

Christine Lang, Hebamme, Stillberaterin und Autorin des Buches „Bonding“

Irene Jung: Im Moment findet also in Deutschland und anderen Industrienationen die enorme Mehrheit der Geburten in Krankenhäusern statt. Auf internationaler Ebene gibt es die Initiative "Babyfreundliches Krankenhaus" der Weltgesundheitsorganisation und von UNICEF, von denen es 20.000 zertifizierte Entbindungsstationen in der Welt gibt, davon aber nur 500 in industrialisierten Ländern. Das sollte uns nachdenklich machen. Es sollte uns auch nachdenklich stimmen, dass nur 6,6% der Entbindungsstationen in Deutschland das Zertifikat "Babyfreundliches Krankenhaus" haben. Dazu noch ein persönlicher Kommentar von mir: Ich wurde 1952 in der Frauenklinik in Tübingen geboren und nach Aussagen meiner Mutter gab es im Umgang mit den Neugeborenen damals einiges, was richtiggehend babyfeindlich war. Und deshalb ist es mir eine riesige Freude, wenn ich sagen kann, dass die Frauenklinik Tübingen heute eine der wenigen Unikliniken ist, die das Zertifikat "Babyfreundliches Krankenhaus" hat.

Meine Frage nun an Christine Lang, die eine Expertin zum Thema Bonding ist: Wie wichtig ist das Bonding für Mutter, Kind und Gesellschaft als Ganzes? Und welche Forderungen müssen an unsere Gesellschaft gestellt werden, um ein gutes Bonding zum Normalfall im Umgang mit Gebärenden und Neugeborenen werden zu lassen?

Christine Lang: Ich möchte starten mit einer ganz kurzen Erklärung, was ich unter Bonding verstehe, weil ich denke, dass der Begriff nicht allen etwas sagt. Unter Bonding versteht man den Aufbau der Mutter-Kind-Beziehung unmittelbar anschließend an die Geburt, ohne vernachlässigen zu wollen, dass natürlich eine Bindung bereits vor der Geburt aufgebaut wird. Aber dieser Begriff Bonding bezieht sich üblicherweise auf die erste Phase nach der Geburt, auf das erste Verlieben von Mutter bzw. Eltern und Kind in einander.

Die Natur hat in dieser Phase ganz besonders gute Bedingungen dafür geschaffen in den ersten ein bis zwei, drei Stunden nach der Geburt vor allen Dingen auf hormoneller Ebene, vor allem, wenn eine natürliche Geburt mit normaler Wehentätigkeit vorausgegangen ist. So können Bindungen in diesem Zeitraum besonders leicht, aber auch von einer besonderen Qualität, d.h. besonders gut aufgebaut werden.

Und wichtige äußere Bedingungen oder Voraussetzungen dafür sind, dass Mutter und Kind in unmittelbarem ununterbrochenen Hautkontakt sind nach der Geburt, also dass das Kind nicht kurz weggenommen und wieder hingelegt wird, sondern dass das Kind geboren wird, zur Mutter in direkten Hautkontakt kommt und dort verbleibt. Mindestens bis es das erste Mal an der Brust getrunken hat, auf alle Fälle die erste Stunde.

Die meisten Kinder, wenn man sie solchermaßen ungestört lässt, finden die mütterliche Brust von ganz allein, das heißt sie werden Krabbel-Bewegungen ausführen, mit denen sie sich von alleine in die richtige Richtung bewegen, die Brustwarze der Mutter erfassen können und zu trinken beginnen. Wir wissen, dass Kinder, die so selbst die Brust finden dürfen, wesentlich leichter weiter gestillt werden können, dass die Mütter fast alle ausschließlich stillen können und dass sie viel, viel weniger Stillprobleme haben.

Wenn wir weiterdenken, würde das dann heißen, dass nach dem Kreißsaal das 24-Stunden-Rooming-in praktiziert und Mutter und Kind, wenn nicht medizinisch notwendig, möglichst nicht getrennt werden. Wenn man diese Voraussetzungen schaffen kann, wissen wir, dass die Mutter-Kind-Bindung enorm gestärkt wird, dass das Stillen sehr erleichtert und die Milchbildung angeregt wird.

Wenn ich jetzt als erstes die mütterliche Seite betrachte, was macht Bonding bei der Mutter, warum ist es für die Mutter so wichtig? Diese bessere Bindung ans Kind ist eine enorm wichtige Ressource für die Frau, weil sie eine größere Motivation und auch Belohnung für die Frau mit sich bringt für alle Anstrengungen, die naturgemäß mit dem Leben mit einem Neugeborenen verbunden sind: dass sie nicht mehr durchschlafen darf, dass sich alles erst mal um die Bedürfnissen des Kindes dreht. Eine Mutter, die eine gute Verbindung hat zu ihrem Kind kann das viel, viel leichter wegstecken und wird von jedem Lächeln des Kindes ungleich mehr belohnt.

