

## Externatbericht in Barcelona

Ich habe mein Externat in Barcelona bei Inma Marcos von *Neixer a casa* gemacht. Inma hat ihre Hebammenausbildung im 1996 absolviert und arbeitet seit 2001 als freiberufliche Hebamme. Sie kümmert sich um Frauen, die Zuhause entbinden möchten und begleitet sie während ihrer gesamten Schwangerschaft, Geburt und ersten Wochenbettmonat. Sie hat in den letzten 20 Jahren mehr als 800 Hausgeburten begleitet.

Inma begleitet circa 30-36 Frauen pro Jahr. Da nicht viele freiberufliche Hebammen in Barcelona gibt und da Inma die bekannteste Hebamme für Hausgeburten ist, kontaktieren sie die Frauen so bald sie ein positiv Schwangerschaftstest haben, dann wird der erste Termin vereinbart.

Der erste Vorgesprächstermin findet online statt, das Paar hat die Möglichkeit Fragen über Hausgeburten zu stellen und Inma kennenzulernen, falls das sie sich entscheiden weiter mit Hausgeburten und mit ihr zu arbeiten, wird der zweite Termin, auch online, ab dem 12. Schwangerschaftswoche, nach dem ersten Trimester Ultraschall, stattfinden.

Die Termine finden weiterhin monatlich statt, ein Online-Termin wechselt mit einem Hausbesuch bis Woche 36, seitdem sind die Termine wöchentlich und immer zu Hause.

Alle Frauen die Inma begleitet, werden parallel ihrer zugeordneten Arzt und Hebamme besuchen, alle protokollierten Blutentnahmen, Ultraschalluntersuchungen und Behandlungen werden von ihnen durchgeführt.

Am Tag der Geburt, sobald die Frau mit regelmäßigen Wehen anfängt, fährt Inma zu ihr und betreut sie während des gesamten Geburtsprozesses.

Ersten Tag nach Geburt tritt der erste Wochenbettbesuch ein, Inma wird Frau und Kind regelmäßig besuchen während des ersten Monats. Wie viele Termine und wie oft diese stattfinden, hängt von den Bedürfnissen jedes Wochenbetts ab. Bei unauffälligem Wochenbett kommt sie, am durchschnittlich 5-6 Mal.

Meine Tage laufen oft folgendermaßen ab: Vormittags treffe ich früh mit Inma und wir sind mit ihrem Auto zum Hausbesuch gefahren, da sie Frauen von verschiedenen Städten übernimmt, schaffen wir normalerweise maximale 3 Hausbesuche pro Tag, oft dauert jede Termin 60-90 Minuten. Die Hausbesuche sind entweder von Schwangeren die eine Hausgeburt mit Inma geplant haben oder Wochenbett Besuchen entweder von Frauen die mit Inma entbunden haben oder Frauen die Schwierigkeiten mit Stillen haben.

Nachmittags haben wir die Online-Termine durchgeführt, entweder Vorgespräch oder Schwangerschaftsvorsorge und Donnerstag zusätzlich den Online Geburtsvorbereitungskurs.

- *Ablauf eines Schwangerschaftsvorsorgebesuchs*

Frau B ist heute 35+6 SSW, sie erwartet ihr drittes Kind. Wir saßen am Tisch und unterhalten, ihr Mann ist anwesend.

Ihr geht es gut, sie arbeitet weiter aber hat weniger Stress als in dem letzten Besuch, sie hat keine Schwangerschaft Beschwerden und freut sich auf die Geburt.

Wir angucken zusammen wo können wir am besten das Geburtsbecken stellen und besprochen über den Verlegungsplan falls ein Notfall gibt, sowohl erklären wir dem Mann was zu tun falls die Geburt zu schnell läuft.

Dann liegt sie auf dem Sofa und ich beginne mit der Untersuchung, zuerst messe ich den Symphyse-Fundus Abstand, der gut mit ihr Gestationsalter passt (32,5 cm). Danach mache ich weiter mit Leopolds Handgriff: Das Kind liegt in Schädellage, I Stellung. Schätzwicht 2800gr. FHF ist direkt mit dem Ohr gut hörbar, der Vater möchte es hören, ich zeige ihm wie. Dann auskultiere ich mit dem Doppler für eine Minute den FHF, BL ist 145 spm mit guter Oszillation. Sie hat kein Ödem, RR ist unauffällig.

