

Magazin

BERNER ZEITUNG

www.bernerzeitung.ch

21

Verbesserte Starthilfe für Frühgeborene

ZU FRÜH GEBORENE BABYS Wenn Eltern ihre Winzlinge endlich aus dem Spital nach Hause nehmen können, sind sie ihre Unsicherheit und den Stress noch lange nicht los. Ab diesem Jahr unterstützt ein neues Projekt betroffene Familien.

Die erste Woche zu Hause ist geschafft. Zufrieden liegt Loriana auf ihrer Spielmatratze und bewegt ihre winzigen Fingerchen, Schwesterchen Maliyah (2) hält ihr eine Spieldose hin. «Sie liebt das Baby und möchte es immer wieder auf den Schoß nehmen», sagt Mutter Nathalie Messerli (25) erleichtert. Zum Glück, Eifersuchtsdramen und noch mehr Stress könnte die junge Mama nicht bewältigen, sie hat auch so genug um die Ohren: Loriana ist zwar schon vor drei Monaten auf die Welt gekommen, aber das war lange vor Ende einer normalen Schwangerschaft. In Wirklichkeit wäre das zu früh geborene Baby jetzt erst eine Woche alt. Kein Wunder, hat seine Familie eine aufreibende Zeit hinter sich.

Plötzlich ging es sehr schnell

Total unvorbereitet war die viel zu frühe Geburt zwar nicht gekommen. Nach einer Sturzblutung in der 13. Schwangerschaftswoche hatten sich Nathalie Messerli und ihr Partner Benjamin Huber (27) schon fast mit einer Fehlgeburt abgefunden. Nach Wochen des Liegens und Schonnens schien jedoch alles weniger kritisch, und das Paar organisier-

te sich den Alltag zu Hause in der Nähe von Bern. «Nach wochenlangender Betreuung durch die Grosseltern ist es an der Zeit, dass die beiden älteren Töchter Lynnea und Maliyah wieder mal zu Hause schlafen können», sagte sich Nathalie Messerli.

Erster Kontakt im Brutkasten

Vollnarkose und Kaiserschnitt – alles passierte so rasant, dass die kleine Loriana schon auf der Welt war, bevor der Vater es ins Spital geschafft hatte. «Das Ganze erlebte ich wie in Trance, ich wusste nicht, wie mir geschah», erzählt Nathalie Messerli. Ihre Tochter sah sie zum ersten Mal, als sie im Brutkasten lag. «Wenigstens durfte ich ihr dort meine Hand aufs Köpfchen legen, bevor alle Schläuche und Elektroden befestigt waren.»

Die organisatorisch wilde Zeit fing erst recht an, als sie selber nach fünf Tagen wieder aus dem Spital entlassen wurde, Loriana aber noch auf der Neugeborenenabteilung (Neonatologie) bleiben musste, bis sich Atmung und Herzrhythmus stabilisiert hatten. Das bedeutete für Mutter Nathalie Messerli einerseits grosse Freude, endlich wieder die beiden grösseren Töchter bei sich zu haben. «Ich wollte mich wieder richtig um sie kümmern.» Andererseits hatte sie ständig das Gefühl, ihre jüngste Tochter zu vernachlässigen. Ganz zu schweigen von ihren eigenen Bedürfnissen und der Partnerschaft. «Ich kann niemandem gerecht werden», ging es Nathalie Messerli stets durch den Kopf.

Ein exakter Zeitplan half schliesslich ein wenig: Alle paar Stunden Milch abpumpen und kühl stellen, morgens Lynnea in den Kindergarten bringen, sich vormittags Maliyah widmen, Lynnea beim Mittagessen Gesellschaft leisten, nachmittags nach Bern fahren und sich auf der Neonatologie um Loriana kümmern und abends ein wenig Zeit für sich und Partner Benjamin Huber. Das funktionierte einigermaßen, «vor allem dank der Unterstützung der Familie». Bis nach



Mütterliche Fürsorge: Nathalie Messerli gibt ihrem zu früh geborenen Töchterchen ein Aufbaupräparat. *Andreas Blatter*

einem Monat ein Stationswechsel stattfand. «Alles war wieder anders», merkte Messerli, die als gelernte Fachangestellte Gesundheit die Abläufe in Spitälern kennt. Trotzdem fand sie das schwierig: «Ich musste mich an ein neues Team gewöhnen, erneut allen klarmachen, dass ich

mich, so gut es geht, selber um mein Baby kümmern will, und neue Abläufe übernehmen.»

Das war der Tiefpunkt. Die Erschöpfung war gross, und immer wieder folgten kleinere Rückschläge: Wenn trotz Rapporten untergegangen war, dass sie inzwischen ihre Tochter ein-

zweimal täglich selber stillte. Oder wenn sie auf Pflegefachpersonen traf, die sie und ihre Tochter noch nie betreut hatten, und ihnen alles neu erklären musste.

Solche Situationen will das Projekt «Transition to Home» künftig verhindern. Initiiert wurde es von der Disziplin Geburts-

LITERATUR

Leben wie auf dem Mars

US-Autor T. C. Boyle erzählt in seinem neuen Roman «Die Terranauten» von einem grandios gescheiterten Experiment in der Sonora-Wüste. **SEITE 22**

hilfe der Berner Fachhochschule zusammen mit der Neonatologie Inselspital Bern. Diesen Frühling wird erstmals ein Pilotprojekt durchgeführt, das junge Familien mit einem frühgeborenen Kind unterstützt und sie später auch auf dem Weg nach Hause und in den Familienalltag begleitet (siehe Interview unten).