Zweitens wird, wenn das Bonding gut gelungen ist, die mütterliche Intuition sehr gestärkt dadurch, dass die Mütter sich leichter und besser in ihre Kinder hineinversetzen können. Denn ein Kind kann ja leider nicht sagen, was es braucht, das wäre sehr praktisch, aber so ist es nun mal am Anfang nicht beim menschlichen Neugeborenen, sondern die Mutter muss anhand der

Mimik, anhand der Gestik, dem Verhalten des Kindes möglichst schnell und präzise erkennen, was das Kind braucht, damit sie adäquat reagieren kann. Und gerade in unserer doch sehr verstandes-betonten Zeit ist das eine ganz, ganz wichtige Ressource für Mütter.

Wenn wir oft betonen und sagen: das Körpergefühl, das Bauchgefühl, die Intuition, das fehlt den Frauen heutzutage, dann denke ich ist eine enorm große Ressource, wenn das Bonding gut läuft, denn dann können wir sehen, dass sich die Frauen mit all diesen Anforderungen wesentlich leichter tun. Und dann ist noch zu sagen, dass Bonding das Allerbeste ist, was wir für ein gutes Stillen tun können. Stillen ist aber auch das Allerbeste, was wir für ein gutes Bonding tun können, und zwar vor allem deshalb weil Still- und Bondinghormone zum Großteil dieselben sind oder sich sehr stark bedingen, also wenn das eine ausgeschüttet wird, wird das andere umso mehr ausgeschüttet. Und eine Mutter, die stillt und unter dem Einfluss der Stillhormone steht, ist wesentlich stresstoleranter, ist gelassener, kann besser schlafen im Normalfall. Es gibt ganz, ganz viele Benefits, die die Stillhormone für die Mutter mit sich bringen.

Auch das Kind hat diese, wenn wir jetzt aus der Kinderperspektive schauen: Was ist der große Vorteil fürs Kind durch ein gutes Bonding? Das sind natürlich alle Vorteile des Gestilltwerdens ohne da jetzt näher drauf einzugehen. Der ganz große Vorteil ist, dass dieses Urvertrauen, von dem wir wissen, dass es so wichtig und essentiell ist für uns, durch ein gutes Bonding gestärkt wird. Im Normalfall ist die Mutter die erste wichtigste Bindungsperson für ein Neugeborenes, auch wenn diese Funktion in Ausnahmefällen von anderen Personen besetzt werden kann, aber eine stabile, sichere Bindung zur Mutter ist eine überlebensnotwendige Voraussetzung für Neugeborene.

Das kommt zum Einen sozusagen noch aus der Steinzeit, wo es ganz wichtig war, denn ein Kind, das die Mutter nicht aufgenommen und mitgetragen hätte, das wäre wilden Tieren anheimgefallen. Ein menschliches Neugeborenes ist so hilflos, dass es alleine nicht überleben kann. Das heißt es kann nur überleben, wenn direkt nach der Geburt dieses Bonding funktioniert und die Mutter wirklich ihr Kind als ihres annimmt und bereit ist, für es zu sorgen. Und das Zweite ist, dass die stabile Bindung auch die wichtigste Entwicklungsressource für Kinder ist. Menschliche neugeborene Kinder können sich nur gesund entwickeln, wenn sie sich in Beziehungen entwickeln können und dafür ist diese stabile Bindung auch ganz wichtig.

Dann ist die gelungene Bindung auch der allerbeste Schutz für Kinder vor Vernachlässigung, vor Misshandlung – eine stabile, sichere Bindungsbeziehung zwischen Mutter und Kind verhindert das zuverlässig. Und in Bezug auf die vielen Schreckensmeldungen, die man immer wieder in Zeitung und Fernsehen erfahren muss über tote Kinder, misshandelte Kinder, ausgesetzte Kinder, denke ich, ist das ein wichtiger Hinweis, dass wir dafür in unserer Gesellschaft eine sehr, sehr gute Präventionsmöglichkeit haben.

Dann auf der körperlichen Ebene muss man sagen, dass die Kinder, wenn wir sie so begrüßen im Kreißsaal oder zu Hause, sich schneller anpassen können; dass vor allen Dingen der Hautkontakt dafür wichtig ist, dass die Kinder einen stabileren Kreislauf haben, eine stabilere Atmung, stabilere Temperatur, stabileren Blutzuckerspiegel haben.

Denn es ist ja eine enorme Umstellung für ein Kind vom intrauterinen Leben ins extrauterine Leben. Es muss sehr viele Funktionen seines Körpers umstellen, das kann es wesentlich stressfreier und besser in diesem direkten Hautkontakt. Es ist zum Beispiel so, dass die Temperatur der Kindern dabei stabiler ist als im Wärmebett; d.h. wenn sie in Hautkontakt mit der Mutter sind, bleibt ihre Temperatur besser, als wenn wir sie in den Inkubator legen.

Und wenn wir jetzt noch die seelische Folgen für die Neugeborenen- oder Säuglingsphase anschauen: Die Kinder sind ausgeglichener, sie schreien weniger, sie schlafen besser, sie können die verschiedenen Verhaltenszustände, in denen sie sich befinden, viel besser regulieren.

