

Nichts beruhigt Lena so sehr wie die Nähe ihrer Mutter. Als sie zur Welt kam, wog Lena gerade mal 1430 Gramm

Frühstart

Frühchen: so winzig, so zart – und oft noch nicht bereit fürs Leben. Auf der Frühchenstation helfen Ärzte den Kleinen, schnell fit zu werden. Die Eltern spielen dabei eine entscheidende Rolle

Unsere Experten



Prof. Dr. Helmut Hummler ist Leiter der Sektion Neonatologie der Universitätsklinik für Kinder- und Jugendmedizin in Ulm



Privatdozentin Dr. Angela Kribs ist Kinderärztin mit Schwerpunkt Neugeborenenintensivmedizin. Sie arbeitet als Oberärztin an der Universitätskinderklinik Köln und ist ehemaliges Vorstandsmitglied der WHO/Unicef-Initiative „Babyfreundliches Krankenhaus“

Eigentlich dürfte Lenn gar nicht hier sein. In diesem Raum mit Überwachungsmonitoren an der Wand und piepsenden Geräten, mit Sonden an seinem winzigen Körper und einem Schlauch in der Nase. Vor 33 Wochen war er gerade mal eine Eizelle. Lenn, heute drei Wochen alt, kam als Frühchen zur Welt – zehn Wochen vor dem errechneten Geburtstermin.

Etwa 60000 Kinder werden in Deutschland vor der 37. Schwangerschaftswoche geboren – das ist jedes zehnte Baby. Diese Kinder sind auf Hilfe angewiesen: Ihr kleiner Körper ist noch nicht auf das Leben außerhalb des Mutter-

Lenn kam ganze zehn Wochen zu früh

leibs vorbereitet, die Organe sind noch nicht ganz entwickelt. Je unreifer das Kind, desto größer sind die Schwierigkeiten, mit denen es zu kämpfen hat.

Auch Lenn war noch nicht bereit für diese Welt. In der 29. Schwangerschaftswoche – während an-

dere Eltern noch über die Farbe im Kinderzimmer verhandeln – platzte bei Sandra Baier (40) die Fruchtblase. Einige Tage konnten die Ärzte an der Universitätsklinik Ulm Lenns Geburt hinauszögern. In Woche 30 halfen sie ihm mit einem Notkaiserschnitt auf die Welt. Lenn wog 1630 Gramm, nicht mal halb so viel wie die meisten Kinder, und maß 43 Zentimeter. Wie viele Frühchen konnte er seine Körperwärme nicht halten. Außerdem hatte er Probleme zu atmen und zu wenig Kraft, um selbst zu schlucken – all das muss ein Kind in diesem Alter eigentlich auch noch nicht können. Die erste Woche verbrachte er, geschützt vor der Außenwelt, in der warmen, feuchten Atmosphäre eines Inkubators. „Er war so verletzlich, so winzig und zart, dass wir uns kaum trauten, ihn zu berühren“, erinnert sich Sandra Baier.

Für die Eltern war es ein Schock, ihr Kind zwischen all den Kabeln und Schläuchen zu sehen. Ihre Ängste zu dieser Zeit sind die gleichen, die fast alle Eltern von Frühchen durchleben. Sie krei-

sen um die Frage: Ist mein Kind bereit zu leben?

Auch Vanessa Weiller (26) stellte sich diese Frage. Ihre Tochter Lena kam in der 30. Woche mit 1430 Gramm und 38 Zentimetern zur Welt. „Zuerst fühlte ich mich

Die Mutter weiß: Lena ist in guten Händen

mit der Situation völlig überfordert. Ich habe einfach nur gebetet, dass alles gut wird“, erzählt die junge Mutter. Trotz ihrer Ängste um ihr Kind fühlte sich Vanessa Weiller in der Ulmer Uniklinik – einem der größten Perinatalzentren Deutschlands – von Anfang an in guten Händen. Eine Woche musste Lena auf der Intensivstation bleiben, dann verlegten die Ärzte sie auf die Früh- und Neugeborenenstation – in das Zimmer von Lenn.

