

SERVICE

Bei langer Trauer Hilfe suchen

Trauer nach einem Todesfall ist eine Reaktion auf den Verlust einer geliebten, wichtigen, nahestehenden und vertrauten Person. Sie äussert sich in Gefühlen wie Niedergeschlagenheit, Wehmut, Bestürzung und Ärger; in Gedanken an den Verstorbenen und an die gemeinsam erlebte Zeit und in Tränen. Die Gefühlslage umfasst häufig auch Befürchtungen und Zukunftsängste. Bei schweren Krankheitszuständen der Selbsterniedrigung, aber auch bei lange anhaltenden schweren Depressionen ist es – anders als bei der zeitlich begrenzten Trauer – unbedingt notwendig, professionelle Hilfe in Anspruch zu nehmen, raten Experten. (sda)

Wenn Oma oder Opa krank sind

Wenn ein geliebter Mensch schwer krank ist und im Sterben liegt, bringt das jeden an emotionale Grenzen. Angehörige möchten nicht, dass das kranke Familienmitglied leidet, und haben den Wunsch, viel lebenswerte Zeit mit ihm zu verbringen. Das ist nicht nur den Erwachsenen, sondern auch den Kindern wichtig. Viele Eltern sind oft verunsichert und fragen sich wie weit sie ihr Kind mit der Krankheit und dem Sterben des Opas oder der Oma konfrontieren können, erklärt eine deutsche Fachspezialistin. Wichtig sei, dass alle Beteiligten das Gefühl haben, dass sie nicht alleine sind. Verstehen und Verständnis würde Kindern in Zeiten, in denen ihre gewohnte Welt ins Wanken gerät, mehr Sicherheit geben. (sda)

Wann Eltern Nein sagen sollen

Eltern möchten ihre Kinder nicht enttäuschen. Doch wann ist es richtig, mal Nein zu sagen? Das ist wichtig, sagen Erziehungsexperten. Will ein Kind ein Smartphone haben, weil es andere Klassenkameraden haben, muss man nicht gleich in den nächsten Laden springen und den Wunsch des Kindes erfüllen. Wenn die Eltern beide zu 100 Prozent berufstätig sind und das Kind seinen freien Nachmittag selbstständig organisieren muss, kann ein Handy nützlich sein. So ist das Kind jederzeit erreichbar. Ist das nicht der Fall, raten die Experten sich mit anderen Eltern abzusprechen und dem Kind klar machen, dass nicht jeder in der Klasse ein Handy hat. (so)



Smartphone

In der Ich-Form kommunizieren

Beziehungsprobleme lassen sich nicht vermeiden, sehr wohl aber reduzieren, wenn man einige Spielregeln beim Streiten und bei der Kommunikation mit dem Partner beherzigt. In der Ich-Form, sodass man die Verantwortung für sein Denken, seine Gefühle und sein Verhalten übernimmt. Sachlich, auf konkrete Situationen bezogen, dass der andere etwas mit den Aussagen anfangen kann. (so)

«Ich vermisse meine Frau und zähle die Tage bis zur Geburt»



Grosse Vorfreude: Nach der Schockdiagnose und der pränatalen Operation freuen sich Bettina und Raphael Frei* aus St. Gallen auf ihr erstes gemeinsames Kind.

Bettina und Raphael Frei* freuen sich auf die Geburt des ersten gemeinsamen Kindes. Nach der Schockdiagnose «offener Rücken» und der Operation des Ungeborenen im Mutterleib steht jetzt die Ankunft des Babys im Zentrum.

Von Magdalena Petrovic (Text) und Olivia Item (Bilder)

Zürich. – Als er seine Frau auf dem Bett auf der Geburtshilfestation des Zürcher Universitätsspitals liegen sieht, strahlt er übers ganze Gesicht. Raphael Frei* beugt sich über seine schwangere Frau Bettina*, die gerade in der 35. Schwangerschaftswoche ist, und gibt ihr einen Kuss. Sie zieht ihr schwarzes Shirt hoch – dann küsst er liebevoll ihren Bauch. Das Ehepaar aus St. Gallen wirkt entspannt und glücklich. Gerade weil sie in den letzten Monaten und Wochen unzählige Schicksalsschläge und Hürden überstehen mussten: In der 17. Schwangerschaftswoche wurde bei ihrem ungeborenen Kind ein offener Rücken, in der Medizin «Spina bifida» genannt, diagnostiziert. Weil man herausfinden

Fetale Chirurgie

Weitere Infos: www.suedostschweiz.ch/dossier

wollte, ob der Fötus noch weitere Fehlbildungen oder eine Chromosomenstörung wie beispielsweise das Downsyndrom hat, wurden nach der Schockdiagnose eine Fruchtwasserpunktion durchgeführt. Es folgten mehrere Beratungsgespräche mit Fachspezialisten. Und bereits in der 25. Schwangerschaftswoche wurde der kleine Fötus pränatal, also vorgeburtlich, im Mutterleib operiert um die Fehlbildung der Wirbelsäule und des Rückenmarks zu korrigieren. Kurz danach – in der 27. und 29. Schwangerschaftswoche – musste die werdende Mutter mit frühzeitigen Wehen kämpfen, die durch den operativen Eingriff an der Gebärmutter ausgelöst worden waren (Ausgaben vom 8. Juli, 16. Juli und 22. Juli).

«Seit der 34. Schwangerschaftswoche befindet sich Bettina Frei nicht mehr in der kritischen Zone einer schweren Frühgeburt», erklärt Martin

Meuli, Kinder- sowie Fetalchirurg und Direktor der chirurgischen Klinik. Der erfahrene Chirurg ist zuversichtlich, dass sie auch im Idealfall die 37. Schwangerschaftswoche erreichen wird.

