

Meine Arbeit als JSJ-Hebamme

Ich bin Cornelia Hannken-Illjes, Jahrgang '68, seit 1989 examinierte Hebamme, habe vier eigene Kinder geboren und praktiziere seit 1994 Jin Shin Jyutsu.

Wenn ich auf JSJ-Kursen meine Textbücher auf den Tisch lege, dann bin ich schon einige Male gefragt worden, warum die Bücher so abgegriffen aussehen. Der Grund ist klar: Ich benutze sie täglich. Sie sind ein fester Bestandteil meines Hebammenkoffers geworden und wichtiger als mein Kalender.

Ich möchte euch nun einfach von meiner Arbeit als freiberufliche Hebamme berichten. Um einerseits zu zeigen, was Hebammenarbeit eigentlich bedeutet und andererseits, um andere Hebammen zu ermutigen, JSJ mehr in ihr Arbeitsfeld einzubauen.

Schauen wir doch mal ein Jahr zurück, ein Morgen im Dezember 2009: Ich packe meinen Hebammenkoffer, nehme zwei Bücher mit und ihr seid auch dabei:

Heute ist eigentlich Hebammentreffen, aber die Wetterverhältnisse sind so schlecht, dass es abgesagt wird. Wir sprechen die Weihnachtsvertretung per Telefon ab und machen einen neuen Termin im Januar. Einerseits schade, meine fünf freiberuflichen Kolleginnen nicht noch einmal zu sehen und den einen oder anderen Fall zu besprechen. Andererseits bin ich froh, nicht 20 Kilometer in die eine Richtung und dann in die andere Richtung fahren zu müssen. Dann habe ich heute also nur eine Nachsorge. Ein ruhiger Morgen.

Das Telefon klingelt gegen 9 Uhr. A. meldet sich. Wir kennen uns seit ihrer ersten Schwangerschaft vor zwei Jahren. Sie ist sehr erkältet und schlapp und da sie um die Ecke wohnt, kommt sie gerne vorbei. (A. hat in der ersten Schwangerschaft viele JSJ-Behandlungen bekommen, um in der Harmonie zu bleiben. Allerdings hat sie die Geburt als traumatisch in Erinnerung behalten.) Als sie kurze Zeit später auf meiner Liege liegt erzählt sie: „Ich habe vor zwei Tagen einen Schwangerschaftstest gemacht und er war positiv. Da bist du mir gleich eingefallen!“

Es geht ihr wirklich nicht gut: Nase zu bis zum Anschlag (soll heißen, Nasennebenhöhlen sind zu), Kopfschmerzen und sehr geschwächt. Ich fühle die Pulse: 4er Strom. Die Vier – das Fenster – lässt Licht und Luft herein – gibt Saft und Kraft – der 4er Strom ist der Helfer für Nasennebenhöhlenprojekte und erschafft die Verbindung zum inneren Kind - das passt:

Ich bin beim zweiten Griff, als A. noch einmal kräftig ausatmet und seufzt: „Oh, ich habe das vermisst!“. Ich staune: Muss sie erst wieder schwanger werden, um sich den Annehmlichkeiten wie JSJ wieder zu öffnen? (Darauf werde ich später noch mal näher eingehen.)

Ich gebe ihr noch ein paar weitere Tipps (Tee, Fußbäder und ein Schüßlersalz) und mein übliches „Wenn noch was ist, ruf an!“ mit auf den Weg.

Auf zum Hausbesuch. Es geht zu B. Sie hat ihren zweiten Sohn bekommen und körperlich geht es ihr gut. Wie auch in der Schwangerschaft liegt das Projekt eher in der Partnerschaft.

Ich nutze die Fahrt, um meine Gedanken noch einmal laufen zu lassen: In der Schwangerschaft damals war die Querlage des Fötus immer wieder Ausdruck dafür, dass etwas nicht harmonisch ist. Der 13er Strom brachte immer wieder Ruhe und ungefähr in der 38. Schwangerschaftswoche war die Harmonie soweit hergestellt, dass er mit „Schnauze vorne“ an den Start ging. So rede ich normalerweise nicht, aber das kleine Kerlchen trägt heute den Namen eines Rennfahrers und hat sich im Uterus oft auch so benommen. Und auch seine Geburt glich einer Rennfahrt, erblickte er doch beinahe auf dem Krankenhausflur das Licht der Welt.