In der Regel bleiben die Frühchen nicht ganz bis zu ihrem errechneten Geburtstermin in der Klinik. Bis es so weit ist, verbringt Vanessa Weiller fast jede freie Minute mit ihrem Kind. Auf Besuchszeiten muss sie dabei keine Rücksicht nehmen. Die sind hier für die Eltern von Frühge-

Gemeinsam für die Allerkleinsten Musik zur Entspannung, ein Video gegen Abschieds- schmerz: Beispiele, wie die Förderung von Frühchen heute aussehen kann

Eltern-Power

Kinder, die Mama und Papa nah bei sich spüren können, werden schneller gesund. An der Uniklinik Ulm werden Eltern auch in die Pflege miteinbezogen: Sie dürfen ihre Kleinen wickeln, baden, wiegen, füttern – erst unter Anleitung, später dann alleine. Schulungen ergänzen das Konzept.

Musiktherapie

An der Uniklinik Münster und in der Klinik Josefinum in Augsburg lauschen frühgeborene Babys entspannenden Tönen. Mit dem Angebot „Radio Mama“ der Uniklinik Köln können Eltern Geschichten und Gedanken einsprechen und aufnehmen, um sie ihrem Kind im Inkubator vorzuspielen. Denn die Stimme von Mama und Papa wirkt besonders beruhigend.

Muttermilch

Dass Babys von Muttermilch in vielfältiger Weise profitieren, darüber sind sich Experten einig. Deshalb bekommen beispielsweise an den Unikliniken in Ulm und Köln auch Frühgeborene – zum Teil über eine Magensonde oder in den Mund geträufelt – die wertvolle Milch, die das Immun- und Verdauungssystem der Kleinen stärkt.

Rooming-in-Zimmer

Haben Mutter und Kind einen geschützten Raum für sich und kann das Baby im Beistellbett schlafen, stärkt das die Bindung und schenkt Geborgenheit. Das hilft den Kleinen bei ihrer Entwicklung. Gesehen zum Beispiel im St. Joseph Krankenhaus in Berlin Tempelhof und im Klinikum Leipziger Land in Borna.

Video-Botschaft

Der Abschied am Abend fällt leichter, wenn Eltern wissen, dass sie ihr Kind auch von zu Hause aus sehen können. Das geht an der Berliner Klinik Charité per Video. „Sternchenstunde“ nennt sich dieser Service: Über eine verschlüsselte Internet-Verbindung haben Eltern ihr Baby auch dann im Blick, wenn sie gerade nicht bei ihm im Krankenhaus sein können.

→ borenen längst abgeschafft. Damit folgt man in Ulm einer Erkenntnis, die sich bei der Versorgung der Allerkleinsten immer mehr durchsetzt: Die Nähe der Eltern hilft den Kindern, schneller fit und gesund zu werden. Denn beim Kuscheln beruhigt sich der Herzschlag der Babys, die Atmung wird gleichmäßiger – und das wirkt sich auch auf die Länge des Klinikaufenthalts aus. „Wir beobachten, dass sich Frühgeborene, die regelmäßig intensiven Kontakt mit ihren Eltern haben, besser entwickeln. Häufig können wir diese Kinder auch früher entlassen“, sagt Angela Kribs, Oberärztin an der Universitätskinderklinik Köln. Auch in

Schmusen beruhigt und stärkt die Heilkräfte

Köln fördert man deshalb bewusst die frühe Bindung, also das Bonding zwischen Mutter bzw. Vater und Baby. Können die Kinder ihre Eltern fühlen, riechen und hören, schenkt ihnen



diese Nähe die Geborgenheit, die gerade Frühchen so dringend brauchen. Eine besondere Rolle spielt dabei der Haut-an-Haut-Kontakt.

