

Eine Geburt unter Hypnose

© Dr. Gerhard Schütz, Berlin 2004

Eine schwangere Kollegin von mir, ich nenne sie in der Geschichte Gabriele, bat mich darum, sie während des Geburtsvorganges hypnotisch zu begleiten. Ich kannte ihren Mann, einen Zahnarzt, aus verschiedenen Fortbildungsveranstaltungen, die mit Hypnose zu tun hatten. Er selber fühlte sich aufgrund großer nervlicher Anspannungen nicht in der Lage, seine Frau während der Geburt zu betreuen. Ich sagte der Kollegin zu und wir vereinbarten zwei Tage in der Woche, in der es mir möglich wäre, kurzfristig meine Termine so zu verschieben, dass ich zu ihr kommen könnte. Die Kollegin wohnte außerhalb von Berlin, so dass ich einen Fahrtweg von mindestens einer Stunde, bei geringem Verkehr, einplanen musste. Ich schätzte die Chance, dass ich bei der Geburt dabei sein könnte, auf etwa 50%. An einem Dienstagnachmittag¹ sagte mir meine jüngste Tochter, dass es einen dringenden Anruf für mich gegeben habe - eine Frau würde ein Kind erwarten. Ich rief die Kollegin an, sagte darauf alle meine Termine kurzfristig ab, und war eine gute Stunde später bei Gabriele und ihrem Mann, die zu Hause auf mich warteten. Gabriele sagte, dass sie einen Fruchtwassertest gemacht hätte und sie aufgrund der Färbung der Plättchen sicher sei, dass ihre Fruchtblase geplatzt sei und sie kurz vor der Geburt stehe.

Zur Vorgeschichte:

Die Kollegin hatte bereits ein achtjähriges Kind. Die Geburt dieses Kindes verlief sehr dramatisch - bedingt durch ein zu enges Becken und ständigem Übelsein während der Schwangerschaft² (die Kollegin musste vor der Geburt monatelang ruhig im Bett liegen), kam es während des Geburtsvorganges zu einem ernststen Zwischenfall. Durch das ständige Liegen waren ihre Muskeln nicht besonders gut trainiert mit der Folge, dass sie den Geburtsvorgang ihres Sohnes aktiv kaum unterstützen konnte. Die Frau stand kurz vor dem Kaiserschnitt, so dass buchstäblich in letzter Sekunde der Junge auf dem natürlichen Weg das Licht der Welt erblickte. Aber:

Zwischenzeitlich setzten die Herztöne des Babys aus - es war ganz blau als die Mutter es zum ersten Mal sah. Zwar konnte das Kind revitalisiert werden und hatte auch keine Folgeschäden, das Trauma der Mutter jedoch war so groß, dass sie sich sagte (gemeinsam mit ihrem Mann), sie wolle kein zweites Kind mehr auf die Welt bringen. Als sie nach ein paar Jahren wieder schwanger wurde, konnte sie sich nicht für einen Abbruch entscheiden und fasste den Entschluss, das Kind, trotz aller belastenden Erfahrungen, zur Welt zu bringen. Sie wünschte sich verständlicherweise eine Begleitung, mit der es ihr möglich wäre, ihre Ängste zu minimieren, um eine schöne Geburt zu erleben. Ihr Mann kam als Begleiter nicht in Frage, weil er, obwohl selbst Arzt, einem ähnlich dramatischen Erlebnis wie es die erste Geburt war, nicht standhalten hätte können.

Das hypnotische Vorgehen:

Nachdem wir eine knappe Stunde bei ihnen zu Hause waren, fuhren wir gemeinsam ins Krankenhaus der kleinen Stadt. Dort wurde sie schon erwartet - meine ersten Befürchtungen, dass ich möglicherweise während der Anwendung hypnotischer Methoden

mit unterschwelligem Feindseligkeiten vom ärztlichen Personal zu rechnen hätte, lösten sich schnell auf. Die Kollegin war mit einer Oberärztin aus dem Krankenhaus verschwägert, so dass ich eine tolerante Atmosphäre spürte, was mich und meine Arbeit erleichterte. Wir wurden von der freundlichen Hebamme in ein kleines Nebenzimmer geführt, wo Gabriele mit einem Herzton-Wehen-Schreiber (CTG) verbunden wurde. Dieses Instrument bildet die Herztöne des Kindes und die Muskelverspannungsänderungen im Bauchraum ab. Leichte Wehen waren schon vorhanden und Gabriele verlor größere Mengen Fruchtwasser. In dieser Phase leitete ich die erste Trance ein mit dem Ziel, sie entspannt auf das vorzubereiten, was sie in den nächsten Stunden zu erwarten habe.