Nun ist er neun Tage alt und beiden geht es gut. Auch der große Bruder, aus erster Ehe, ist stolz; findet Weihnachten aber deutlich spannender als das Baby. Nur der Vater geht nicht recht an den Start. Er freut sich sehr über seinen Sohn, aber das wars dann auch schon. Er weiß nichts mit sich anzufangen und den Kleinen betrachtet er eher aus der Ferne. Es ist sein erstes Kind und eigentlich ist für ihn jetzt dran, in die Rolle des Versorgers zu gehen. Gäbe es einen Satz, den der Mann in dieser Situation sagen könnte, so wäre es meiner Meinung nach: „Ich kümmere mich darum!“ Er kümmert sich darum, dass seine Frau einen Schutzraum hat. Sie braucht diese Zeit, um einen optimalen Kontakt zu ihrem Kind herzustellen. Wir nennen das heute Bonding. Tut der Mann dies nicht, ist es für die Frau schwierig, in ihrer Mutterrolle anzukommen. Denn ihr Satz wäre: „Ich vertraue Dir! Ich vertraue Dir, dass Du für mich da bist, mit mir in Verbindung bist.“ Was kann da eine Hilfe sein? Mal abwarten und die Pulse fühlen.

Nachdem ich meine vorgeschriebenen Tätigkeiten (Atmung, Hautfarbe, Muskeltonus, Nabelheilung sowie Trinkverhalten des Säuglings, außerdem Allgemeinzustand der Mutter, Brust und Gebärmutterkontrolle) erledigt habe, kommt der beratende Teil. Da die Uteruskontrolle die Untersuchungen abschließen, liegt B. schon auf dem Sofa und so bietet sich das begleitende Strömen an. Man merkt, dass B. enttäuscht ist, dass ihr Partner unterwegs ist und wenig Interesse an allem zeigt.

Die Pulse erzählen etwas vom 9er Strom - ach, wie passend: Endlich da ankommen, wo man eigentlich ist - Ende eines Zyklus' (Schwangerschaft), Anfang eines neuen (Elternschaft). Ich habe in meinen Büchern beim

9er Strom „frühes Wochenbett“ notiert, weil mich beim Besprechen dieser Seiten immer so viel an diese Phase erinnert hat.

Die verbleibende Zeit nutze ich zur Beratung, mit meinen Händen am Körper der Frau.

Wir machen einen Termin für morgen. Feierabend für heute, ab nach Hause, mit der Vorfreude, dass heute Nachmittag „Strömtreffen“ ist.

Am nächsten Tag ist B. die einzige auf meinem Kalender. Kurz vor Weihnachten finde ich das sehr angenehm. Bin gespannt, was mich heute erwartet.

Nachdem wir die Routine abgearbeitet haben, erscheint ihr Freund. Er berichtet, dass er schon einen Weihnachtsbaum besorgt hat und nun habe er alles erledigt, er hätte gestern schon vorgearbeitet und habe jetzt frei. Wir Frauen sind tatsächlich sprachlos: Sein Verhalten zeigt zum ersten mal wirkliches Interesse am Familienleben. Ist das schon eine Wirkung des gestrigen 9er Stroms?

Der Moment ist günstig: Ich frage, ob wir zusammen den „Pit Stop“ (das Wickeln) erledigen wollen. Klares „ja“ – alles gut. Seine Premiere läuft gut, er braucht einfach noch Zeit und Vertrauen.

Etwas später sind wir vereint im Wohnzimmer, Papa kuschelt mit seinem Sohn, Mama bekommt noch einen Milz-Strom und alle sind zufrieden. Wir machen einen Termin für Anfang Januar. Das Kind ist heute zehn Tage alt, deshalb enden jetzt meine täglichen Besuche und außerdem kenne ich die Frau aus der ersten Schwangerschaft und weiß, dass sie sich meldet, wenn sie Fragen oder Probleme hat.

