

Wassergeburt

Die Geburt im Wasser ist die für das Baby wahrscheinlich sanfteste Art geboren zu werden. Es kommt aus dem Fruchtwasser und taucht in ein ihm vertrautes Element - somit trägt die Wassergeburt wesentlich zu einem sanften Übergang vom Leben im Mutterleib zum selbständigen Leben bei. Aber ist eine Wassergeburt für jede Frau zu empfehlen?

Warum entscheiden sich Frauen für eine Wassergeburt?

Eine Wassergeburt hat viele Vorteile. Der wahrscheinlich größte Vorteil wurde bereits erwähnt: eine Geburt im warmen Wasser tut dem Baby gut. Die meisten Mütter, die eine Wassergeburt hinter sich haben, berichten von einem besonders schönen Geburtserlebnis. Die Wassergeburt wird oft von Frauen angestrebt, die sich eine natürliche Geburt möglichst ohne Schmerzmittel wünschen. Das warme Wasser hilft, während der Wehen zu entspannen und lässt die Schwangere die Geburtsschmerzen weniger heftig empfinden. Außerdem kommt es durch den Druckausgleich des Wassers weit seltener zu einem [Dammriss](#) oder [Dammschnitt](#).

Wann darf man nicht in die Wanne und was sind die Risiken einer Wassergeburt?

Wenn damit gerechnet werden muss, dass die Geburt kompliziert werden wird oder ein Risiko bekannt ist, sollte man keine Wassergeburt anstreben. Es könnte eventuell zu verzögerten Hilfeleistungen kommen, wenn die Frau in der Wanne liegt. Bei Komplikationen muss die Wanne sofort verlassen werden. Außerdem ist das Infektionsrisiko bei einer Wassergeburt höher. Daher sollten Frauen mit Infektionskrankheiten wie z.B. HIV, Hepatitis oder Herpes nicht im Wasser gebären. Bei vorzeitigem Blasensprung, extremer Fettleibigkeit oder sonstigen Erkrankungen der Schwangeren entscheidet die Hebamme über die Durchführung einer Wassergeburt.

Wie verläuft eine Wassergeburt?

Im Wesentlichen verläuft eine Wassergeburt nicht anders als jede andere natürliche Geburt. Wassergeburt bedeutet auch keinesfalls, dass die Mutter die gesamte Dauer der [Geburt](#) ihres Kindes im Wasser verbringt. Das wäre wahrscheinlich viel zu anstrengend, und viele Wassergeburten scheitern vor allem daran, dass die Schwangere zu bald in die Wanne steigt. Eine mit Wassergeburten erfahrene Hebamme wird Ihnen sagen, wann der richtige Zeitpunkt ist, sich ins Wasser zu begeben, aber auch, wann es besser ist „an Land“ zu gehen. Von Wassergeburt spricht man dann, wenn das Kind im Wasser geboren wird, viele Frauen liegen nutzen die Wanne aber auch schon während der [Eröffnungsphase](#) um sich zu entspannen oder die Geburt voranzutreiben - auch wenn schlussendlich aus einer Wassergeburt nichts wird. Das Baby kann auch in der Wanne gut überwacht werden, selbst ein Dammschnitt kann im Wasser gemacht werden. Wird das Kind geboren, taucht es durchs Wasser, wird dann vorsichtig herausgenommen und der Mutter auf den Bauch gelegt. Die Geburt der Plazenta kann im Wasser, aber auch außerhalb der Wanne erfolgen. Selten darf auch der Partner mit in die Wanne, wahrscheinlicher wird es aber sein, dass er gemeinsam mit der Hebamme am Rand der Badewanne das Geschehen beobachten und unterstützen wird.

Ist eine Wassergeburt nicht sehr unappetitlich?

Es kommt natürlich darauf an, was man darunter versteht, aber eigentlich ist eine Wassergeburt eine sehr saubere Angelegenheit. Es empfiehlt sich dennoch, vor einer Wassergeburt einen Einlauf zu machen, um während der Presswehen keinen „Pannen“ zu

erleiden. Da die Geburt erst mit dem Lösen der Plazenta zu einer blutigen Angelegenheit wird, gleitet das Baby in normalerweise sehr sauberes Wasser hinein. Selbst wenn die Plazenta ins Wasser geboren wird, kommt Ihnen die **Wassergeburt** wahrscheinlich nicht unappetitlich vor. Oft wird der Frau im Anschluss an die Geburt (während das Baby beim Vater oder der Hebamme ist) der Duschschauch in die Hand gedrückt und sie kann sich noch säubern, bevor sie aus der Wanne steigt.

Wie plane ich eine Wassergeburt?

Wichtig ist es, dass Sie sich gut informieren, ob in dem Krankenhaus Ihrer Wahl auch ausreichend Wannen zur Verfügung stehen. Nicht jeder Kreissaal ist automatisch mit einer Gebärwanne ausgestattet! Außerdem wäre es sinnvoll, sich schon vorher mit dem Geburtsteam darüber abzusprechen, wie häufig Geburten tatsächlich im Wasser enden, welche Hebammen besonders talentiert sind im Bereich **Wassergeburt** und welche Hebammen sich eher davon abschrecken lassen. Jede Hebamme und jede Klinik hat ihre eigenen Stärken und Schwächen. Wenn Ihnen eine Wassergeburt sehr wichtig ist, Ihre Klinik aber keine Wanne und erfahrene Hebamme garantieren kann, sollten Sie über Alternativen nachdenken.

Kann ich auch zuhause in der Badewanne entbinden?

Geburtskliniken sind mit speziellen Gebärwannen ausgestattet, die mit häuslichen Badewannen nicht zu vergleichen sind. Eine Gebärwanne ist für die hochschwangere Frau leicht zugänglich, fasst eine sehr große Wassermenge, sodass einerseits die richtige Temperatur gehalten werden kann und die Schwangere selbst im Sitzen bis zur Brust im Wasser sitzt. Eine gute Gebärwanne ermöglicht der Frau durch ihre Größe außerdem verschiedene [Geburtspositionen](#) einnehmen zu können.

Autor: Redaktion / Birgit