



**WENN AUS ALLTAG**

**NOT WIRD**

**Erfahrungsbericht aus dem Wochenbett**

**Schriftliche Diplomarbeit zur Familienmentorin**

**Angela Elisabeth Zagorski**

**Viktring, Mai 2013**

**Für Elias,  
mit DIR habe ich meine Ausbildung begonnen  
und die folgenden Zeilen möchte ich DIR widmen.**

# Inhaltsverzeichnis

<b>1. Einleitung .....</b>	<b>4</b>
<b>2. Der Anfang unserer Geschichte .....</b>	<b>6</b>
<b>3. Aufenthalt im Krankenhaus .....</b>	<b>7</b>
3.1 Tag 1 .....	7
3.2 Tag 2 .....	12
3.3 Tag 3 .....	13
3.4 Tag 4 .....	16
3.5 Tag 5 – 7 .....	18
3.6 Tag 8 .....	20
3.7 Tag 9-10 .....	21
<b>4. Therapieansätze .....</b>	<b>23</b>
<b>5. Quellenverzeichnis .....</b>	<b>27</b>

# 1. Einleitung

Während meiner Ausbildung zur Familienmentorin bekam ich meinen zweiten Sohn Elias. In meiner Schwangerschaft habe ich schon sehr viel vom Gelernten in dieser Ausbildung umsetzen können und ich war sehr froh das Wissen über den Stellenwert des pränatalen Leben, bereits in meiner Schwangerschaft, erfahren zu haben. Es veränderte meine Wahrnehmung und somit wuchs und lernte mein Sohn in meinem Bauch mit mir.

Auch die Geburt bekam für mich auch einen anderen Stellenwert, da mir erstmals die Seite des Kindes und deren Bedeutung für das weitere Leben bewusst wurde. Das Wissen über eine gute Bindung (auch zu sich selber) und Anbindung half mir bei der Geburt meines zweiten Sohnes auch sehr.

All dies Gelernte/Erlebte war in meinem Leben natürlich besonders und einmalig, jedoch kam danach eine sehr schwere Zeit auf uns zu. Da mein neugeborener Sohn am 5. Lebenstag Fieber bekam, wurde uns ein Krankenhausaufenthalt empfohlen.

Ich lade Sie ein, mich in meiner Diplomarbeit durch meine Hoch´s und Tief´s zu begleiten.

Die Situation zwischen der Not, meinen Wünschen, Ängsten und Sorgen möchte ich Ihnen näher bringen.

Ich denke jede Mutter kann nachvollziehen, wie besonders und einmalig das Wochenbett ist und in welcher Ausnahmesituation sich man befindet.

Aus der Sicht des Kindes sind die ersten Wochen besonders reich an Erfahrungen und es ist hier sehr hilfreich, viel Ruhe und Geborgenheit zu bekommen.

Wie wir wissen, läuft nicht alles so ideal. Die Kluft zwischen Wünschen und der Realität klafft oft auseinander.

Ich berichte hier, wie ich den Krankenhausaufenthalt erlebt hatte und insbesondere was mir hätte helfen können, hätte mich eine Familienmentorin in dieser schweren Zeit begleitet. Welche Möglichkeiten bieten sich an, einem solchen Ereignis schlussendlich in Frieden zu begegnen.

In der Ausbildung lernte ich viele Möglichkeiten kennen, die sich hervorragend eignen, über solche Traumata zu kommen und aufzuarbeiten, für einen selber und natürlich auch für das Kind.

## 2. Der Anfang unserer Geschichte

Ich brachte meinen zweiten Sohn in St. Veit an der Glan zur Welt. Mein Erstgeborener war 19 Monate und ich wollte gerne gleich wieder nach Hause.

Es war eine schnelle (3 Stunden) Geburt und es ging uns soweit gut, sodass ich am selben Tag, mit meinem kleinen Elias, wieder nach Hause wollte.

Zu Hause betreute uns eine Hebamme namens Karin, welche jeden Tag kam. Elias entwickelte eine Gelbsucht, wobei Karin ihn genau im Auge behielt und meine Sorgen sich in Grenzen hielten, da seine Reflexe und sein Allgemeinzustand gut waren.

Wegen der Gelbsucht trank er jedoch nicht sonderlich viel und ich animierte ihn oft zum Trinken, da in dieser Zeit Trinken sehr wichtig war. Ich bekam von meiner Hebamme den Rat Elias auszuziehen, da er eher munter wird und trinkt, wenn er es nicht wohlig warm hat.

Am 5. Tag fühlte sich Elias sehr warm an und wir fuhren in Klagenfurt ins Krankenhaus, nachdem Karin uns auch dazu geraten hat. Ich machte mir große Sorgen, er hatte 38,2 Grad.

Meine Mutter kam, um auf meinen großen Sohn Lorenz aufzupassen, damit ich mit meinem Mann gemeinsam fahren konnte.

Ich verabschiedete mich mit den Worten: „Wir fahren kurz ins KH, da Elias krank ist und wir sehen uns dann später“ zu meinem Sohn.

Leider kam alles anders als gedacht und wir mussten im KH bleiben.

## 3. Aufenthalt im Krankenhaus

### 3.1 Tag 1

Bei einem Neugeborenen ist 38,2 Grad besorgniserregend und es wurde schnellstmöglich ein Bett organisiert.

Für mich ist eine Welt zusammengebrochen. Ab dem Zeitpunkt, wo die Ärztin in der Ambulanz wegen unseres Aufenthalts telefonierte, verlor ich den Kontakt zu mir selber.

Ich war wie in Trance und vor lauter Weinen nicht mehr fähig, ihn nach der Untersuchung anzuziehen.