Mit ausgewählten Suggestionen führte ich sie in einen Trancezustand. Sie hatte dabei die Augen geschlossen und fing, für mich unerwartet, an zu weinen. Sie sagte mir, dass sie einen langen Gang sehe, an dessen Ende ein Licht leuchte. Sie wollte zu dem Licht gehen, aber eine große Mauer verhindere, dass sie weitergehen könne. Das bereite ihr Angst, die Mauer sei so groß, sagte die leise. Ich lobte ihre fantasierten Bilder und meinte, dass sie die Mauer einfach auf sich wirken lassen solle. Sie tat das - aber an dem massiven Bild der Mauer änderte sich nicht viel, sie schien unverrückbar immer an der gleichen Stelle zu stehen. Dann jedoch begann das Bild der Mauer sich zögerlich zu verändern; Gabriele sagte zu mir mit ängstlicher Stimme, dass sie die Mauer selber errichtet habe, dass sie ein Teil von ihr sei. Danach begann die Mauer sich noch deutlicher zu verändern. Sie wurde gläsern, so dass man richtig durchschauen konnte und an der Seite taten sich kleine Risse auf, durch die sie hätte durchgehen können. Aber das wollte sie nicht, das sei nicht der richtige Weg, sagte sie bestimmt. 15 Minuten später hatte sich das Bild der Mauer aufgelöst und Gabriele sagte erleichtert, sie sei nun soweit, sie könne zu dem Licht am Ende des Ganges gehen. Während der Hypnose kam, für mich nicht sichtbar, die Hebamme in den Raum - sie geriet durch das hypnotische Sprechen in eine Streustrance³ und war ganz verduzt, welche Wirkung eine Trance haben kann.

Anschließend wechselten wir alle in den Kreißsaal und Gabriele legte sich auf das Kreißsaalbett, während ich eine EntspannungsCD mit tibetanischen Mönchsgesängen auflegte. Dabei entspannte sie sich und bereitete sich innerlich auf die Geburt vor. Mittlerweile war es spät am Nachmittag und auf der Station herrschte eine ruhige Stimmung. Gabriele bat mich, sie nochmals in eine Trance zu versetzen. Ich suggerierte ihr in Form unterschiedlicher Bilder, dass ihr Körper und ihr Geist sich mehr und mehr öffnen und sich auf das einstimmen werde, was in der nächsten Zeit in diesem Raum geschehen würde. Ich präsentierte unterschiedliche Bilder von Öffnungen, wie z.B. das langsame Öffnen einer Tür, eines Herzens, oder eines Gedankens, die sich öffnen und entfalten. Sie atmete ruhig und gefasst und bereitete sich immer intensiver vor. Nach dieser Trance meinte sie, dass sich durch die Suggestionen auch ihr Blasenmuskel öffnete, was für sie unangenehm sei, weil sie dann nicht zwischen Fruchtwasserausfluss und Blasenflüssigkeit unterscheiden könne. Sie bat mich, ihre Blasenmuskulatur wieder zu stärken, was ich mit wenigen Suggestionen machte. Während der nächsten Zeit wurden die Wehen immer stärker, man konnte deutlich die muskulären Wellenbewegungen auf ihrer Bauchdecke sehen. Zwischenzeitlich stand sie noch ein paar Mal kurz auf, um sich auch im Gehen auf die Geburt vorzubereiten. Sie hatte keine starken Schmerzen und bat, dass man ihren Mann benachrichtigen solle, dass es ihr gut gehe und sie schmerzfrei sei. Die Zeit verging und es wurde langsam Mitternacht. Es wurde deutlich, dass das Kind in den nächsten eineinhalb Stunden zur Welt kommen werde - der Muttermund hatte sich schon weit geöffnet und die Hebamme deutete die nahe