Nur Kaiserschnitt möglich

«Ich bin glücklich», sagt Bettina Frei, «seit ich die 34. Schwangerschaftswoche erreicht habe, ist alles viel ruhiger und entspannter.» Während sie sanft ihren Bauch streichelt, lächelt sie. Es mache ihr nichts aus, dass sie seit der pränatalen Operation ans Bett gefesselt sei. «Es ist das Beste für unser Kind.» Auch Raphael Frei ist ruhiger und entspannter. «Ich vermisse meine Frau zu Hause und zähle die Tage bis zur Geburt», so der werdende Vater. In rund zwei Wochen soll die Geburt stattfinden. Der Kaiserschnitt ist geplant – die Eltern sind umfassend über den Eingriff informiert. «Ich bin erleichtert, dass ich während des Kaiserschnitts nur eine Teilnarkose bekommen werde», sagt Bettina Frei. Die 35-Jährige hat keine Angst vor diesem Eingriff. Zu gross sei die Vorfreude auf das erste gemeinsame Kind; zu viele Sorgen und negative Gedanken seien nicht gut. Nach Angaben von Kinder- und Fetalchirurg Meuli können Frauen, die an der Gebärmutter operiert werden, nie wieder auf natürlichem Weg gebären. «Weil die Operationsstelle mit der Narbe nicht so belastbar ist wie die unberührten Uterusschich-

ten, darf es nicht zu Presswehen kommen», erklärt Meuli. Sonst bestehe die Gefahr, dass die Narbe aufreisse und dann massiv blute. In diesem Fall würde auch das Fruchtwasser in den Bauch der Mutter gelangen. «So kann es zu einem Geburtstillstand kommen», erklärt Meuli, «was für Mutter und Kind lebensgefährlich ist».

Vorfreude auf die Geburt

Die Vorfreude auf das Baby ist nicht nur bei den werdenden Eltern gross – auch die achtjährige Tochter von Raphael Frei redet ununterbrochen über die bevorstehende Geburt. Als das Mädchen das Zimmer im Universitätsspital betritt, steuert sie geradewegs auf Bettina Frei zu. Vorsichtig legt sie sich neben die 35-Jährige und ihren Bauch. Als der offene Rücken bei ihrem Halbgeschwisterchen in der 17. Schwangerschaftswoche während einer Ultraschalluntersuchung diagnostiziert wurde, war das Mädchen dabei. Sie merkte damals, dass etwas nicht stimmte. «Erst später haben wir ihr erklärt, dass ihr Halbgeschwisterchen einen offenen Rücken und eine Behinderung hat», erzählt Raphael Frei. Sie habe sofort verstanden, dass sie unter Umständen mit dem Kind nicht auf Bäumen herumklettern oder wild herumtollen könne. Für die Achtjährige ist das kein Hindernis: «Dann werde ich eben etwas anderes mit meinem Geschwisterchen spielen.»

«Nach einer pränatalen Operation



Der Arzt, dem die Eltern vertrauen: Kinder- und Fetalchirurg Martin Meuli hat am Zürcher Kinderspital über ein Dutzend pränatale Operationen durchgeführt.

kann man im Einzelfall die zu erwartenden Vorteile nicht präzise voraussagen, und ebenso nicht, wie stark die Restbehinderung des Kindes ausgeprägt ist», erklärt Meuli. Erst nach der Geburt könne er feststellen, wie weit das Operationsziel erreicht worden sei und wie gross der Benefit für die Familie sei. Bereits im Beratungsgespräch vor einem vorgeburtlichen Eingriff erklärt Meuli mit einem Team von Fachspezialisten den betroffenen Eltern, dass mit der Rekonstruktion des offenen Rückens das Kind nicht komplett geheilt sei. «Bei einem Eingriff im Mutterleib werden die Behinderungen im besten Fall sehr deutlich gemildert und damit die Lebensqualität der Kinder mit Spina bifida wesentlich verbessert», erklärt der Mediziner. Auch im Fall von Familie Frei kann er keine definitive Prognose geben, «denn auf dem Ultraschall haben wir keine Möglichkeit die neurologischen Funktionen zuverlässig zu beurteilen». Aber der Rücken sehe normal aus und habe eine gute Weichabdeckung – auch das Rückenmark sei schützend rekonstruiert worden. «Ich denke, dass das Baby im Gesamten eine deutliche Besserung durch die Operation erfahren wird», meint Meuli.

Seit seine Frau im Universitätsspital ist, besucht Raphael Frei sie fast täglich nach der Arbeit. Bringt ihr Früchte und ihre Liebblingsschokolade vorbei. «Die letzten Monate haben uns noch enger zusammengeschweisst», erklärt Bettina Frei. Obwohl sie sich nur während der Besuchszeiten im Spital sähen, seien sie sich sehr nahe. «Wir hatten jetzt einen schwierigen Start, aber wir werden die Zeit nach der Geburt umso mehr geniessen», sagt der zukünftige Papa. Zur Verabschiedung küsst er seine Frau, wieder zieht sie ihr Shirt hoch und er küsst sie gleich vier Mal hintereinander auf den Bauch.

*Namen von der Redaktion geändert.

Die Südostschweiz begleitet Bettina* und Raphael Frei* nach der Schockdiagnose –, als bei ihrem Kind ein offener Rücken diagnostiziert wurde, während der vorgeburtlichen Operation, vor der Geburt ihres Kindes und in der Zeit danach. Das Zürcher Universitätsspital und das Ehepaar gewähren damit Einblick in die fetale Chirurgie.

Der fünfte Teil der Serie erscheint im August nach der Geburt des Kindes von Bettina und Raphael Frei.