

KIND & KEGEL

Tipps

Manchmal sind die Nachmittage lang, die Wochenenden verregnet. Im Wechsel werden hier Dinge zum Hören, Spielen, Vorlesen und Anschauen für Kinder vorgestellt. Und für die Eltern gibt es Buchtipps.

In fremden Köpfen

„Woran denkst du?“ ist ein Buch, bei dem die Leser sich in fremde Köpfe hineinphantasieren können. Auf jeder Doppelseite findet sich links ein Satz, „Sophie ist traurig“ oder „Moritz ist ganz einfach glücklich“, rechts zeichnet Laurent Moreau ein Bild der jeweiligen Figur mit Klappe, dahinter verbergen sich Bilder ihrer Gedanken. Moritz' Glück besteht zum Beispiel im Fahrradfahren und Bestaunen von Vögeln – ein originelles Anregebuch, um sich auch ein Bild über seine eigenen Gefühle und Gedanken zu machen. GOLO



Laurent Moreau:
Woran denkst du?
Verlagshaus Jakoby & Stuart, Berlin. 44 Seiten, 16 Euro. Ab 4

Lesen und machen

Es gibt so Tage, da weiß das Kind nichts mit sich anzufangen. Die Eltern aber auch nicht. Genau für solche Momente ist dieses Buch mit dem etwas komischen Titel da. Mit nur wenigen Mitteln wie Stiften, Papier, Schere, Klebeband und so weiter kann man sich lustige Zeitvertreibsachen ausdenken. Bei manchen Unterhaltungsideen („Kommando Pimperle“) fragt man sich, warum es dafür Anleitungen braucht. Und dass man eine „Super-Lupe“ benötigt, um manche Dinge zu entziffern, erschließt sich vielleicht nur dem Kind im Manne. NJA



Super, Papa! Für Heldenkräfte braucht es keinen Umhang ...
Topp Verlag, 16,99 Euro

Spiele-App

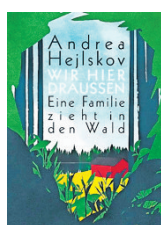
Als „Lindbergh“ 2014 erschien, wurde das zauberhafte Bilderbuch mit Preisen überhäuft. Erzählt doch Torben Kuhlmann darin auf historisch genauen Tableaus die Geschichte einer Maus, die in den 1920er Jahren als erste allein den Atlantik überquerte. Die Idee, Kinder mittels tierischer Hauptfigur für Geschichte zu begeistern, setzt die App fast besser, da filmisch und interaktiv um: musikalisch untermalt, mit atmosphärischen Hintergrundgeräuschen und sonorer Stimme vorgelesen. Ein Erlebnis! INE



Torben Kuhlmann/ Tigercreate: Lindbergh.
Oetinger, 2015, 3,99 Euro, ab 5 Jahren.

Lesen

Eine Familie ist wahnsinnig überfordert vom digitalisierten Alltag. Deshalb zieht die dänische Autorin Andrea Hejlskov mit Mann und vier Kindern in den Wald – sehr weit weg von Deadlines und Computerspielen, aber nah dran an anderen Problemen: Wie hackt man Holz? Wie lebt man ohne Elektrizität und Geld? Wie geht man mit der Unvorhersehbarkeit der Natur um? Mit der Kälte? Mit den Tieren? Es ist schön zu lesen, mit welcher Ehrlichkeit Hejlskov über ihre Erlebnisse schreibt. Und was diese Erfahrungen mit der Familie machen. NJA



Andrea Hejlskov:
Wir hier draußen. Eine Familie zieht in den Wald. Mairisch Verlag, 20 Euro.

Wenn das Bettchen leer bleibt

Fehlgeburten kommen häufig vor: Etwa die Hälfte aller befruchteten Eizellen werden nicht bis zum Ende ausgetragen. Doch wie gehen Betroffene damit um? Eine werdende Mutter berichtet.



Mit dem Einrichten des Kinderzimmers warten viele Paare ab. Die meisten Fehlgeburten geschehen vor der zwölften Schwangerschaftswoche.