Wir dokumentieren alle und verabschieden wir uns bis nächste Woche.

- *Ablauf eines Wochenbettbesuchs*

Frau L hat vor 3 Tagen ihr zweites Kind bekommen, wir sind heute für die zweites Hausbesuch angekommen.

Sie sitzt auf dem Sofa und stillt, wir sitzen in der Nähe. Wir fragen erst wie geht es ihr und wie alles läuft, ihr geht es gut, hat ein bisschen Beschwerden in der Naht Bereich, Stillen läuft gut. Sie macht Sorgen über ihr erstes Kind, darüber, wie er sich an die neue Familiensituation anpassen wird.

Wir reden über den Geburt, darüber, wie sie es erlebt hat und wie sie sich daran erinnert, sie ist sehr Stolz auf sie und freut sich über wie alles gelaufen ist, sie hat schon das Video angeguckt.

Da das Kind auf dem Brust eingeschlafen ist, beginnen wir mit Frau L. Zuerst inspizieren wir die Brüste, sie zeigen die klassischen Anzeichen von Milcheinschuss, die Brustwarze sind unverletzt. Daraufhin tasten wir auf ihren Bauch, Fundus liegt 3 QF unter Nabel. Wochenbettfluss läuft noch blutig. Naht ist unauffällig aber sie hat ein Hämorrhoid. Wir spülen den Bereich und applizieren Hämorrhoidsalbe und kälte Kompressen. Auf dem Naht Bereich applizieren wir grüner Ton. Am Ende kontrollieren wir den Blutdruck und Temperatur, beide sind unauffällig. Sie hat leicht Ödem in den Füßen, hat heute schon erste Stuhlgang, Miktion ist problemlos.

Anschließend beginnen wir mit dem Baby, wir liegen sie auf dem Sofa, ziehen sie aus und inspizieren sie von Kopf zu Fuß, die Haut ist rosig, Temperatur, Atmen und Herzfrequenz unauffällig. Sie hat schon reichlichen, gelben Kot auf dem Windel, hat ihr Geburtsgewicht schon erreicht. Sie legt noch mal an den Brust und wir durchführen das Neugeborentest.

Wir dokumentieren alle und verabschieden wir uns bis nächste Termin, da alles sehr gut läuft, kommen wir in 4 Tagen, sie meldet sich bei Fragen.

- *Tipps in Wochenbett*

Die Tipps, die mir am meisten aufgefallen sind:

- Infusion von Schachtelhalmkraut und Thymian für Nahtbereich-Spülung
- Grüner Ton auf den Nahtbereich nach Spülung
- Muttermilch um den Nabel zu reinigen

- *Ablauf eines Hausgeburt*

Frau M. Hat heute um 15 Uhr mit unregelmäßigen Wehen, um 18 Uhr hat ihr Mann uns angerufen, da die Wehen schmerzhafter waren, wir sind um 18.45 Uhr angekommen.

Frau M. bekommt heute ihr drittes Kind, die ersten 2 Kinder sind auch zuhause geboren, für diese Geburt würde sie gerne im Geburtsbecken gebären und ihr Kind selbst abholen.

Als wir angekommen sind, ist Frau M in ihr Zimmer, sie hat Wehen alle 5-6 Minuten, während der Wehe steht sie und bewegt die Becken im Kreis, nach der Wehe versucht sie ins Bett zu liegen.



Obwohl die Wehen sehr schmerzhaft sind, ist sie nach der Wehe entspannt und redet mit uns und mit ihr Familie. Wir fangen mit Auskultation alle 15 Minute an, BL 145spm.

Der Mann hat vor unserer Ankunft schon das Geburtsbecken vorbereitet und das Sofa und das Bett wasserdicht gemacht. Wir beginnen dokumentieren und gleichzeitig füllen wir das Geburtsbecken.



Der 5-jährige Sohn und die fast 2-jährige Tochter Frau M sind zuhause, der Tochter will nur bei ihrem Vater sein und weint, wenn sie nicht bei ihm ist.