Die Ärztin schrieb das ganze weitere Prozedere auf dem Krankenblatt nieder und es war erforderlich, alles zu untersuchen, um heraus zu finden, woher das Fieber kam.

Neben Stuhl- u Harnkultur war auch eine Lumbalpunktion (Rückenmarkspunktion) vorgesehen, sollte das Fieber bzw. die Entzündungswerte trotz Antibiotikum nicht herunter gehen.

V.a. Gehirnhautentzündung.

Da ich selber Krankenschwester bin, weiß ich, was das bedeutet und war deswegen am Boden zerstört. - Was muss mein Baby alles über sich ergehen lassen, damit es ihm besser geht? -

Es viel mir schwer, das Krankenhaus mit seinen Mitarbeitern als Helfer zu sehen.

In dieser Institution steht der Patient im Mittelpunkt und ich als Mutter eines 5 Tage alten Neugeborenen war eine Begleitperson.

Dazu möchte ich noch erklärend erwähnen, warum es mir sehr schwerfiel, den Ablauf im KH als positiv zu sehen.

Ich erwähnte, das meine Mutter kam um auf meinen älteren Sohn aufzupassen. Sie konnte unsere Entscheidung, mit Elias ins KH zu fahren, nicht gut heißen. Meine Mutter wuchs als älteste von 7 Kindern auf dem Berg auf, wo es weit und breit keinen Arzt gab.

Sie verfolgt einen alternativen Weg und weiß mit vielen Krankheiten umzugehen. Dementsprechend hatte sie wenig Verständnis für unser Vorgehen.

Nachdem ich das weitere Prozedere für Elias erfuhr, sank meine Entschlossenheit von Minute zu Minute. War das der richtige Weg, um ihn zu helfen.

Mich schockierte auch die Tatsache, wie ernst die Ärztin den Zustand von Elias beurteilte. Ich hatte einfach nicht damit gerechnet, dass so eine Kettenreaktion auf uns zu kommen würde und dachte, dass sie uns im schlimmsten Fall mit Antibiotikum nach Hause schicken werden.

Als ich meine Mutter anrief, um ihr zu sagen, dass es länger dauern würde, konnte ich ihre Enttäuschung hören. Sie fragte mich, ob wir schon in der Maschinerie drinnen wären, oder wir da noch raus kommen könnten. Ich denke es wäre ihr lieber gewesen, wenn wir anders damit umgegangen wären.

Für mich war es schwer, da ich sowieso am Boden zerstört war und es mir bestimmt sehr gut getan hätte, meine Mutter hinter mir zu spüren.

Ich schwankte also mit meiner Entscheidung ins KH gefahren zu sein und die ganze Zeit ging mir durch den Kopf, ob es nicht besser gewesen wäre zu Hause zu bleiben.

Ich spürte wie der Zorn gegen meine Mutter wuchs, da ich wegen ihr so kritisch dachte. Jemand anderes würde das alles für logisch sehen: Kind ist krank, wir gehen ins Krankenhaus und zum Glück haben wir den Standard und bekommen die bestmögliche Betreuung.

Und ich überlegte über die Notwendigkeit des Ganzen anstatt darüber froh zu sein das mein Kind die beste Therapie erhält.

Mein Mann stellt sich solche Fragen nicht, da für ihn der Krankenhausaufenthalt, in so einem Fall, normal war.

Es dauerte ein wenig, bis ich wieder wusste was der richtige Weg war bzw. zu meiner Entscheidung zu stehen.

Wegen Platzmangel kamen wir erst auf die Kinderonkologie. Ich arbeitete selber auf einer Hämatonkologie und weiß um das Patientengut. Aber auch diese Tatsache minderte nicht

im geringsten meine Verzweiflung.

Wir waren im Zimmer und alle Vorbereitungen liefen. Mein Mann verabschiedete sich um kurz nach Hause zu fahren.

Dann erfuhr ich von einer Schwester, dass alle Kinder bis zum ersten Lebensjahr eine Herzüberwachung bekämen. Am Fuß wird der Messer angeklebt und das Kabel läuft zu einem Monitor.

Daran konnte ich nichts Positives erkennen. Ich überlegte mir kurz, die Überwachung abzulehnen, aber ich hatte nicht genügend Kraft für Diskussionen.

Meines Erachtens liegt der Fokus durch die ständige Überwachung nur am Monitor und nicht beim Menschen selber. Wenn dann manchmal der Alarm (häufig gibt es auch Fehlalarme) losgeht, versetzt der, aus meiner Perspektive, eher in unnötigen Stress als dass er hilfreich ist.

Ich persönlich habe die ständige Überwachung mit dem Wehenschreiber, während der Geburt, schon als belastend empfunden. Keine Ruhe für den Geist.

Dann warteten wir. Ich kam ein wenig zur Ruhe und hatte den Großteil verdaut. Wir wurden ins Behandlungszimmer gerufen, Elias hatte einige Blutabnahmen und bekam einen Venenweg.

Dies gestaltete sich unproblematisch.

Ab diesem Zeitpunkt moderierte ich alles für ihn. Ich hatte meine Stimme wieder und mich soweit wieder unter Kontrolle. Die Ausbildung zur Familienmentorin kam mir, ab diesem Zeitpunkt, sehr zugute, da ich wusste, wie wichtig es ist, mit den Kleinen zu reden.

Vor allem wenn die Umgebung, die Gerüche, das Personal und alles fremd ist und es für einen erwachsenen Menschen schon eine große Belastung ist. Wie mag es dann für ein Baby sein?