Wenn wir nun über den Tellerrand hinausschauen, über das Mutter-Kind-Paar hinaus: was bewirkt es für die Gesellschaft, dann können wir sagen, je mehr sicher gebundene Kinder eine Gesellschaft hat und Erwachsene natürlich auch, desto friedlicher und lebenswerter wird diese Gesellschaft sein. Unsicher gebundene Kinder sind zum Beispiel so, dass sie in Konfliktsituationen eher aggressiv reagieren oder dem anderen schlechte Motive unterstellen, schneller Konflikte mit Gewalt lösen wollen, während sicher gebundene Kinder sich dadurch auszeichnen, dass sie kompetente Konfliktlösungsmuster haben, dass sie empathisch sind, dass sie sich gut einfühlen können in andere Menschen, dass sie selbstsicherer sind, dass sie

belastbarer sind, eine hohe Lernfähigkeit und soziale Kompetenz haben, die Liste könnte man ziemlich endlos erweitern.

Klingt aber doch alles nach relativ angenehmen Zeitgenossen! Und ich meine, wir müssen bedenken: die Kinder von heute sind unsere Miterwachsenen von morgen und es bewirkt schon viel, in Bezug auf die gesamte Gesellschaft gesehen, wie viele solche gut gebundenen Kinder wir haben. Und wir müssen weiterhin bedenken, dass Bindungsmuster sehr zum Vererben neigen, das heißt, dass sie sich häufig von Generation zu Generation fortsetzen, ob sie nun gut sind oder schlecht.

Stabile Bindungen eingehen zu können ist dann später auch für Partnerschaften sehr wichtig und auch, dass ehemals sicher gebundene Kinder dann, wenn sie selbst Eltern werden, diese gute Bindung in der Regel auch weitergeben können an ihre Kinder. Das heißt: alles, was wir jetzt tun, um diese Bedingungen zu verbessern für das Bonding – der Effekt wird sich potenzieren, es ist eine wichtige Investition in unsere Zukunft.

Und zu der letzten Frage, welche Forderungen müssten an unsere Gesellschaft gestellt werden, damit gutes Bonding der Normalfall wird, denke ich es müsste zuerst dieses enorme präventive Potential des physiologischen Bondings erkannt und auch anerkannt werden. Ich finde Bonding müsste ein erstrebenswerter Wert an sich sein, eine Art Goldstandard, das heißt an dessen Outcome sich alle anderen Verfahren messen lassen müssen!

So wie das Stillen heute der Goldstandard der Säuglingsernährung ist, mit dessen gutem Outcome sich zum Beispiel die künstliche Säuglingsnahrung vergleichen lassen muss, so sollte das auch für alle Maßnahmen sein – sowohl für die nachgeburtliche Zeit, aber auch alle geburtshilflichen Interventionen sollten darauf untersucht werden, wie sie sich aufs Bonding auswirken, nicht nur auf den PH-Wert, oder den APGAR. Und auch in das Studiendesign bei Forschung und Lehre müsste das Eingang finden.

Und wenn man von der praktischen Seite her bedenkt, was müsste verändert werden, dann denke ich, dass die 1 zu 1 –Betreuung, egal an welchem Geburtsort, die größte Chance bietet auf eine natürliche und interventionsarme, im besten Falle interventionsfreie Geburt. Und dass

diese natürliche Geburt die Voraussetzung oder die allerbeste Grundlage für ein gutes Bonding ist. Dafür müssen wir unsere Anstrengungen bündeln, denn davon sind Kliniken heutzutage in der Regel sehr weit entfernt. Da es vorher um Zahlen ging, ich meine, die aktuellen Zahlen liegen zwischen 120 und 150 Geburten pro Jahr pro Hebamme in der Klinik.

Um bei Ines Albrecht-Engel anzuschließen: Ich glaube, dass es zwar Anschübe geben kann aus dem System, aber ich fürchte diese besseren Bonding-Bedingungen werden tatsächlich wieder die Mütter einfordern müssen, weil uns die 70iger Jahre, 80iger Jahre schon gezeigt haben, dass die größten Veränderungen in der Geburtshilfe, wie das Rooming-In, wie Väter im Kreißaal, wie die aufrechten Gebärhaltungen, durch den Druck der Straße, durch die Frauen, die das eingefordert haben, entstanden sind.

Und ich denke, beim Bonding muss es wahrscheinlich ähnlich sein. Dazu müssen die Frauen aber auch die Informationen darüber haben. Und da bin ich sehr froh über Veranstaltungen wie diese und denke, es muss auch in die Hebammenarbeit noch mehr Einfluss gewinnen, dass es in den Geburtsvorbereitungskursen oder wann immer Frauen Kontakt zur Hebamme haben, auch thematisiert wird, damit die Frauen auch wissen, dass es diese Möglichkeiten des Bonding gibt.

Irene Jung: Vielen Dank.