VON
MELANIE MAIER

Die Blutung überraschte Lara Burkhardt (Name von der Redaktion geändert) in der 15. Schwangerschaftswoche. Sofort fuhr sie in die Frauenklinik. Dort, auf dem Untersuchungsstuhl, wartete sie eigentlich nur darauf, dass die Ärzte ihr mitteilen würden: Leider hat es wieder nicht geklappt. Angespannt versuchte sie, während des Ultraschalls nicht auf den Monitor zu schauen, sich nicht zu fragen: Ist mein Baby groß genug, um zu überleben? Schlägt sein kleines Herz?

Zwei Schwangerschaften hatte Lara Burkhardt zu diesem Zeitpunkt bereits hinter sich. Die erste endete im April 2016. Gerade einmal zwei Wochen zuvor hatte die 32-jährige Berufsschullehrerin aus Stuttgart von dem Kind erfahren. Bei der ersten Vorsorgeuntersuchung schien alles in Ordnung. Doch bei der zweiten Untersuchung, eine Woche später, stand fest: Das Kleine wächst nicht mehr. „Es sah noch genauso aus wie in der Woche davor“, erinnert sich Lara Burkhardt.

Ihr zweites Kind verlor sie rund sieben Monate später, im November 2016. Auch dieses Mal hatte sich das Embryo nicht weiterentwickelt. Das Herzchen, das seit der siebten Schwangerschaftswoche schlagen sollte, stand in der zwölften Woche still. Der Befund traf sie vollkommen unvorbereitet, sagt Lara Burkhardt. „Natürlich weiß man, dass so etwas vorkommt. Aber man denkt: Das kann nicht wahr sein. Das kann nicht mir passieren.“

Tatsächlich kommen Fehlgeburten häufig vor. Rund 15 Prozent aller bereits festgestellten Schwangerschaften enden vorzeitig. Die Gesamtzahl dürfte jedoch weitaus höher liegen, sagt die Stuttgarter Frauenärztin Kirsten Waidelich: „Man geht davon aus, dass circa die Hälfte aller befruchteten Eizellen nicht die zwölfte Schwangerschaftswoche erreicht.“ Meist bemerkt die Frau nicht einmal, dass sie schwanger ist. Ihre Periode kommt etwas verspätet oder verstärkt, das war's.

Laut Hochrechnungen erfolgen 80 Prozent der Abgänge in den ersten zwölf Schwangerschaftswochen. Der Grund liegt wahrscheinlich zumeist beim Kind, erklärt Waidelich: „Die Zellteilung ist ein sehr komplizierter Vorgang, bei dem oft Fehler passieren.“ Liegt beim Embryo ein Chromosomensatz vor, der so mit dem Leben nicht vereinbar ist, entwickelt er sich schlicht nicht weiter. „Ich versuche der Patientin zu erklären, dass das im Prinzip ein sehr gesunder Mechanismus ist“, sagt die Gynäkologin. „Es wäre für

die Frau viel schlimmer, das Kind in der 20. Woche oder am Geburtstermin zu verlieren – oder es lebendig auf die Welt zu bringen und dann doch akzeptieren zu müssen, dass es bald sterben wird.“ Solche Fälle gebe es selbstverständlich auch, „aber die kommen sehr selten vor“.

Neben der fehlerhaften Zellteilung beim Kind gibt es weitere Gründe, die zu einer Fehlgeburt führen können. Und die bei der Frau liegen: etwa eine bisher unentdeckte Blutgerinnungsstörung, ein genetischer Defekt oder eine Stoffwechselkrankheit wie Diabetes oder eine Schilddrüsenfunktionsstörung. Auch das Alter der Frau kann sich auf den Erfolg einer Schwangerschaft auswirken. „Nach der dritten Fehlgeburt wird untersucht, warum es bisher nicht geklappt hat.“