Frau M kann nicht loslassen und versucht zwischen Wehen um ihre Kinder zu kümmern.

Wehen werden immer häufiger, ich bleibe mit Frau M in ihr Zimmer und der Vater geht mit den Kindern zum Kinderzimmer.

Wehen alle 3-4 Minuten, ich massiere das Kreuzbein in der Wehe, Frau M. möchte noch nicht im Geburtsbecken, sie hat Angst der Wehen weniger würden. Auskultation weiter alle 15 Minuten nach der Wehe, unauffällig.

Um 20.05 Uhr sind die Wehe alle 2-3 Minuten, Frau M geht ins Geburtsbecken. Ihr Mann kommt mit dem schlafenden Mädchen in der Träger.

Frau M. kommt ins Geburtsbecken besser mit den Schmerzen zurecht.

Kurz danach hat sie den Blasensprung, FW läuft klar. FHF bleibt unauffällig, BL ca 145spm.



Um 20.38 nach 2 Presswehen ist das Kind geboren, Frau M, hat das Kind selbst abgeholt.

Kind wurde zur Brust der Mutter gebracht und mit ein nass, wärm Handtuch bedeckt.

Direkt nach der Geburt noch im Geburtsbecken hat das Kind gestillt.



40 Minuten nach der Geburt möchte Frau M das Geburtsbecken verlassen, sie hat auf das Sofa gelegt, dort mit CCT hat sie die Plazenta gebären. Der DR II° wurde genäht.

Nach der Inspektion der Plazenta haben wir, nach mütterlichem Wunsch, den Plazenta Abdruck gemacht.

Nach wir alles dokumentieren und aufgeräumt haben, sind wir 4 Stunden nach der Geburt gegangen.



- *Unterschiede zur Klinik*

Es gibt viele Unterschiede zwischen einer Hausgeburt und einer Krankenhausgeburt.

Die Frauen sind mental sehr gut vorbereitet und hochmotiviert, der Ehemann stärker in den gesamten Prozess eingebunden.

Die Rolle der Hebamme basiert darauf, zu beobachten, dass alles wie erwartet abläuft, und nur zu bestimmten Zeiten mit einem aufmunternden Satz die Frau ermutigen.

Die Phasen der Geburt werden nur mit Beobachtung ausgewertet, es wird keine systematische Vaginaluntersuchung durchgeführt.

Die Geburt ist im Grunde ein Moment für die Frau und ihren Partner und die Hebamme ist als Fachkraft da, um bei Abweichungen von der Normalität einzugreifen.

Das Vertrauensverhältnis zwischen der Hebamme und der Frau ist viel tiefer, da sie sich seit Beginn der Schwangerschaft kennen.

- *Selbstreflexion*

Schwangerschafts-Vorsorge erfolgt in Spanien ausschließlich durch Hebammen, nur 3 Visiten, zeitgleich mit den Ultraschalluntersuchungen, werden vom Arzt durchgeführt. Ich habe viel über Vorsorge gelernt, besonders um mit meinen Händen zu arbeiten und ihnen zu vertrauen.

Hausgeburt in Spanien ist keine Krankenkasseleistung, Frauen, die eine Hausgeburt wünschen, müssen dafür selbstbezahlen. Dies zeigt, wie groß der Wunsch nach einer Hausgeburt bei Frauen ist, die sich für diese Option entscheiden.

Da Wochenbett-Hausbesuch auch keine Krankenkasseleistung ist, entscheidet die Hebamme wie viele Termine benötigt sind. Hat mich besonders gefallen, da die Termine obwohl weniger detailliert waren und sich vor allem Zeit gaben, um zu sprechen und zu erklären, wie sie sich fühlen. Ich glaube, dass 4-5 Besuche im ersten Wochenbettmonat, bei denen man sich die nötige Zeit nimmt, ausreichend sind, wenn keine postpartalen Komplikationen auftreten.

Was mir neben allem, was ich gelernt habe, am besten gefallen hat, ist die Möglichkeit, eine Frau von der frühen Schwangerschaft über die Geburt bis hin zur Wochenbettzeit zu begleiten und die Beziehung, die daraus entsteht.



Fotos von Patricia Bonet