Nach den ersten Maßnahmen übersiedelten wir auf die Intensivstation, da Elias's Gelbsucht auch behandelt werden sollte. Dafür wurde er mit der Windel bekleidet in ein Wärmebett gelegt und von oben bestrahlt, um so das überschüssige Billirubin abzubauen.



Die Onkologie hatte nicht das dafür notwendige Bett, weshalb wir auf die „Intensiv“ wechselten. Wir siedelten also vom Erdgeschoss in den 1. Stock. Ich wollte ihn hinauf tragen, aber Elias musste in seinem Gitterbett liegen, da der Transport hausintern nur so erfolgen darf. Ich stellte es mir nicht sehr schön vor, in diesem Gitterbett auf dem Rücken zu liegen und in eine Neonröhre nach der anderen sehen zu müssen. Aber auch darüber zu diskutieren, fehlte mir die Kraft.

Oben angekommen, war dann mein Mann auch wieder da.

Als wir auf der Intensivstation angekommen waren, hatten wir ein sehr positives Gespräch mit der dortigen diensthabenden Oberärztin, welche uns viel Mut machte. Wenn ein Bett am nächsten Tag frei werden würde, so könnten wir dann auf die Neonatologie übersiedeln, wo wir schlussendlich auch hin gehörten.

Dort wären wir dann eher unter uns, denn auf der „Intensiv“ liegt das Hauptaugenmerk auf der intensiven Betreuung/Beobachtung und man ist nur gering abgeschirmt.

Sie gaben uns noch Zeit, mit Elias zu kuscheln, und wir konnten selber entscheiden, wann wir ihn in das Wärmebett legen. Das war dann für mich das erste Mal nach dieser Hiobsbotschaft, dass wir selber etwas entscheiden durften/konnten und die Ohnmacht wurde ein bisschen kleiner.



Elias im Wärmebett während er bestrahlt wurde.

Elias bekam, wie auf dem Foto sichtbar, eine Brille zum Schutz der Augen. Mittlerweile war später Nachmittag/Abend. Wir bekamen eine Waage, um Elias vor und nach dem Essen zu wiegen. Ich sollte genau Schrift führen. Auch diese Anordnung fand ich aus der Sicht des Arztes logisch, jedoch für mich eher belastend.

Ich schrieb mit, achtete bewusst auf keine Zahl, um mich nicht verrückt zu machen. Es geht natürlich um die Parameter und anhand deren orientiert sich das Fachpersonal. Aber als Mutter bin ich schon versucht, mir wieder Sorgen zu machen und nur auf die Zahlen zu schauen.

Während der ganzen Zeit erzählte ich Elias, was vor sich ging. Ich sagte ihm, wenn ich kurz etwas essen ging (der Essbereich war außerhalb der Station) oder das WC aufsuchte. Ansonsten blieb ich bei ihm. Ich erklärte ihm die Geräusche, da auf der Intensivstation allerhand Alarme läuten oder jemand etwas aus einer Verpackung nimmt ect.

Für die Begleitpersonen gibt es Schlafzimmer außerhalb der Station.

Ich wurde öfter aufgefordert, mich ins Zimmer zu legen um zu schlafen. Sollte Elias Hunger bekommen, so würde man mich holen.

Ich wollte und konnte Elias nicht alleine lassen, wobei ich dann immer hörte, das er nicht alleine sei.

Mein Mann blieb bis zum Abend und fuhr dann nach Hause. Ich bat um einen Lehnstuhl, holte die Decke aus dem Zimmer und blieb bei Elias. Mir war es sehr wichtig, bei ihm zu sein.

## **3.2 Tag 2**

Am zweiten Tag hatte er erneut eine Blutabnahme und die Werte waren schlechter, wobei das normal ist, denn bis das Antibiotikum anspricht, dauert es ungefähr einen Tag.

Er hatte jedoch schon abgefielert, was für mich das Wichtigste war, und ich kam mit der Situation immer besser zurecht.

Ich hoffte, dass wir übersiedeln konnten. Bei der Visite jedoch sagte man uns, dass wir noch bleiben müssten. Es fiel mir schwer Elias so in dem Wärmebett liegen zu sehen. Ich hatte ein enormes Bedürfnis, ihn bei mir zu haben. Die Nähe und der Körperkontakt waren für mich sehr wichtig und ich hatte das Gefühl, dass jede Zelle in mir mit ihm verbunden sein wollte.

Sein Vater kam dann, um uns zu besuchen, was mir unheimlich gut tat, Kraft gab und auch dieser Tag verging dann allmählich.

Nachts verschlechterte sich seine Sauerstoffsättigung, welche bei der Herzüberwachung mitgemessen wird und er benötigte ein wenig zusätzlichen Sauerstoff. Da hatte ich dann wieder ein Tief und sehr viel Angst um ihn. Er lag nach wie vor in diesem Wärmebett, außer er hatte Hunger. Da durfte ich ihn dann heraus nehmen und stillen. Nach einer Weile beobachtete ich, dass seine Werte im Normalbereich waren, wenn er bei mir war, und in seinem Bett fielen sie dann. Für mich war das so logisch, dass er einfach zu mir gehörte, bei mir sein sollte und er es genauso brauchte und die Werte wären dann wieder im Normalbereich. Stattdessen musste ich ihn wieder in das Bett legen und dann ging der Alarm manchmal los und alles konzentrierte sich auf den Alarm, also auf das, was nicht normal ist, als auf das, was normal wäre, könnte er bei mir sein. Wenn ich ihn stillte

hab ich anschließend mit ihm gekuschelt und ihn dann wieder hinein gelegt.