Lenn ruht auf der nackten Brust seines Vaters, die Augen geschlossen, die winzigen Hände in den dunklen Brusthaaren seines Papas vergraben. Ihm ist anzu-



sehen, wie sehr er beim Känguruen die Nähe zu seinem Vater genießt. Lenn schläft entspannt und tief, ruhig und gleichmäßig geht sein Atem. Dass ihm die körperliche Nähe guttut, kann man auch auf dem Monitor sehen, der Lenns Herzschlag und seine Atmung überwacht.

„Es bestätigt sich immer wieder, dass Frühchen beim Känguruen bessere Werte haben und sich insgesamt wohler fühlen“, weiß Angela Kribs, die im vergangenen Jahr mit dem „Preis für außergewöhnliche Leistungen zum Wohle der Allerkleinsten“ (PauLA) ausgezeichnet wurde. Auch die Eltern-Kind-Bindung wird durch das Känguruen spürbar gestärkt.

Für Andreas Baier, den Papa von Lenn, steht in solchen Momenten die Zeit still. „Für mich gibt es kein größeres Glück, als meinen

Bei Lenns Anblick ist alles andere vergessen

Sohn so nah bei mir zu spüren“, sagt der 41-Jährige. Lenn ist sein erstes Kind. Er und seine Frau besuchen ihn jeden Tag, wechseln sich ab, um möglichst viel bei ihrem Sohn sein zu können. Seine Arbeitstermine, sagt der Wirtschaftsingenieur, legt er um

die Krankenhaustermine herum: „Lenn hat für mich oberste Priorität. Wenn ich bei ihm bin, empfinde ich nur Liebe und Dankbarkeit.“ Für Ängste und Sorgen ist in diesen innigen Momenten kein Platz. Die kommen erst, wenn Andreas Baier seinen Sohn spät abends im Krankenhaus zurücklassen muss. Lenn nicht mitnehmen zu können, versetzt dem Vater jedes Mal einen Stich. Was ihm dabei hilft, sind Gespräche mit Menschen, die dieses Gefühl aus eigener Erfahrung kennen.

Mathilde Maier weiß, wie es Eltern in solchen Momenten geht. Die Vorsitzende des Förderkreises für intensivpflegebedürftige Kinder Ulm e. V. ist selbst Mutter eines Frühchens. Dass aus ihrer Tochter Jasmin mal eine lebenslustige, gesunde Frau werden würde, schien nicht immer sicher. Maier brachte ihre

Warum ein Frühchen? Oft gibt es keine Antwort

Tochter in der 29. Woche auf die Welt. Das ist jetzt fast 30 Jahre her. In der Versorgung von Frühchen hat sich in dieser Zeit viel zum Positiven verändert – und das ist auch engagierten Eltern wie Mathilde Maier zu verdanken. „Die ersten zwei Lebensjahre verbrachte Jasmin fast nur im Krankenhaus. Ich war jeden Tag bei ihr“, erzählt Maier. Schuldgefühle und Ängste saßen mit ihr Tag für Tag am Bett ihrer Tochter. „Ich konnte mir nicht erklären, warum mein Körper mein Kind nicht bis zuletzt versorgen konnte. Dabei war Jasmin doch ein Wunschkind.“

Hoher Blutdruck, eine Infektion, eine Schwangerschaft mit Mehrlingen oder schlicht genetische Veranlagung – all das können Gründe für eine Frühgeburt sein. Tatsächlich gibt es in etwa der Hälfte der Fälle aber keine eindeutige Erklärung, warum ein Kind zu früh zur Welt kommt. →

→ Statt des heilen Familienlebens, das sich Mathilde Maier erhofft hatte, bestimmte die Sorge um ihr viel zu früh geborenes und krankes Kind den Alltag. Bonding und Känguruen hatten sich damals noch nicht durchgesetzt. Eine Mutter, die ihre Tage in der Kinderklinik verbringt, war die Ausnahme und im Klinikalltag nicht vorgesehen. In dieser Zeit gab es kaum genügend Betten und Personal, um alle Früh-

