

Neue S3-Leitlinien für die vaginale Geburt am Termin

Eine Zusammenfassung von Barbara Stemmler für Frauen, die sich eine möglichst natürliche Geburt im Spital wünschen.

S3 heisst, dass die Leitlinien einem sehr hohen Standard entsprechen. Sie wurden von **Gynäkologen-, Hebammen-, Kinderarzt-, und Anästhesieverbänden aus D, CH und A** und weiteren Verbänden, die die mütterliche und kindliche Gesundheit unterstützen, sowie Frauen mit Geburtserfahrung bearbeitet. Dabei wurden die **neuesten wissenschaftlichen Erkenntnisse** berücksichtigt. Die Leitlinien gelten für spontane vaginale Geburten am Termin (37 0/7 – 41 6/7 Schwangerschaftswoche). Hier die wichtigsten Punkte:

- **Die Frauen und Kinder sollen Mitgefühl, Respekt und Würde erfahren.**
Es geht nicht nur darum, dass Mutter und Kind überleben, sondern auch, dass sie eine gute Erfahrung machen dürfen.
- **Die Frauen sollen unter der Geburt Vertrauen und eine Unterstützung in ihrer Körperweisheit erfahren.**
Das heisst, schädliche Handlungen werden vermieden und machen neue wissenschaftliche Erkenntnissen Platz. Dazu zählen: Die Herzöne des Kindes können mit einem sogenannten „Dopton“ hörbar gemacht und so von Zeit zu Zeit überwacht werden. Die Dauer-Überwachung mit einem CTG (Wehenschreiber) ist eher schädlich. Vaginale Untersuchungen sind nicht mehr routinemässig zu machen und nur noch mit Erlaubnis der Frau. Die Frauen sollen unter der Geburt viel mehr Zeit haben (heute muss das Kind zwei Stunden nachdem der Muttermund vollständig geöffnet ist, da sein. Neu erst nach 4-5 Stunden). Die Nabelschnur darf mindestens 5 Minuten auspulsieren und auf Wunsch auch länger. Beckenendlagen und Zwillinge sollen spontan auf die Welt kommen dürfen.
- **Die Frauen sollen über alles informiert werden.**
Die Frauen sollen vor der Geburt über alle Vor- und Nachteile der verschiedenen Geburtsorte Bescheid wissen. Sie soll wissen, was der Unterschied von Vorwehen (Latenzphase 4-6 cm Muttermundsöffnung) und Geburtswehen sind. Sie soll wissen, dass es ein aktives und passives Management nach der Geburt gibt für die Plazentaphase. Unter der Geburt soll die Frau über alle Handlungen informiert werden und ihr Einverständnis dazu geben können (z.B. Venen-Zugang legen, vaginale Untersuchung, CTG, künstlicher Blasensprung, Medikamente, Dammschnitt, operative Geburtsmassnahmen, Katheter legen, Nähen).
- **Die Frauen erfahren eine kontinuierliche Unterstützung während der Wehen und der Geburt.**
Das bedeutet eine 1-zu-1-Betreuung durch eine Hebamme, die die ganze Zeit bei der Frau bleiben kann und sie mit Atmen, Entspannung, Massagen, Wasser, Musik, Akkupunktur, Hypnose oder anderen Positionen bei Bedarf unterstützt oder Fachärzte hinzuzieht für die Unterstützung mit Opiaten oder eine PDA.

All diese Massnahmen **schliessen medizinische Notfallinterventionen nicht aus**. Die Geburtsmedizin ist so gut wie noch nie zuvor. Jedoch ermöglichen die neuen S3-Leitlinien eine **bessere Erhaltung der Integrität von Mutter und Kind** und damit die **Natürlichkeit der Geburt**. Frauen, die sich wünschen so natürlich wie möglich zu gebären, können mit einer 1-zu-1-Betreuung durch die Hebamme ihr Kind in Empfang nehmen - ohne Interventionen, in ihrem Tempo, in ihrer Position. So können sie eine gute Erfahrung machen und darauf vertrauen, dass die richtige Hilfe da ist, wenn es nötig wird. Damit übernimmt die Frau mehr Verantwortung für sich und ihr Kind und darf sich von ihren Instinkten und ihrer Intuition leiten lassen.

Nun ist es so, dass in vielen Spitälern eine 1-zu-1-Betreuung wegen personeller Engpässe schwierig sein könnte.
Getraue dich trotzdem danach zu fragen, damit ein Umdenken erfolgt!

Mach eine Wunschliste, in der du auf diese S3-Leitlinien Bezug nimmst!

Mit diesen S3-Leitlinien hat die Geburtshilfe eine Chance besser zu werden. Möge das Vertrauen in die Kraft der Frauen und Kinder wachsen und uns stärken!

Weiter Infos findest du unter:

[015-083k_S3_Vaginale-Geburt-am-Termin_2021-01_1.pdf \(awmf.org\)](#)

<https://open.spotify.com/episode/1dSIjrtzL0H5o1qnXkly4P?si=wiyWUgMyS1eQZR2ChB27DQ>