Es war leider nicht möglich das wir den Alarm in unserem Zimmer auf lautlos stellten und dass es nur in der Schwesternkanzel zu läuten beginnt. D.h. bei jedem Alarm begann es bei uns zu „bimmeln“ und der Monitor blinkte. Während der ständigen Überwachung gab es auch etliche Fehlalarme, da der Sensor für die Überwachung am Fuß vom Elias klebte und bei den Bewegungen sich der auch manchmal löste oder verrutschte und man ihn dann neu kleben musste.

Für mich war das eher beunruhigend und besorgniserregend als hilfreich. Ich hoffte, dass er die Bestrahlung wegen der Gelbsucht bald hinter sich hat, damit er bei mir bleiben konnte und nicht woanders liegen musste. Als es früh morgens wurde stabilisierte sich Elias mit der Sauerstoffsättigung wieder und ich war sehr erleichtert.

### **3.3 Tag 3**

Nachdem wir diese Nacht auch hinter uns gebracht hatten fing der 3. Tag an und ich war besorgt, da ich ihn nicht liegend stillen konnte. Meine größte Befürchtung war ein Stau der Milch in der Brust und eine evt. Entzündung. Durch die ansonsten nicht vollkommene Entleerung beim Stillen war es mir sehr wichtig, ihn deswegen auch liegend zu stillen, da er doch 2 verschiedene Antibiotika bekam und es sonst nichts Vorbeugendes/Unterstützendes für die Verdauung gab. Ich hatte meinen Wunsch liegend zu stillen bei der Visite am Vortag angesprochen, jedoch sagte man mir, dass es nicht möglich sei, ein Bett in das Zimmer zu stellen und Elias durfte das Zimmer nicht verlassen.

Am Morgen des 3. Tages legte ich meine Decke auf den langen hüfthohen Kastenschrank, der im Zimmer war, und stillte Elias im Liegen.

Die Leitung zum Monitor war sehr lange und das ging sich super aus.

Nach kurzer Zeit kam die Stationsschwester und rügte mich deswegen. Sie zeigte viele Situationen auf, die passieren könnten, sollten wir da runter fallen (bis hin zu ihrer Entlassung, wegen ihrer Verantwortung).

Ich erzählte ihr, um was es mir ging und dass ich keine Möglichkeit sah, Elias liegend zu stillen. Nach kurzem Hin und Her bekam ich ein Bett ins Zimmer gestellt. Das fand ich dann fast amüsan. Anschließend war Visite und die Werte des Bilirubin sanken soweit, dass keine Bestrahlung mehr notwendig war. Auch das ständige Abwiegen wurde

abgesetzt.

Das freute mich ungemein, da ich mir sicher war, dass es nun keinen Alarm mehr geben würde.

Ich war sehr erleichtert, dass ihm das weitere Prozedere wie zb. Lumbalpunktion erspart geblieben war und wir konnten dann auch auf die Neonatologie übersiedeln. Zuvor wurde noch eine Blutabnahme an der Ferse versucht. Leider konnte nicht genügend Blut entnommen werden sodass er venös gestochen werden musste.

Dies machte der Stationsarzt im Behandlungszimmer und eine Schwester wollte Elias nehmen, um ihn dorthin zu bringen. Auch da wollte ich ihn selber hinbringen und mitkommen. Ich erzählte Elias was auf ihn zukommt und wo er hin muss. Er lag dann auf einer Liege im Notfallraum, wo reanimiert wird. Das Licht war sehr hell und rund um uns waren allerhand Geräte.

Ich hatte dabei keine Angst, aber ich stellte mir vor, wie erschreckend, prägend und fremd so eine Situation für ein Kind sein kann, sollte es hier alleine liegen.

Wenn ich mir vorstelle, dass ein Kind 9 Monate im Bauch seiner Mutter heranwächst, im Schutz der Plazenta und immer die gleiche Umgebung spürt und kennt. Es kommt auf die Welt - im idealen Fall unproblematisch - , dann kommt es nach Hause und hat die Familie um sich...auch etwas Gewohntes.

Dieses Wesen kennt nichts anderes und dann kommt es auf eine Liege, am Rücken liegend, im Neonlicht, das Desinfektionsmittel auf der Haut, kalt und dann noch der Geruch dazu.

Auf was ich hinaus möchte, ist, wenn in dieser besonderen Situation das Kind unsicher wird, so wäre es wichtig, dass die Mutter/Bezugsperson dem Kind die Sicherheit geben kann. Es braucht den Halt, die Bindung zur Bezugsperson. Ich war am ersten Tag traumatisiert, von Weinkrämpfen kaum in der Lage, zu sprechen. Ich fühlte mich betäubt, nicht fähig, mit Elias zu kommunizieren. Und hierbei geht es nicht immer unbedingt um Worte. Ich denke, ich war für ihn in dieser Situation nicht greifbar, da ich selber die Bindung zu mir verloren hatte.

Der entscheidende Punkt in unserer Situation war, dass Elias auch seinen Vater bei sich hatte, der ihm Halt gab. Seine wie auch meine Kraftquelle. Mein Mann fand die Situation auch schlimm, jedoch empfand er das alles nicht so traumatisch, wie ich.



Elias mit dem Venenweg am Handrücken.

Nachdem ich 2 Nächte auf dem Lehnstuhl geschlafen hatte und 3 Stunden, nachdem ich das Bett bekam, übersiedelten wir auf die Neonatologie. Wir bekamen ein Einzelzimmer, wo Elias und ich ein Bett hatten.

