

# Nicht ohne meine Freundin

Alternative Geburtsbegleitung: Doulas unterstützen Frauen während der Schwangerschaft und bei der Entbindung

Von Anita Rüffer

Ihre Patentante engagiert sich in der Hospizarbeit und begleitet Menschen aus dem Leben. »Warum nicht auch Menschen ins Leben begleiten?«, dachte sich Corry-Anne Breuer-Walzer, nachdem sie selbst schon drei Kindern das Leben geschenkt hatte, deren Geburt sie als »überwältigend« erlebt hatte. So kam sie auf den Beruf der *Doula*, von dem sie bis dahin noch nie gehört hatte. Das Wort entstammt dem Griechischen und bedeutet so viel wie »Freundin der Frau«.

Eine Doula ist eine geburtserfahrene Frau, die Schwangeren vor und während der Entbindung beisteht. In den sogenannten Jäger- und Sammler-Kulturen war eine solche Begleitung auf der ganzen Welt verbreitet, haben Ethnologen herausgefunden. Auch heute noch gibt es in manchen Ländern eine Wochenbettkultur mit einem behüteten Umfeld inmitten geburtserfahrener Frauen, von der Gebärende der westlichen Zivilisation nur träumen können: Die Freiburger Hebamme Angelika Peikert beispielsweise hat mehrere Jahre im Jemen gelebt und berichtet von einer vierzigjährigen Schonzeit für junge Mütter, in der diese mit nahrhaften Suppen versorgt und mit Ritualen gefeiert würden.

Die Begleitung durch eine vertraute Person wirke nicht nur beruhigend für die werdende Mutter, sondern erleichtere nachweislich die Entbindung, erklärt der Verhaltensbiologe Joachim Bensele von der Forschungsgruppe Verhaltensbiologie des Menschen in Kandern. Laut einer amerikanischen Studie benötigten Frauen, die von einer Doula begleitet wurden, weniger wehenfördernde Mittel. Die Geburtsdauer verkürzte sich. Auch mussten die Geburtshelfer seltener Saugglocken oder Geburtszangen einsetzen, und die Kaiserschnittquote lag lediglich bei 3,2 Prozent der Geburten statt bei 11,2 Prozent wie in der Vergleichsgruppe. Und: Die Begleitung durch eine Doula scheint das Entstehen einer sicheren Bindung zwischen Mutter und Kind zu begünstigen; die Forscher beobachteten Anzeichen für eine innigere Beziehung.

Simone Kopf hat die Dienste der »Freundin der Frau« erlebt, als sie im Mai ihren

Sohn Philipp zur Welt brachte. »Mein Mann und ich waren beide sehr ängstlich«, erinnert sich die 27-Jährige. »Wir waren dankbar für die emotionale Unterstützung.« Zumal die Hebamme in der Klinik gleichzeitig noch andere Geburten zu betreuen hatte. »Dank unserer Doula haben wir uns keinen Moment alleingelassen gefühlt. Unser Kind kam in einer tollen Atmosphäre zur Welt. Wir haben eine große Vertrautheit und Geborgenheit gespürt.«

Je nach Einkommen berechnet die Doula ein Honorar zwischen 250 und 450 Euro. Sie besucht die Mütter vor und nach der Geburt, hält sich auf Abruf bereit, wenn das Kind sich ankündigt, und ist während der

**Schwangerschaft und Geburt: Für viele Frauen dieser Welt ist beides noch immer lebensgefährlich. In westlichen Ländern dagegen geht es eher darum, die Geburtshilfe nicht ausschließlich der Medizin zu überlassen**

Geburt die ganze Zeit an der Seite der Frau. »Es gibt den Frauen Sicherheit, wenn jemand nur für sie da ist und dableibt«, sagt Breuer-Walzer. »Manchmal muss ich auch nach den Männern schauen. Die kommen schnell an ihre Grenzen.« Hebammen und Ärzten macht die Doula keine Konkurrenz: Alles Medizinische ist für sie tabu.

Noch arbeitet Corry-Anne Breuer-Walzer vorwiegend ehrenamtlich in der Geburtsabteilung der örtlichen Klinik in Emmendingen. »Die Hebammen rufen an, wenn viel los ist.« Allmählich sprechen sich ihre Dienste herum; wer ihre Begleitung erlebt hat, empfiehlt sie weiter.

Anders als in der Schweiz und den USA ist das Modell in Deutschland noch wenig verbreitet. Die *Gesellschaft für Geburtsvorbereitung, Familienbildung und Frauengesundheit* (GFG) will das ändern und bietet eine Weiterbildung zur Doula an. Teilnehmerinnen sollten mindestens 30 Jahre alt sein und selbst schon eine Geburt erlebt haben, körperlich und seelisch belastbar sein, über einen Realschulabschluss verfügen und möglichst pädagogische oder psychosoziale Vorkenntnisse mitbringen.

Bisher haben 20 Doulas ihre GFG-Zertifikate für die staatlich nicht anerkannte Ausbildung erhalten, die sie sich 1775 Euro haben kosten lassen. Sie mussten bei einem Geburtsvorbereitungskurs sowie in einem Kurs Familienbegleitung oder einer Stillgruppe hospitieren, in einem Kreißaalpraktikum mindestens sechs Geburten miterleben, zwei Geburten als Doula begleiten und schriftlich dokumentieren, einen medizinischen Fragebogen beantworten und ein Referat halten. Die theoretischen



FOTO: HECK/DJEEK

schen Grundlagen werden in acht Wochenendseminaren vermittelt.

Im Leistungskatalog der Krankenkassen kommen die Dienste der Doula nicht vor. »Das streben wir auch gar nicht an«, sagt Martina Halfmann von der GFG. »Es hat was für sich, unabhängig zu sein.« Wer nicht zahlt, hat auch kein Recht, Vorschriften zu machen. Doulas werden nach ihren Erfahrungen hierzulande immer mehr nachgefragt. Selbst wenn sie wollten, können Kliniken und Hebammen sich nicht dagegen sperren. »Die Frau kann zur Geburt mitbringen, wen sie will.« ■

Informationen: [www.gfg-bv.de](http://www.gfg-bv.de)