

Bedeutung und natürliche Methoden der Schmerzlinderung

Verena Schmid

Übersetzt und bearbeitet von Monika Schmid

15 Abbildungen

Hippokrates Verlag • Stuttgart

Inhalt

1 Kulturelle Einflüsse auf das Erleben des Geburtsschmerzes

Kulturabhängige Interpretationen	1
Das falsche Versprechen von der schmerzfreien Geburt	4
Die Angst vor dem Schmerz, Angst als Mittel der Unterdrückung	5
Das Annehmen des Schmerzes, die Akzeptanz als Mittel der Befreiung	6
Die Zwickmühle	7

2 Physiologische Grundlagen und Funktionen des Geburtsschmerzes

Die Funktion von Schmerz in physiologischen Abläufen	9
Das Wesen des Geburtsschmerzes	9
Die Schmerzreize	10
Die Schmerzbahnen	12
Die Neurotransmitter des Geburtsschmerzes	17
Die Dimensionen des Schmerzes	19
Bewegung und Ausdruck als Reaktion auf den Geburtsschmerz	20
Die spezifische Bedeutung von Schmerz im natürlichen Geburtsverlauf	22
Die Risiken einer erzwungenen Bewegungseinschränkung während der Geburtsarbeit	25
Der Zusammenhang zwischen Schmerz und Sexualität bei der Geburt	26
Die umfassende psychische, emotionale und spirituelle Bedeutung des Schmerzes im Geburtsverlauf	28
Der Einfluss der Wehen auf das zu gebärende Kind	29

3 Medikamentöse Schmerzbekämpfung

Die Epidural- oder Periduralanästhesie (PDA)	33
Beruhigungs- und Betäubungsmittel	36
Inhalationsnarkosen (Lachgas)	37
Schlussfolgerungen	38

4 Physiologische Methoden der Schmerzlinderung

Methoden der sensorischen Schmerzkontrolle	40
Zentrale (psychologische) Schmerzkontrolle	42
Geburtsvorbereitung: historische Entwicklung und Konzepte	45
„Suggestion“	51
Veränderter Bewusstseinszustand während der Geburt	52
„Didaktik“	54
„Gymnastik“ (Körperarbeit)	56
Kontinuierliche Begleitung und Unterstützung	56
Die Rolle der Hebamme bei der physiologischen Schmerzlinderung	57
Die Bedeutung des Umfeldes	59
Auswirkungen von chronischem Stress in der Schwangerschaft	62
Auswirkungen von chronischem Stress während der Geburt	63

5 Die Rolle des Partners beim Umgang mit dem Geburtsschmerz

6 Geburtsschmerz als Thema im Geburtsvorbereitungskurs

Die Wertigkeit des Schmerzes verändern	68
Als wirksam erlebte Schmerzmittel	70
Die Frage der Freiheit	71
Beispiel für einen individuellen Geburtsplan	73
Das Konzept der informierten Wahl	74
„Empowerment“	74
Entscheidungshilfe für die Wahl des Geburtsortes	76
Schmerzlinderung mit Hilfe der Elemente	77
Polaritätsbehandlung	88

7 Die Öffnung zum Kind

8 Wunschsectio - die vermeintlich einfachere Alternative

Wie kommt es zu diesem Wunsch?	93
Was heißt „sich öffnen“?	94
Das „technologische“ Geburtsmodell	94
Die „zerstückelte“ Frau	95
Was wählen die Frauen wirklich?	95
Kurz- und langfristige Nebenwirkungen eines Kaiserschnitts	96
Was erlebt ein durch Kaiserschnitt geborenes Kind?	97
Der Einfluss eines geplanten Kaiserschnittes auf den biologischen Rhythmus des Mutterwerdens	97
Ist eine Wunschsectio ethisch vertretbar?	98
Was heißt überhaupt „wählen“?	98
Betreuung von Frauen mit Sectiowunsch	99
Literatur	103
Sachregister	106
Die Autorin	109