Auf dem Rückweg denke ich über das Erlebte noch einmal nach: Warum hat er nicht gesagt, dass er schon vorarbeitet? Das hätte die Situation deutlich entstresst. Vielleicht sollte ich beim nächsten Besuch mal an den Vermittlerstrom denken ...

Weihnachten wird ruhig.

Ich beginne mein Arbeitsjahr am 4. Januar mit einem Besuch bei B. Die ganze Familie hat einen ruhigen Jahreswechsel verlebt und ist noch dabei, sich neu zu sortieren. Von außen betrachtet sind sie auf einem guten Weg. Der Säugling zeigt seine Zufriedenheit indem er deutlich an Gewicht zugelegt hat und gerne und ruhig schläft. Die zu meisternde Situation ist eine echte Herausforderung: Beide Elternteile sind selbständig und müssen selber für Regeln sorgen. Bei Angestellten sind die Bedingungen klar. Z. B. ist nach zwei Wochen der Urlaub vorbei, dann ist der Mann von sieben bis siebzehn Uhr weg. In dieser Zeit muss sich die Mutter um die Kinder kümmern. Alles ist klar geregelt. Bei Selbständigen gibt es diese Regelungen nicht. Die Kinderbetreuung wird häufig schlecht organisiert und die junge Mutter hat schnell ein schlechtes Gewissen. Eigentlich hat sie keine Chance: Beschäftigt sie sich verbindlich mit dem Kind, kommt der Job zu kurz, läuft die Arbeit weiterhin gut, geht das zu Lasten des oder der Kinder.

Ich bin froh, dass wir meinen Beratungsteil wieder mit strömen unterstützen und der 13er Strom um Harmonisierung gebeten hat. Wir besprechen noch einmal die Möglichkeiten. B. entschließt sich ihre im Hause lebende Mutter nun doch zu fragen, ob sie verbindlich zur Babybetreuung zur Verfügung steht. Das Verhältnis von Mutter und Tochter ist, wie so oft, nicht ganz einfach. Aber sie ist durchaus bereit, ihre Tochter zu unterstützen, ist sie doch ganz vernarrt in ihre beiden Enkel. Großelternenergie ist ein besonders wertvolles Geschenk für Kinder.

So verbleiben wir erst einmal und machen einen Termin für die nächste Woche.

Beim Verlassen des Hauses treffe ich noch ihren Partner und er sagt: „Ach, wie schön, dass du wieder da warst, dann ist B. immer so gut drauf!“ – Ach, wie nett das zu hören. Danke, JSJ!

Nach einer 25-minütigen Fahrt entlang des Weserdeichs lerne ich S. kennen. Sie hat nicht gewusst, dass sie die Betreuung durch eine Hebamme in Anspruch nehmen kann. Also treffen wir uns des erste Mal fünf Tage nach der Geburt ihrer Tochter.

Sie beantwortet meine Fragen zu Schwangerschaft und Entbindung und dem bisherigen Wochenbettverlauf. Alles soweit gut, Routine abgehakt. Da fällt mir auf, dass sie sich sehr vorsichtig auf das Sofa setzt. Sie beantwortet meinen skeptischen Blick: „Hämorrhoiden! Ich habe eine Creme aus dem Krankenhaus mitbekommen, aber es ist echt die Hölle! Die haben mir gesagt, ich soll abwarten.“ Ich antworte: „Abwarten oder wegströmen?“ S. antwortet, wie aus der Pistole geschossen „Wegströmen!“, obwohl sie überhaupt keine Ahnung hat, was Strömen ist.

Während ich mit dem Blasenstrom beginne, erkläre ich ihr, was JSJ ist. Sie ist einfach bereit, die „Dinge“ loszulassen. Das ist das Besondere an dieser Wochenbettzeit: Die Frauen haben eine sehr hohe Heilungsmotivation.

Nachdem alle Fragen zu JSJ, Stillen, etc. beantwortet sind, verabreden wir uns für den nächsten Tag. Ich freue mich beim nach Hause fahren schon auf morgen, weil ich ja weiß, dass es ihr dann schon besser gehen wird.