stehende Geburt an. Auf den Wunsch von Gabriele induzierte ich eine erneute Trance. Meine Idee war, sie auf eine Weise so hypnotisch zu dissoziieren, dass es ihr möglich werde, mit einem Teil ihrer Aufmerksamkeit den gegenwärtigen Ort zu verlassen. Mit dem anderen Teil solle sie im Kreißaal bleiben, um ihre Energien für die entscheidenden Wehen voll zu mobilisieren. Sie erzählte von einer grünen Wiese im Wald und der schimmernden Sonne. Auf der Wiese stand ein Einhorn, mit dem sie Verbindung aufnahm. Das Einhorn wurde ihr im weiteren Verlauf der Geburt behilflich, es unterstützte sie bei den Wehen und dem Pressdruck. Um der immer stärker werdenden Spannung der Bauchmuskulatur entgegenzuwirken, forderte ich sie auf, über ihre linke Hand die Schmerzen abzuschütteln, so, als würden Funken aus ihrer Hand sprühen und sie entlasten. Sie schüttelte daraufhin mehrmals die Hand. Die andere Hand berührte ich und machte sie in dieser Situation kataleptisch (sie stand abgeknickt in einem 45 Grad Winkel in der Luft).

Die Hebamme beobachtete ständig die Bauchbewegungen und die Herztöne des Kindes. In der Zwischenzeit wurden geringe Mengen Oxytocin⁴ in die Blutbahn geleitet, um die Wehenaktivität zu stabilisieren. Kurz nach Mitternacht meinte die Hebamme, dass in der nächsten knappen Stunde das Kind kommen werde. Nach ein paar Minuten kam die leitende Ärztin hinzu - Gabriele wollte in der so genannten Vierfüßlerstellung ihr Kind auf die Welt bringen. Die Wehen wurden dramatisch stark, waren aber zu kurz, um das Kind aus dem Bauch zu pressen. Es war ein Kampf, den man sich kaum dramatischer hätte vorstellen können. Jedes Mal dachten wir, dass es nun so weit sei, die Hebamme sah das Kind bereits, aber immer wieder ließ die Kraft der Wehe plötzlich nach und Gabriele musste sich wieder ausruhen. Nach meiner Schätzung versuchte sie 12-15 Mal das Kind aus dem Bauch zu pressen, was immer wieder misslang. Während ich Gabriele beobachtete, dachte ich mir, dass ich froh bin, keine Frau sein zu müssen. Die Hebamme sagte zwischenzeitlich, dass sie ihr noch 15 Minuten Zeit gebe, um das Kind auf natürliche Weise auf die Welt zu bringen, denn die Herztöne des Kindes begannen schwächer zu werden. Nach ein paar Minuten bat die Hebamme die Ärztin, einen Schlauch in den Sauerstoffanschluss zu stecken und das Mundstück aufzusetzen. Diese Aufforderung hatte einen sehr ernsten Unterton, so dass ich befürchtete, dass es ernsthafte Probleme geben könnte. Die nächste Wehe war aber dann so stark (mit tatkräftiger Unterstützung von Gabriele), dass das Baby plötzlich unter der Mutter lag und leise die ersten Töne von sich gab. Es war vollkommen gesund und alle machten einen erleichterten, ja sogar euphorischen Eindruck.

Kurze Zeit später kam auch ihr Mann und ihr Sohn, um das neue Familienmitglied, ein Mädchen, zu begrüßen. Es war ein ergreifender Tag für mich und die längste Hypnose, die ich bis dahin je gemacht hatte.

