

Doula-Geburtsbegleitung®

Die erfahrene und vertraute Begleiterin rund um die Geburt

Sie nehmen schwangeren Frauen die Angst, begleiten die werdenden Mütter und Väter zur Geburt und sind auch danach für die neue Familie da. Immer mehr Eltern schätzen die liebevolle Begleitung durch eine Doula.

Nebst dem Partner jemanden haben, der einem bereits von der Zeit der Schwangerschaft her kennt, der sich um einen kümmert, und der bei der ganzen Geburt dabei sein wird – das wünschen sich viele Frauen. Doulas erfüllen genau diese Aufgabe. Die Geburtsbegleiterinnen besuchen die Frau und ihren Partner während der Schwangerschaft und besprechen mit ihnen die kommenden Ereignisse. Sie fragen nach den Bedürfnissen und den Vorstellungen des Paares, um diesen während der Geburt möglichst nachkommen zu können.

Setzen die ersten Wehen ein, die Doula benachrichtigt: Sie wird während der gesamten Geburt dabei sein. Im Unterschied zu den Hebammen im Spital kennt sie keine fixen Arbeitszeiten und begleitet die Gebärende von den ersten Anzeichen bis zum Ende der Geburt.

Erfahrungen und Studien zeigen, dass eine kontinuierliche Geburtsbegleitung durch eine Doula viel zum Wohlbefinden der Frau beiträgt. Ihre Anwesenheit führt dazu, dass weniger Schmerzmittel nötig sind; Dammschnitte und Kaiserschnitte sind seltener.

„Doula“ kommt aus dem Griechischen und bedeutet „Dienerin der Frau“. Doch sie hilft nicht nur der Gebärenden; sie ist auch dem Partner eine wichtige Stütze. Er kann sich mit Fragen rund um die Geburt an sie wenden und sich im Gebärsaal auf sie verlassen: Die erfahrene Mutter gibt ihm Sicherheit. Der Vater kann sich so während der Geburt ganz auf die emotionale Verbindung zu seiner Partnerin und zum Kind konzentrieren.

Der Einsatz der Doula endet nicht mit der Geburt des Kindes: Sie steht der frisch gebackenen Familie in der ersten Zeit mit Rat und Tat zur Seite – bis sich die neue Familienkonstellation etwas eingespielt hat. Auch können die Eltern die Geburtserfahrung mit der Doula besprechen.

Das Kind spürt dieses Geborgensein; dadurch wird sein Geburtserlebnis positiv geprägt. Urvertrauen und Lebenskraft können gestärkt werden.

Doulas sind eine Ergänzung zu Hebammen und Ärzten, verfügen aber über keine medizinische Ausbildung. Sie sind persönliche und einfühlsame Begleiterinnen bei einem wichtigen Ereignis. Doulas stärken das Selbstvertrauen der Frauen, gehen auf ihre Bedürfnisse ein und bieten dank ihrer Erfahrung während der Geburt praktische Hilfe. Damit nehmen sie die alte Tradition auf, nach der die Frauen während der Geburt nebst der Hebamme auch geburtserfahrene Frauen zur Seite hatten.

Weitere Informationen zur Doula-Geburtsbegleitung erhalten Sie beim Verband Doula CH unter www.doula.ch.