Die Schwesternkanzel war weit weg und dazwischen 2 Türen. Wir hatten also wieder Privatsphäre. Ich erfuhr, dass es weiterhin Standard ist, Kinder bis zum 1. Lebensjahr bei einem Krankenhausaufenthalt zu monitorisieren, jedoch gab es auf dieser Station einen weitaus lockereren Umgang damit. Nach wie vor durfte Elias das Zimmer nicht verlassen aber ich durfte ihn tagsüber selbstständig vom Monitor abschließen und anschließen. Um nicht die ganze Zeit auf die Werte zu achten und sie im Blickfeld zu haben, hängte ich eine Stoffwindel vor den Monitor.

Die Nacht war sehr erholsam und entspannend für mich, da ich ihn ganz bei mir haben konnte und in Ruhe mit ihm sein konnte.



### 3.4 Tag 4

Das Essen gab es nach wie vor außerhalb der Station. Weiterhin waren tägliche Kontrollen der Körpertemperatur und des Körpergewichtes notwendig.

Für Elias waren 10 Therapietage mit Antibiotikum anberaumt worden und der Venenweg, welchen er zuerst an seiner Hand bekam, funktionierte am 4. Tag nicht mehr.

Es war schon die Nachtdienst da und diese bestellte den diensthabenden Oberarzt auf die Station, um Elias einen neuen zu legen. Ich hatte ja keine Vorstellung, wie schwierig sich ein Venenweg bei einem Neugeborenen stechen lässt.

Von der Onkologie weiß ich, dass Zytostatika die Venen sehr beanspruchen bzw. zerstören und es immer schwieriger wird, Blutabnahmen zu machen oder Venenwege zu legen. Es braucht sehr lange, bis sich die Venen dann wieder erholen.

Bei einem Neugeborenen ist es ähnlich. Die Venen sind hauchdünn und das Volumen noch gering. Wir gingen wieder in ein Behandlungszimmer und Elias wurde genauestens untersucht. Jede Vene auf beiden Armen, Beinen und auf dem Kopf wurde von dem Arzt und zwei Schwestern akribisch untersucht bevor sie sich für den Kopf entschieden. Gefühlte 10 Minuten sahen sie sich zu dritt die Venen an. Ich sagte Elias im Vorfeld um was es ging und was passiert.

Die Schwester fragte mich, ob ich wirklich dabei sein wollte, und der Arzt dann ebenso. Für mich stellte sich die Frage nicht.

Er lag dann auf einer Liege, die Schwestern fixierten Arme, Beine und die Haut von der Stirn wurde so gestrafft, dass Elias ganz runzelig im Gesicht war.

Leider war der erste Stich kein Treffer und auch der nächste nicht. Es wurde immer schlimmer und Elias begann heftig zu schreien. Kein einziges Mal während des gesamten Aufenthaltes schrie er, bis auf diese Prozedur.

Er schrie und der Venenweg wollte nicht gelingen. Ich berührte ihn bei den Beinen aber war unfähig, ihn zu beruhigen. Einerseits wollte ich, dass sie sofort damit aufhörten, andererseits dachte ich, dass es ja dann nur länger dauert und er die Therapie aber braucht.

Er tat mir unendlich leid. Nach einiger Zeit hörte er plötzlich mit dem Weinen auf. Von einem Augenblick zum nächsten sah man, wie er innerlich abschaltete, unmöglich der Situation zu entkommen.

*Um Traumata zu überleben, müssen Babys sehr effektive mentale, emotionale und körperliche Überlebensmechanismen entwickeln, wie z.B. Verstärkung oder Dämpfung von Empfindungen und schmerzvollen Assoziationen, Hypersensibilität oder dumpfer und unbeweglicher Rückzug nach innen.*

*Abhängig von Ausmaß des Traumas verändern sich Funktionen des zentralen Nervensystems. So kann es zu einer Dominanz der Überlebensfunktionen des Hirnstammes über die limbischen und neocorticalen Funktionen kommen. Traumatische Erfahrungen beeinflussen auch das autonome Nervensystem und seine sympathischen/parasympathischen Funktionen (Prescott; Levine; van der Kolk).*

*Ein Baby reagiert traumatisch, wenn sein System von außen überwältigt wird. Geschieht dies, bleibt es immer weniger im Körper präsent, wird orientierungs- und bewegungslos.*

*[Thomas Harms, „Auf die Welt gekommen“ Seite 98]*

Hierbei geht es primär um Geburtstraumata. Elia's Situation sehe ich jedoch gut beschrieben, da es mir vorkam, als hätte man ihn ausgeschaltet – im Körper nicht mehr präsent.

Ich halte es für notwendig, die Eltern im Krankenhaus miteinzubeziehen, aber man sollte wirklich überlegen, ob man für alles stark genug ist. Auf der anderen Seite weiß man ja nicht immer, was auf einen zukommt.

In unserer Situation muss ich sagen, dass ich nahe am Zusammenbrechen war. Ich hatte keine Vorstellung, welche Herausforderung das werden wird. Ich hatte mein Neugeborenes auf der Liege vor mir, darüber gebeugt 3 fremde Menschen welche es fixierten und stachen.

In dieser Situation konnte ich Elias den Halt und die Sicherheit, welche er so dringend brauchte, nicht geben. Mit meiner eigenen Situation als Mutter überfordert, konnte ich ihm bei seiner traumatischen Erfahrung nicht beistehen.



Das Ohnmachtsgefühl kam wie ein Schleier über mich und ich fühlte nur mehr Schmerz, wenn ich ihn ansah.

