



PRESSEMITTEILUNG

09.08.2010

Soziales Zentrum. Beratungsstelle Westhoffstrasse 8-12. 44145 Dortmund.

Tel. 0231-840340. mail: info@westhoffstrasse.de

Datum: 09.08.2010

**„Wir haben uns so gefreut“
Wenn eine Schwangerschaft nicht weiter geht**

In der Beratungsstelle Westhoffstraße treffen immer wieder Anfragen wie die von Kathrin (30 Jahre) ein: „Ich weiß nicht, ob ich bei Ihnen richtig bin. Ich bin ja gar nicht mehr schwanger. Vor drei Wochen hatte ich eine Fehlgeburt. Es war sehr früh, in der 8. Woche, aber trotzdem geht es sehr mir sehr schlecht.“

Frauen wie Kathrin hilft es wenig zu wissen, dass in den ersten 12 Wochen eine Schwangerschaft noch nicht besonders stabil ist. Wissenschaftlichen Studien zufolge enden 10-20% aller festgestellten Schwangerschaften in einer Fehlgeburt vor der 20. Schwangerschaftswoche. 80% dieser Fehlgeburten passieren in den ersten 12 Wochen.

Besonders wenn das Paar ein Baby plant oder schon länger auf ein Kind wartet, ist die Freude und das Glück besonders groß, wenn der Test dann endlich positiv ist. Schnell geht es in die Planung: „wann wäre das Kind denn da, wie machen wir das mit der Elternzeit...“. Manche Frauen entwickeln schon früh eine enge Beziehung zum Baby. Ein bisschen schwanger geht eben nicht.

Kommt es dann zu einer Fehlgeburt, sind die Frauen oft überrascht, wie stark sie der Verlust der Schwangerschaft trifft. Die Reaktionen sind sehr unterschiedlich. Die Einen sind verzweifelt, suchen nach Gründen, machen sich Vorwürfe, denken etwas falsch gemacht zu haben. Andere gehen schnell wieder zur Arbeit, versorgen Haushalt und Familie, als wenn nichts passiert wäre. Zufällige Begegnungen, wie z. B. eine schwangere Kollegin oder ein schreiendes Baby im Park, können dann aber plötzlich starke Gefühle auslösen. Ein Teil der Frauen wiederum erlebt keinen starken Verlust.

Auch für die Partner ist das frühzeitige Ende einer Schwangerschaft oft eine starke Belastung. Viele sind selbst sehr traurig oder wissen nicht wie sie Ihrer Partnerin helfen können. Vielen Paaren hilft in dieser Zeit die Unterstützung durch Familie oder gute Freunde. Dabei kommt es aber auch leicht zu Missverständnissen, sodass die Betroffenen gekränkt sind und sich zurückziehen. Hier ein paar Tipps für den richtigen Umgang:

Was können FreundInnen, Verwandte oder KollegInnen tun?

Bieten Sie an zuzuhören, drängen Sie sich aber nicht auf
Oft brauchen Sie gar nicht viel zu reden, seien Sie einfach da und zeigen Ihre Anteilnahme
Haben Sie Geduld, wenn die Stimmungen bei den Betroffenen stark schwanken: wenn sie am Stück reden und weinen und sich dann wieder komplett zurückziehen

Was sollten FreundInnen, Verwandte oder KollegInnen unterlassen?

Lassen Sie folgende „Tröstungsversuche“ weg:

Besser jetzt als später in der Schwangerschaft

Ihr seid ja noch jung, ihr könnt es doch noch mal versuchen

Vielleicht war es ja behindert

Vielleicht musst du nur ein bisschen entspannen

Betroffene fühlen sich durch diese Aussagen nicht verstanden und könnten zusätzlich verletzt werden.

Was können Betroffene tun:

Sprechen Sie über den Verlust. Gerade wenn die Schwangerschaft noch nicht lange bestand; wenn noch Nichts zu sehen war, ist es schwierig den Gefühlen Worte zu geben.

Nehmen Sie sich Zeit für ihre Gefühle.

Gestalten Sie die Trauer individuell für sich. Vieles ist erlaubt, es muss zu Ihnen und Ihrer Lebensweise passen.

Holen Sie sich Informationen, um das Geschehene zu verstehen.

Suchen Sie professionelle Hilfe, wenn Sie zusätzliche Entlastung oder Beratung benötigen.

Professionelle Unterstützung können betroffene Frauen und deren Partner in der Beratungsstelle Westhoffstraße in der Nordstadt finden. Im Fachteam der Schwangeren-, Schwangerschaftskonflikt- und Familienplanungsberatung arbeiten eine Dipl.-Pädagogin und eine ÄrztinBeraterinnen, die über entsprechende Zusatzausbildungen verfügen. Frauen und Paare können dieses Angebot nutzen, um sowohl außerhalb des medizinischen Praxisbetriebs wie auch dem privatem Umfeld in Ruhe über das Geschehene zu sprechen.

Darüber hinaus können sie sich über die möglichen medizinischen Ursachen einer Fehlgeburt informieren und/oder in einer Folgeschwangerschaft begleiten lassen.

Die Beratungsstelle (www.westhoffstrasse.de) befindet sich in der Westhoffstraße 8-12, nahe Münsterstraße. Termine können vereinbart werden unter Tel. 0231/8403-40.



Birgit Burke
Dipl.-Pädagogin
Fachberaterin Psychotraumatologie



Dorothee Kleinschmidt
Ärztin.
Familientherapeutin

Ansprechpartnerin in der Beratungsstelle:

Birgit Burke
0321 – 8403-40