Eltern helfen Eltern: Dieses Konzept geht auf

chen zu versorgen – zu knapp war das Geld aus den öffentlichen Kassen. Das Team der Frühchenstation und Mathilde Maier gründeten aus dieser Notlage heraus einen Verein. Das Ziel: die bestmögliche Behandlung von Frühgeborenen sicherzustellen und deren Eltern zu unterstützen. Inzwischen ist der Förderverein in Ulm der größte



Schmeckt und tut gut:
Abgepumpte Muttermilch
stärkt das Immunsystem

seiner Art in Deutschland. Spendengelder in Höhe von drei Millionen Euro flossen seit seiner Gründung in die Ausstattung der Klinik und in die Forschung. Auch um Angebote wie die psychologische Beratung und die Nachsorge zu Hause kümmern sich Verein und Klinik in enger

Zusammenarbeit. Bis heute dreht Mathilde Maier in Ulm jeden Freitag ehrenamtlich ihre Runden auf der Frühchenstation und nimmt sich Zeit für die Mamas und Papas.

Für die Eltern von Lenn und Lena sind solche Gespräche unbezahlbar. „Es tut gut, sich verstanden zu fühlen. Gerade wenn man weiß, dass dieser Mensch eine ähnliche Situation durchgemacht hat“, sagt Andreas Baier, Vater von Lenn. „Reden und ernst genommen werden, das allein hilft schon“, findet Vanessa Weiller, die Mutter von Lena.

Vor den Klinikfenstern hat der Abend die Stadt in blaues Licht getaucht. Für Vanessa Weiller wird es langsam Zeit zu gehen. Das Ziehen im Bauch, wenn sie ihre Tochter hierlassen muss, ist immer noch da. Aber die Angst ist weg. Sie weiß ja: Bald darf Lena mit nach Hause. □

ELISABETH GÖPEL

INTERVIEW

„Wir brauchen die Eltern als Experten“



Prof. Dr. Helmut Hummler leitet die Frühchenstation (Neonatologie) an der Universitätsklinik Ulm und weiß, warum Eltern bei der Behandlung der Kleinen unverzichtbar sind

Sie forschen an neuen Behandlungsmethoden für Frühgeborene.

Welche Rolle spielen dabei die Eltern?

Eine entscheidende. Der enge Kontakt zwischen Eltern und Kind fördert die Bindung und den Gesundheitszustand des Babys. Wir beziehen die Eltern deshalb so früh wie möglich in die Versorgung ein. Dazu gehören wiegen, baden, füttern genauso wie der Austausch mit dem Klinik-

personal. Eltern, die mitarbeiten wollen und können, werden von uns Schritt für Schritt angeleitet. Oft wissen Eltern den Zustand ihres Kindes am besten zu deuten. Wir möchten sie deshalb als mitberatende Experten in die Behandlung einbeziehen.

Sie setzen auch auf die Ernährung mit Muttermilch.

Ja, denn Muttermilch besitzt besondere Eigenschaften, die das Kind stärken. Frühgeborene,

die mit Muttermilch ernährt werden, leiden beispielsweise seltener an entzündlichen Darmerkrankungen. Sind die Frühchen noch zu schwach, um zu schlucken, bekommen sie die abgepumpte Milch ihrer Mutter über eine Magensonde. **Eine Frühgeburt birgt immer ein Risiko. Auf was sollten Eltern bei der Klinikwahl achten?** Je früher die Kinder zur Welt kommen, desto größer sind die Risiken.

Gerade bei der Versorgung von besonders früh geborenen Kindern mit einem Geburtsgewicht unter 1500 Gramm braucht man deshalb Ärzte und Personal mit sehr viel Erfahrung. Diese Frühgeborenen müssen in speziell ausgestatteten Krankenhäusern, den Perinatalzentren, betreut werden. Auf www.perinatalzentren.org können sich Eltern über die Qualität der Versorgung in den Kliniken informieren.