Elias war von einer Sekunde auf die andere wieder da und begann sofort wieder zu schreien. Kurz darauf ist der Venenweg gelungen. Ich war so erleichtert und froh ihn in meine Arme nehmen zu können...unbeschreiblich. Er beruhigte sich augenblicklich und, nachdem ich begriffen hatte, dass es vorbei war (das dauerte einen Moment), konnte ich ihm das Erlebte widerspiegeln. Ich erzählte, was vorgefallen war, um ihm zu zeigen, dass ich ihn verstand.



Elias mit Venenweg am Kopf.

### 3.5 Tag 5 - 7

Die nächsten Tage achtete ich sorgsam auf den Venenweg und während der Therapie hielt ich Elias immer im Arm um einen genauen Überblick zu haben.

Es gibt eine strenge Besucherordnung (Eltern, Geschwister und Großeltern), da auf der Neonatologie die Kleinsten untergebracht sind und die Infektionsgefahr relativ groß ist.

Lorenz, der große Bruder von Elias kam uns einmal besuchen und die Umgebung fand er spannend.

Ein weiteres Mal wechselte ich mich mit meinem Mann ab d.h. er kam zu Elias und ich ging hinunter ins Auto wo Lorenz auf mich wartete. Wir verbrachten einen halben Tag gemeinsam.

Zum Glück hatte mein Mann 3 Wochen Urlaub und konnte sich um Lorenz kümmern.

Ich war sehr froh, dass mein Mann zu Hause war, denn so war es mir auch möglich, bei Elias zu bleiben. Das schlechte Gewissen Lorenz gegenüber war trotzdem da. Er musste sehr lange auf mich und Elias verzichten.

So leid es mir tat, hatte jedoch Elias Priorität für mich.

Nach einem Telefonat mit meiner Mutter sagte ich ihr, dass es ihr möglich wäre, uns besuchen zu kommen. Ich hatte nicht den Eindruck, dass sie sonst gekommen wäre. Einerseits wollte ich, dass sie uns besucht, da mir ihre Anwesenheit oft Sicherheit gibt. Andererseits wollte ich es nicht, da ich wusste, wie sie darüber denkt und ich keine Vorwürfe hören wollte. Sie kam und es war für mich spürbar wie sehr sie uns gerne woanders gesehen hätte.

Es gab keine Vorwürfe oder dergleichen, damit hielt sie sich zurück.

Mir kam es vor, als könnte ich ihre Gedanken lesen und Gefühle spüren. In unserem Zusammensein fehlt mir oft die Klarheit. Das bin ich und das ist meine Mutter. Daran arbeite ich. Ich hatte mir überlegt, ob dieser Besuch überhaupt Sinn macht oder ob wir uns nicht besser zu Hause wieder sehen sollten, wo alles wieder „normal“ wäre.

Es kostete mich schon auch Kraft, da ich weiß, was sie von unserem Krankenhausaufenthalt hält. Ich hatte nach dieser ganzen Zeit das Verlangen, ihr zu sagen, wie wichtig es war, dass Elias die Therapie bekam (das ich das Richtige machte), da bei Neugeborenen schnell eine Sepsis auftritt, um so mein Handeln zu rechtfertigen. Ich arbeite daran, hier Sicherheit zu bekommen sodass ich klar zu meiner Meinung und zu meinen Entscheidungen stehe. Das fällt mir nicht immer leicht, aber wird (besonders nach den systemischen Aufstellungen) immer besser.

Die systemische Familienaufstellung bzw. die systemische Anschauung ist auch ein Teil der Ausbildung und hat in meinem Leben einen großen Stellenwert bekommen.

Es hat mir sehr geholfen, mich selber besser wahr zu nehmen, und ich sehe das Leben in seiner Gesamtheit klarer.

Meine Mutter hielt sich zurück, war distanziert, dementsprechend war sie für mich wiederum nicht greifbar. Sie hatte eine innige Zeit, wo sie mit Elias kuschelte und das war für mich schön mitanzusehen.



Hier liegt Elias in meinem Bett mit dem Kabel für die Überwachung.

### **3.6 Tag 8**

Bei der Visite am Wochenende sprach ich mit dem Oberarzt über den Venenweg am Kopf und Elia's Therapie.

Er hatte ein Ohr für meine Situation und sagte mir, dass es variabel sei, wie lange man die Therapie verabreicht. Es gibt die Möglichkeit von 5, 7 oder 10 Tagen und dazwischen ist es auch variabel. Aber wenn der VW am 9. Tag nicht mehr funktionieren sollte, so würde deswegen auch kein neuer gestochen werden. So seine Worte.

Am 8. Tag abends wollte der Venenweg am Kopf nicht mehr funktionieren und ich war mir sicher, dass damit die Therapie erledigt war. Die Entzündungswerte waren schon weit gesunken, fast im Normalbereich und ich hatte diesbezüglich keine Bedenken mehr.

Der Nachtdienst rief die diensthabende Oberärztin und sagte mir dann, dass Elias einen neuen VW bekommt.

Ich war in diesem Falle sehr überrascht, kannte aber die Situation, wenn der Patient mit dem Arzt bei der Visite etwas bespricht und es dann auf der Patientenakte z.B. nicht vermerkt.

Es kann schon sehr verwirrend sein. Viele Ärzte = viele Meinungen und Erfahrungen.

Was ist das Beste für Elias?

Nach Rücksprache mit meinem Mann sagte ich, dass wir keine weitere Therapie für Elias bzw. keinen weiteren Venenweg stechen lassen wollen.

Es erforderte viel Mut. Die Verunsicherung war da, da mir die Oberärztin gegenüberstand und zu etwas anderem riet. Viel Mut aber auch viel Stärke und keine Verunsicherung sondern Sicherheit ist in solchen Situationen gefragt.