Anmerkungen:

¹ Einen außergewöhnlichen Fall eines hypnotisch suggerierten Geburtstermins schildert Völgyesi (1938). Er hypnotisierte eine schwangere Frau und gab ihr in Hypnose den Auftrag, dass die Wehen am 20 Juli, nachts beginnen sollten und dass sie am 21. Juli um 2 Uhr nachmittags ein gesundes Kind zur Welt bringen werde. Völgyesi bestimmte den Zeitraum deshalb so genau, weil die Frau eine hypnotische Begleitung unter Hypnose wünschte und, aufgrund von anderen Terminen nur diese Zeit in Frage kam. Die Frau machte daraufhin noch eine Reise und Völgyesi vergaß das Zusammentreffen mit ihr. Am 21. Juli bekam er einen Anruf von einem Kollegen, der ihn bat, sofort zum Sanatorium zu kommen, weil bei der betreffenden Frau die Geburtswehen begonnen hatten. Blitzartig fiel Völgyesi das Zusammentreffen mit der Frau ein, er eilte ins Sanatorium und konnte die Geburt mit entsprechenden Suggestionen schmerzfrei gestalten.

² Die Kollegin litt an einer Laktoseintoleranz, eines "Erbdefektes", den sie mit etwa 10 Millionen deutschen Mitbürgern teilt. Durch die Schwangerschaft und die daraus resultierenden körperlich-hormonellen Veränderungen kam es zu einer Unverträglichkeit von Milchprodukten, was während der ersten Schwangerschaft nicht erkannt wurde. Stattdessen wurde ihr geraten, das Bett zu hüten - Milchprodukte verzehrte sie weiter - das Problem, Übelkeit und Bauchschmerzen, verschärfte sich. Erst während der zweiten Schwangerschaft wurde die Laktoseintoleranz entdeckt. Die Folge: Durch Vermeiden von Milchprodukten ging es ihr wieder gut.

³ Das unbeabsichtigte "in Trance geraten" von Personen, die bei einer Hypnoseeinleitung anwesend sind, nennt man Streuhypnose oder -trance. Solche Vorgänge kann man manchmal dann beobachten, wenn beispielsweise ein Zahnarzt einen Patienten hypnotisiert und gleichzeitig eine der noch anwesenden Personen, wie die Zahnarthelferin, auch in Trance fällt. Manchmal tritt dieses Phänomen auch bei Bühnen- oder Showhypnosen auf.

Ein interessantes Beispiel, wie stark ein Streuhypnoid wirken kann, schildert Völgyesi (1938) bei der Behandlung eines 18jährigen Mädchens. Die junge Frau litt an Dysmenorrhoe, einer schmerzhaften Regelblutung. Sie kam in Begleitung ihrer 38jährigen Mutter zu Völgyesi zur Behandlung. In Hypnose wurde dem Mädchen der "Befehl" erteilt, dass die monatlichen Blutungen ohne Krämpfe und Schmerzen am 1. Tag in jedem Monat um 8.00h eintreten und am 3. Tag um 20.00h aufhören sollten. Vor dem Besuch bei dem Arzt dauerten die Blutungen 8-10 Tage und waren sehr schmerzhaft. Insgesamt wurden zwei Behandlungstermine vereinbart. Danach reiste die Mutter mit ihrer Tochter auf ihr Gut. Erst neun Monate später meldete sie sich wieder. Seltsamerweise stellten sich bei Tochter und Mutter genau die gleichen Menstruationsrhythmen ein. Bei beiden begann die Menstruation pünktlich um 8.00h am 1. des Monats und endete um 20.00h am 3. des Monats, ganz egal, ob der Monat nun 28, 30 oder 31 Tage hatte. Völgyesi konnte über einen Zeitraum von sechs Jahren diesen Rhythmus bei den Frauen beobachten, ohne dass sich an diesen Zeiten etwas veränderte.

⁴ Das Hormon Oxytocin, das der Körper während einer Geburt selber produziert, wird zur Unterstützung der Geburt in die Vene geleitet

Literatur:

Gafner, G. & Benson, S.: Handbook of Hypnotic Inductions. W.W. Norton 2000.
Schütz, G.: Träume, Trance und Kreativität. Paderborn 1999
Völgyesi, F.: Menschen und Tierhypnose. Zürich 1938.