Bei Lara Burkhardt lagen gleich zwei Gründe vor, die eine komplikationsfreie Schwangerschaft erschwerten: Zum einen leidet sie unter einer Hashimoto-Thyreoiditis – einer chronischen Schilddrüsenentzündung. Zum anderen funktionieren zwei ihrer Blutgerinnungsfaktoren nicht richtig. Seit sie im Februar 2017 zum dritten Mal schwanger wurde, muss sie täglich Blutverdünner einnehmen und sich selbst Thrombozyten spritzen verabreichen. Das ist unangenehm für die werdende Mutter; und zugleich eine Erleichterung. „Davor habe ich mich manchmal gefragt: Habe ich etwas falsch gemacht? Habe ich zu heiß gebadet? Oder etwas Schlechtes gegessen?“ Die Angst, etwas falsch zu machen, kennen wohl fast alle werdenden Mütter. Doch dass die Frau selbst zum Verlust des Kindes beiträgt, ist – sofern sie nicht raucht, trinkt, Medikamente einnimmt oder Röntgenstrahlung ausgesetzt ist – fast ausgeschlossen. Schwangere können nach wie vor Sport treiben, Sex haben, arbeiten. „Solange man auf den Körper hört, kann man eigentlich nichts falsch machen“, betont Kirsten Waidelich.

Nichtsdestotrotz begleitete Lara Burkhardt die Angst, auch dieses Kind zu verlieren, monatelang. „Vor allem, als es sich noch nicht bewegt hat.“ Zudem litt sie unter der Trauer um die beiden Babys, die es nicht geschafft hatten. Mit einer Reise nach der ersten Schwangerschaft und einem Umzug nach der zweiten blieb nicht viel Zeit, um das Geschehene zu verarbeiten. Dazu kam, dass auch ihre Schwägerin 2016 schwanger geworden war. Weihnachten feierte Lara Burkhardt deshalb nicht mit der Familie ihres Mannes. „Mir wäre es nicht gut gegangen, wenn ich den ganzen Tag an der Seite einer Schwangeren verbracht hätte“, er-

klärt sie. Ihre Entscheidung traf nicht bei allen in der Familie auf Verständnis.

Dass selbst Nahestehende oft nicht nachvollziehen können, wie sehr Frauen unter dem Verlust ihres ungeborenen Kindes leiden, erlebt die Psychologin und Psychotherapeutin Marja Niklander immer wieder. In einer Beratungsstelle von Pro Familia in Konstanz betreut sie Frauen und Paare nach Fehlgeburten. „In unserer Gesellschaft sind Fehlgeburten noch immer ein Tabu-Thema“, sagt Marja Niklander. „Viele wissen daher nicht, wie sie darauf reagieren sollen – vor allem, wenn man der Frau die Schwangerschaft noch nicht ansehen konnte.“

Auch eine Fehlgeburt ist ein biografisches Ereignis

Und auch den Frauen selbst falle es oft schwer, mit dem Erlebten umzugehen. „Dass die Geburt und der Tod so nahe beieinanderliegen können, ist für viele nicht zu begreifen“, sagt die Psychologin. Betroffenen rät sie, die Fehlgeburt nicht zu verdrängen, sondern die Trauer zuzulassen, den Verlust zu verarbeiten. Dabei könne ein Abschlussritual helfen. Wichtig sei es, als Paar offen zu kommunizieren und dem Kind einen Platz einzuräumen im weiteren Leben: „Auch eine Fehlgeburt ist ein biografisches Ereignis.“ An den beiden errechneten Geburtsterminen kam auch Lara Burkhardt nicht umhin, an ihre verlorenen Kinder zu denken. „Und das wird sich, glaube ich, auch nicht mehr ändern.“ Dennoch überwiegt mittlerweile die Freude auf die Geburt ihres kleinen Sohnes Mitte November – ihres dritten Kindes.

Info

Wie geht es weiter?

Stellt der Frauenarzt fest, dass das Embryo nicht weiterwächst, muss die Schwangerschaft beendet werden. Die Frau hat die Wahl zwischen einem operativen Eingriff („Ausschabung“) und der Tabletteneinnahme.

Wer leistet Hilfe?

Fällt es schwer, die Fehlgeburt mental zu verarbeiten, können Therapeuten, Beratungsstellen sowie spezielle Selbsthilfegruppen helfen. MMA



„Die Zellteilung ist ein sehr komplizierter Vorgang, bei dem häufig Fehler passieren.“

KIRSTEN WAIDELICH,
GYNÄKOLOGIN