Ich sehe hier einen großen Auftrag für uns als FamilienmentorInnen, Mütter/Familien auch durch solche Situationen zu begleiten. Die Stärken jedes Einzelnen in den Vordergrund zu bringen, Sicherheiten erkennbar zu machen und Ressourcen zu nutzen.

Klarheit zu verschaffen, jedoch nicht, indem man jemanden zu etwas rät, sondern so zu arbeiten, dass es für jeden selber möglich ist, das Vorhandene zu erkennen.

### **3.7 Tag 9-10**

Die letzten zwei Tage mussten wir noch im Krankenhaus bleiben, da die Stationsärztin die Entzündungswerte beobachten wollte. Es war für mich in Ordnung, da ich zuversichtlich der Entlassung entgegen sah.

Ich habe die letzten Tage bewusst mit Elias sehr genossen, da wir es ruhig hatten. Zu Hause gab es natürlich dem Alter von Lorenz entsprechend immer eine Geräuschkulisse, also kein Vergleich.

Als ich die besonders ruhige Zeit mit Elias verbrachte, reflektierte ich die kurze Zeit, in der wir zu Hause waren. Es ging mir nach der Geburt sehr gut und ich gab zu Hause keine Ruhe. Ich bildete mir ein, auch Staub saugen oder den Geschirrspüler einräumen zu müssen. Im Nachhinein kann ich sagen, dass ich zu wenig für Elias und mich da war. Durch die Gelbsucht brauchte er meine besondere Aufmerksamkeit, welche er von mir zuvor leider nicht in vollem Ausmaß bekam.

Ich kann mir gut vorstellen, dass Elias mir damit etwas sagen wollte. Vielleicht hatte er darunter so gelitten, dass er es mir auf diesen Wege mitteilte.

Nachdem wir auf die Neonatologie kamen und ein Ende somit in Aussicht war, konnte ich unsere Zweisamkeit wirklich genießen.

Die letzten Tage waren fast erholsam und die Entzündungswerte sanken, wie erwartet und wir konnten am 10. Tag nach Hause.





## 4. Therapieansätze

Hätte mich eine Familienmentorin begleitet, so wäre für mich eine **Schmetterlingsmassage** in dieser äußerst schwierigen Zeit entspannend gewesen.

Gerade nach den 3 anstrengenden Tagen auf der Intensivstation war ich sehr verspannt. Einerseits durch meine Sorgen und Ängste und andererseits trug das Schlafen im Lehnstuhl auch seines dazu bei.

Bei der Schmetterlingsmassage handelt es sich um eine besonders sanfte, systematische und ganzkörperliche Berührung, welche der Mutter (Eltern) zu einem guten Körpergefühl verhilft. Die Mutter kann dies wiederum beim Kind anwenden und stärkt somit die Bindung und löst Ängste.

Es wäre wünschenswert, dass bei Krankenhausaufenthalten von sehr kleinen Patienten mehr Augenmerk auf das Wohlergehen der Bezugspersonen (Mütter, Väter, ect.) gelegt werden würde. Denn wenn es der Mutter gut geht, es automatisch auch dem Kind besser geht.

Somit müsste es möglich sein, dass auch eine Familienmentorin trotz strenger Besucherordnung darin Platz findet.

Voraussetzung wäre, dass diese die Mutter schon in der Schwangerschaft begleitet und über die Situation Bescheid weiß.

Am ersten Tag, wo ich wie traumatisiert war, konnte man mich nicht erreichen. Ich denke dafür muss auch Platz sein. Es läuft nun mal nicht immer alles glatt und jeder Mutter ist es erlaubt, an ihre Grenzen zu stoßen. Nicht nur im Alltag, sondern gerade in Notsituationen.

Ich glaube, es ist danach aber wichtig, das Geschehene aufzuarbeiten. Für die Mutter und für das Kind.

Als ich hier angefangen hatte, meine Geschichte nieder zu schreiben, hörte ich nach 3 Seiten auf. Die besagten Emotionen überkamen mich schlagartig und ich fühlte mich wieder wie im KH.

Elias ist jetzt 8 Monate und ich bin überrascht, wie ich es schaffte, alles zu verdrängen.

Ich überlegte mir schon, ein anderes Thema für meine Arbeit zu suchen, entschloss mich dann aber, doch weiter zu schreiben. Das war mein Weg, darüber hinweg zu kommen, und ich kann nun die Zeilen lesen, ohne Tränen in den Augen zu bekommen.

Es ist leicht, einen Schuldigen zu suchen und auch zu finden. Als Mutter denke ich in erster Linie, ob alles meine Schuld war. Hätte ich ihn nicht ausziehen sollen, so wie es die Hebamme geraten hatte? Im Nachhinein und auch durch die Ausbildung denke ich nicht, dass so ein Ansatz einem weiter hilft. Es konnte schlussendlich nicht festgestellt werden, warum Elias eine Infektion bekam. Der Mutterleib, die Geburt und natürlich in der Zeit danach konnte er krank geworden sein. Auch hier denke ich nun, dass der Fokus beim Positiven bleiben sollte, d.h., dass die ganze Kraft auf die Gesundheit und den Weg dorthin lenken sollte und nicht nach der Frage: „Wer war schuld? Was hätte ich anders machen können? Warum ist mir/uns das passiert?“ Ich könnte mich den ganzen Tag mit diesen Fragen beschäftigen, aber hilft mir das weiter? Das Umdenken gelingt mir in schwierigen Situationen nicht immer gleich, aber ich bemühe mich weiterhin.

Normalerweise finden die Sitzungen im Arbeitsbereich einer FamilienmentorIn statt. Es ist nicht üblich, dass sie einen besuchen kommt.

