

Fakten über die Neben- und Nachwirkungen

Die Narbe

Im Bereich der Narbe kann es zu Sensibilitätsstörungen, Taubheitsgefühl, Taschenbildung, Wundheilungsstörungen und Bindegewebswucherungen kommen. Das Nervengewebe braucht ungefähr 10 Monate bis es wieder zusammengewachsen ist. Manche Frauen berichten noch Jahre oder Jahrzehnte nach dem Kaiserschnitt über Beeinträchtigungen im Narbenbereich.

Wichtig für die Heilung der Narbe am Körper ist, die Narbe in die Körperpflege einzubeziehen, sie anzugreifen und zu pflegen, auch wenn das vielleicht zu Beginn schwer fällt und unangenehm ist.

Versuchen Sie einmal pro Tag, die Narbe zu berühren, und bitten Sie ihren Partner auch die Narbe einzucremen.

Ein sehr gutes Narbengel gibt es von der Firma WALA. Eine ältere Narbe kann damit auch behandelt werden, allerdings sollte sie dann mindestens 6 Monate eingecremt werden. Sehr hilfreich kann es sein, die Narbe entstören zu lassen. Durch den Schnitt werden einige Mediane durchtrennt die an der Körpervorderseite verlaufen. Akkupunktur kann dabei helfen, den Energiefluss wieder herzustellen. Bei manchen Frauen stellt sich nach dem Entstören wieder das ursprüngliche Gefühl am Bauch ein.

Aufarbeitung

Wie gut eine Frau mit dem Kaiserschnitt zurecht kommt, hängt von den Begleitumständen der Sectio aber auch von individuellen Faktoren ab. Bei der Kaiserschnittverarbeitung durchlaufen Frauen mehrere Phasen. Von großer Bedeutung ist die Vorbereitung der Frau - ist es eine primäre Sectio- bei der die Frau schon vor der Geburt weiß, dass sie per Kaiserschnitt entbindet oder eine sekundäre Sectio- bei der es erst im Geburtsverlauf zum Kaiserschnitt kommt. Sekundäre Sectios sind für die Mütter schwerer verkraftbar, da sie im Allgemeinen auf diese Geburtsart selten vorbereitet sind.

Nach-dem-Kaiserschnitt Phase 1: Postoperativer Schock

Unmittelbar nach der Operation sind Frauen sehr oft in einem Schockzustand. Das führt dazu, dass sie einfach funktionieren.

Nach-dem-Kaiserschnitt Phase 2: die ersten Tage

Einige Tage später lassen die ersten Schutzmechanismen nach und neben körperlichen Schmerzen werden nun auch erstmals die seelischen Schmerzen wahrgenommen.

Gefühle von Enttäuschung, Ärger, Neid oder Schuld können nun auftreten. Die Aufmerksamkeit ist aber hauptsächlich auf körperliche Vorgänge gerichtet- Schmerzen müssen unter Kontrolle gehalten werden, erste Schritte gemacht, feste Nahrung aufgenommen werden.

In dieser Phase ist es besonders wichtig, die Frau zu unterstützen- sowohl körperlich als auch seelisch.

Nach-dem-Kaiserschnitt Phase 3: Bewusstwerdung

In den folgenden Wochen nach der Geburt muss sich die Frau von der Operation erholen und gleichzeitig ihr neugeborenes Kind versorgen. Dies stellt eine sehr große Belastung für die Frau dar. In dieser Phase stellt sie sich sehr oft die Frage nach der Notwendigkeit des Kaiserschnitts. „Habe ich zu wenig ausgehalten?“ „Warum konnte ich nicht länger durchhalten?“

Nach-dem-Kaiserschnitt Phase 4: Auseinandersetzung

In der vierten Phase, die ungefähr zwischen dem zweiten und dem zwölften Monat nach der Geburt liegt, müssen die schmerzhaften Gefühle verarbeitet und integriert werden. Manche Frauen setzen sich nun intensiv mit dem Kaiserschnitt auseinander und arbeiten das Erlebte aktiv auf.

Der Austausch mit anderen Frauen die Ähnliches erlebt haben, kann dabei sehr hilfreich sein. Die Auseinandersetzung mit dem Geburtserlebnis ist sehr wichtig, da sonst das Selbstbewusstsein als Frau und auch die Paar-Beziehung stark belastet werden kann.

Nach-dem-Kaiserschnitt Phase 5: Integration des Kaiserschnitts

Ein positiv bearbeitetes Kaiserschnitterlebnis bietet wie andere Krisen die Möglichkeit, daraus gestärkt hervorzutreten. Das Erlebte kann akzeptiert und in Bezug zum restlichen Leben gesetzt werden. Die Bewertung einer Geburt als gut oder schlecht, d.h.es als Gebärende gut oder schlecht gemacht zu haben, verliert dabei an Bedeutung. Oft kann ein Schatz in dieser besonderen Geburt gefunden werden, etwas das mich von nun an immer begleitet und dazu gehört. Die schmerzhaften Gefühle lösen sich auf, die Frau erinnert sich zwar immer wieder an die Geburt, die Gefühle sind jedoch nicht mehr so überschwappend. Die Frau kann sich mit dem Erlebten und sich selbst aussöhnen. So kann ich mich als Frau, als Mutter und Partnerin zufriedener und wohler fühlen und mit Zuversicht nach vorne blicken.

