kind miteinander, berühren sich, fühlen sich, riechen sich und lernen die Reaktionen des jeweils Anderen zu lesen. Dies ist nicht nur für den Papa schön, sondern auch für das Baby eine wundervolle Erfahrung. Es gibt Babymassagekurse, die teilweise auch nur für Väter angeboten werden. Wer nicht zu einem Kurs mag, kann sich in diverser Literatur zum Thema einlesen zum Beispiel mit dem Buch „Schmetterling und Katzenpfoten“ von Margarita Klein.

Das Tragen des Kindes in einem Tragetuch oder einer Babytrage durch den Papa, entlastet sowohl die Mutter und verschafft ihr etwas Zeit für sich, wie es auch die Vater-Kind-Bindung sehr unterstützt. Auch wenn manche Väter zu Beginn etwas unsicher

sind, finden es viele wunderbar, ihr Kind spazieren zu führen, zu beruhigen und gleichzeitig auch den Gleichgewichtssinn des Kindes zu stärken.

Selbstverständlich ist es für das Kind umso schöner, wenn beide Elternteile es massieren und/oder tragen.

Bindung: da gibt es viele Möglichkeiten!

Zusammenfassend kann man sagen, dass es viele Möglichkeiten gibt, trotz Kaiserschnitts die Eltern-Kind-Bindung aufzubauen und zu fördern. Wichtig hierbei, ist die verschiedenen Möglichkeiten zu kennen, Wünsche auch an das Krankenhauspersonal direkt zu äußern und sich bewusst zu machen, dass mit Liebe und Nähe jedes Kind in den ersten Jahren eine gute Bindung aufbauen kann, auch wenn der Start etwas holprig war.

(Inga Sarrazin)

Inga Sarrazin ist Zwillingmutter und bietet in Berlin und Umgebung Schwangerschaftsbegleitung bei maternita an, außerdem ist sie AFS-Stillberaterin.

Info unter www.maternita.de

Zwillinge & Drillinge: Erfahrungen zum Weiterlesen

I. Schwangerschaft

1. Wann haben Sie erfahren, daß Sie Zwillinge erwarten? Wie? Ihre Gefühle?
2. Wie haben Sie es Ihrem Partner beigebracht? Wie war seine Reaktion?
3. Wie haben Sie sich während der Schwangerschaft eingependelt?
4. Wie haben Sie sich mit dem dicken Bauch verhalten?
5. ...
6. ...
7. Mußen Sie über die Schwangerschaft, Geburt und Alltag mit Zwillingen Bescheid wissen? Woher? Wie? Gefühlt? Konnten Sie über die Schwangerschaft, Geburt und Alltag mit dem dicken Bauch Bescheid wissen? Woher? Wie? Gefühlt?
8. Haben Sie an Kursen zur Geburtsvorbereitung teilgenommen? Hat das was gebracht? War der werdende Vater auch dabei?
9. Hat Ihr Arzt Sie früher krank gemacht? Warum? Lemlos?

II. Die Geburt

1. Hatten Sie sich für die Geburt in eine gut gerüstete Klinik ausgesucht? Woher? Wie? Gefühlt? Für Neugeborene?
2. Wie verlief die Geburt? Erzählen Sie uns davon! ...
3. Kamen Ihre Zwillinge termingerecht? Woher? Wie? Gefühlt?
4. War Ihr Mann dabei? Hat Ihnen das was gebracht? ...
5. Gab es Komplikationen? Oder war es eine sanfte Geburt?
6. Hatten Sie sich eine Geburt "so" vorgestellt?
7. ... zung konnten Ihnen Hebammen und Ärzte ...
8. ...
9. ... haben Sie das bedauert?

Zwillingmütter berichten...

4. Auflage

Edition Kirchweihthal

Drillingseltern berichten



über Kinderwunsch, Schwangerschaft, Geburt, Alltag...

Zwillingmütter berichten, 4. Auflage, ISBN 978-3-927058-00-2, 16,90 €, im Buchhandel und bei uns unter www.twins.de

Drillingseltern berichten ... über Kinderwunsch, Schwangerschaft, Geburt, Alltag ..., Jana Cuvrk, BoD-Verlag, ISBN 9783-738615-51-7, 18,95 €.