Denn die Heimkehr mit einem Frühgeborenen nach einem dreimonatigen Spitalaufenthalt ist nicht ohne. Das merkte auch Nathalie Messerli. Kaum war die Familie freudig, aber nervös daheim, standen plötzlich wichtige Fragen im Raum: «Hat Loriana ihre Medikamente heute schon bekommen? Wie hat sie in der Nacht geschlafen?» Als die be-

Die Heimkehr mit einem Frühgeborenen nach einem dreimonatigen Spitalaufenthalt ist nicht ohne.

sorgte Mutter ein paar Tage später auf der Neonatologie anrief, um weitere Detailinformationen zu erhalten, war niemand auf dem Laufenden – Loriana war nicht mehr registriert, niemand mehr für sie zuständig. Dank dem neuen Projekt soll auch das künftig nicht mehr vorkommen.

Viele kleine Alltagsfragen

Inzwischen hat sich die Familie ein wenig zu Hause eingewöhnt, Nathalie Messerli ist zwar müde, aber nicht völlig am Rand. Demnächst kommt Lynnea vom Kindergarten heim, Maliyah, die Mittlere, will zeichnen und hat Hunger, die kleine Loriana muss ihre Medikamente schlucken, der Haushalt wartet, und die Bilder stehen seit dem Umzug noch auf dem Sofa. Der ganz normale Alltag einer Mutter mit drei kleinen Kindern. Nur nach fast sechs aufwühlenden Monaten halt noch ein bisschen schwieriger. Deshalb fände es auch Nathalie Messerli hilfreich, wenn sie eine ständige Ansprechpartnerin hätte, die ihr bei all den kleinen Alltagsfragen rund um ihre zarte jüngste Tochter zur Seite steht.

Claudia Weiss

«Das Ganze erlebte ich wie in Trance, ich wusste nicht, wie mir geschah.»

Nathalie Messerli (25) über die vorzeitige Geburt ihrer Tochter

te sich den Alltag zu Hause in der Nähe von Bern. «Nach wochenlangender Betreuung durch die Grosseltern ist es an der Zeit, dass die beiden älteren Töchter Lynnea und Maliyah wieder mal zu Hause schlafen können», sagte sich Nathalie Messerli.

Pünktlich zum Kindergartenbeginn der fünfjährigen Lynnea wurde die Betruhe gelockert. «Aber ich konnte sie nur eine Woche auf dem Kindergartenweg begleiten, dann fingen die Beschwerden wieder an», erinnert sich die junge Mutter. Plötzlich

NATASCHA SCHÜTZ HÄMMERLI

«Das ganze Familiensystem wird stabilisiert»

Leiterin Natascha Schütz Hämmerli über Idee und Ziele des neuen Projekts von Inselspital und Berner Fachhochschule.

Frau Schütz, wie ist die Idee zum Projekt «Transition to Home», also «Übergang nach Hause», entstanden?

Natascha Schütz Hämmerli: Fast jedes zehnte Neugeborene kommt zu früh zur Welt, also vor der vollendeten 37. Schwangerschaftswoche. Einige Eltern sind wochenlang unsicher, ob ihr Kindchen überhaupt überlebt.

Und wenn sie es endlich mit nach Hause nehmen dürfen, sind sie bereits enorm erschöpft: Jeder Übergang von einer Abteilung zur nächsten und schliesslich nach Hause ist ein Stressfaktor. Diesen Eltern wollen wir helfen.

Wann setzt Ihr Projekt ein?

Ab Geburt bis sechs Monate nach der Heimkehr. Hauptziele sind, die Familie emotional zu stärken und ihre Bedürfnisse ins Zentrum zu stellen statt die medizinischen Themen. Auch wollen wir mit dem Projekt die



Natascha Schütz Hämmerli (44), Projektleiterin «Transition to Home»

Zusammenarbeit des Fachpersonals untereinander optimieren und koordinieren.

Wie soll das genau aussehen?

Eine spezialisierte Pflegefachperson wird vom ersten Tag an Ansprechperson für die Familie

sein und sie über den Spitalaustritt hinaus weiter begleiten, beraten und unterstützen. Sie fördert und koordiniert auch die Zusammenarbeit von allen Fachpersonen wie Musiktherapeutin, Psychologin, Hebamme, Sozialberatung, Ärzten, Spitex, Mütter- und Väterberatung sowie weiteren Fachleuten.

Was sind die grössten Schwierigkeiten, denen Eltern mit einem Frühgeborenen begegnen?

Die oft völlig unvorbereitet frühe Geburt ist für Babys und

Eltern ein Schock und hinterlässt viele traumatisiert. Fast die Hälfte dieser Mütter leidet unter Depressionen oder Angstzuständen. Dies wiederum kann die Gesundheit des Kindes und seine langfristige Entwicklung negativ beeinflussen.

Hilft man den Eltern in dieser Zeit, hat das also sogar weitreichende Auswirkungen.

Ja, wir unterstützen letztlich nicht nur die Eltern, sondern auch die Babys: Diese entwickeln sich seelisch und körper-

lich erwiesenermassen besser, wenn ihre Eltern dank Unterstützung ruhig und zuversichtlich sind und feinfühlig auf die Bedürfnisse des Kindes eingehen können. Das gesamte Familiensystem wird stabilisiert und gestärkt, Wiedereintritte und notfallmässige Kinderarztbesuche werden reduziert, was letztlich enorme Kosten im Gesundheitswesen spart.

Interview: chw

Mehr Informationen: www.transitiontohome.ch.