Dort gibt es Raum, über das Geschehene zu sprechen. Ohne Wertung, ohne Rechenschaft findet man ein Gegenüber, das einem zuhört.

Hier findet man einen Platz, das Emotionale und Berührende, das man erlebte, **mitzuteilen**.

Wenn ich an meine Mutter denke, wäre eine **heilende Geschichte** schön. Hier erzählt die Familienmentorin eine Geschichte und verändert das Erlebte darin in Positives. Es gibt ein positives Ende.

Jeder kennt das, wenn man sich sehr gut an eine Situation auch z.B. in der Kindheit erinnert, weil diese sehr negativ erlebt wurde. Egal wie alt man ist, man vergisst diese nicht und man kann sich auch visuell gut an das Ereignis erinnern. Wenn man Kind war, so kann man die Geschichte sehr märchenhaft erzählen, der Phantasie sind keine Grenzen gesetzt.

Im erwachsenen Alter, also in meinem Fall, hilft eine realistische Darstellung. D.h. ich hätte mich in der Visualisierung getröstet und umarmt von meiner Mutter gesehen. Das gibt mir eine gute Kraft. Der Fokus liegt wieder am Positiven und ich kann gut darüber hinweg kommen. Ich hatte mir eine heilende Geschichte von meinen Kollegen gewünscht, als wir in einer kleinen Gruppe (Peergroup) gearbeitet hatten.

Dies war für mich befreiend und erleichternd.

Bei den heilenden Geschichten gibt es kein richtig oder falsch. Der Klient soll sich mit der Geschichte identifizieren können und hat auch die Möglichkeit, sich z.B. etwas zu wünschen.

Auch die Arbeit mit **Musik** hat einen schönen, ja heilenden Charakter. Ich sehe mich bei meiner begleitenden Familienmentorin am Boden auf einer Matte liegend. Sie führt mich visuell zu Elias und lässt dann eine entspannende Musik laufen während ich ganz im Glück mit meinem Baby bin.

Wie Sie sehen gibt es viele Möglichkeiten, die wir als FamilienmentorInnen haben, um den Familien insbesondere den Müttern in solch einer schwierigen Situation beizustehen.

Ist uns einmal bewusst, dass unsere Kinder die Welt von Anfang an als eigenständiges Wesen wahrnehmen und erleben, sollten wir sie entsprechend begleiten.

Die Achtsamkeit steht dabei im Vordergrund und ich muss zugeben, dass es für mich nicht immer leicht ist.

Meine Hilfe, die ich Elias in dem Moment geben konnte, war viel erzählen und erklären. Ich bereitete ihn auf die Situationen vor, welche er erlebte, und bin überzeugt, dass er dadurch mehr Orientierung bekam.

Ich kenne die Situation, dass man das Kind schützen möchte und das Kind anlächelt, damit es die Ängste und die Sorgen nicht mitbekommt obwohl es einem schlecht geht.

Ich bin überzeugt, dass das Kind die Gefühle sehr wohl wahrnimmt. Aus der Sicht des Kindes muss das dann sehr verwirrend sein, wenn es die Angst oder die Sorgen der Mutter spürt und diese das nicht widerspiegelt.

Hier konnte ich durch mein Wissen schon sehr viel verändern und Elias meine Gefühle



mitteilen und im gleichen Atemzug davon abgrenzen. „**Du für Dich**“ ist ein schöner Satz, der mich schon die Ausbildung lang begleitet.

Ich möchte nicht, dass meine Kinder mir zu Liebe etwas machen oder übernehmen. Um das näher zu erklären, möchte ich sagen: Kinder (egal ob jung oder alt) wünschen sich immer, dass die Eltern glücklich sind. Es tut weh, die Mama oder den Papa traurig oder sogar weinen zu sehen. Automatisch macht man dann alles, damit es ihnen besser geht. Teils unbewusst, teils bewusst. Wir machen das, ohne darüber groß nachzudenken.

Um meine Söhne da abzugrenzen, damit sie ihr Leben für sich erleben können, mit meiner Unterstützung aber ohne meine Sorgen oder Ängste, so hat der Satz „Du für Dich“ eine gute Kraft.

Es gibt viele **Glaubenssätze**, welche man gut anwenden kann, auch bei **Visualisierungen**.

*Visualisierungen sind sehr gute Werkzeuge für Familienmentorinnen. Sie helfen dem Klienten sehr gut aus der Problemfixierung heraus, hin zur Lösung. Dies geschieht mittels Hilfe unserer Stimme, mit unserem Wissen und mit unserer Intuition. In dieser Bilderwelt geschieht mehr, als wir uns in unserer Phantasie vorstellen können.*

*[Martin Sourek, Skript Familienmentorin 2012/2013]*

Hier komme ich zum Abschluss, da ich noch einiges im Verborgenen lassen möchte. Die Sitzungen mit einer Familienmentorin sind doch sehr individuell und alle Arbeitsmöglichkeiten möchte ich nicht technisch aufzählen.

Es ging mir hier um meine Geschichte und in Zukunft sehe ich mich, mit genau solchen Themen zu arbeiten: „Wenn aus Alltag Not wird“.

In der Schwangerschaft, im Wochenbett aber auch danach ist es immer schlimm eine Lebensangst um das Kind zu haben. Aber gerade eine gute Betreuung und Verarbeitung des Erlebten liegt für uns als FamilienmentorInnen im Fokus.

## 5. Literaturverzeichnis

- a) Thomas Harms, Auf die Welt gekommen, Die neuen Babytherapien
- b) Martin Sourek, Skript Familienmentorin 2012/2013