Zeitschrift: Obstetrica : das Hebammenfachmagazin = la revue spécialisée des sages-femmes

Herausgeber: Schweizerischer Hebammenverband

Band: 119 (2021)

Heft: 4

Artikel: zäme schwanger : Schwangerenvorsorge in der Gruppe an der ZHAW

Autor: Brendel, Karin

DOI: https://doi.org/10.5169/seals-976833

Nutzungsbedingungen

Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften auf E-Periodica. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Zeitschriften und ist nicht verantwortlich für deren Inhalte. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern beziehungsweise den externen Rechteinhabern. Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen sowie auf Social Media-Kanälen oder Webseiten ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. Mehr erfahren

Conditions d'utilisation

L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. La reproduction d'images dans des publications imprimées ou en ligne ainsi que sur des canaux de médias sociaux ou des sites web n'est autorisée qu'avec l'accord préalable des détenteurs des droits. En savoir plus

Terms of use

The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. Publishing images in print and online publications, as well as on social media channels or websites, is only permitted with the prior consent of the rights holders. Find out more

Download PDF: 14.07.2025

ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, https://www.e-periodica.ch

zäme schwanger – Schwangerenvorsorge in der Gruppe an der ZHAW

Das Institut für Hebammen bietet ab April 2021 im Thetriz, dem neuen Therapie-, Trainings- und Behandlungszentrum des Departements Gesundheit der Zürcher Hochschule für Angewandte Wissenschaften (ZHAW), ein schweizweit neues Angebot der Schwangerenvorsorge in der Gruppe an: *zäme schwanger.* Angelehnt an das Modell Centering-Pregnancy® aus den USA und der Group Care Global wird die Schwangerenvorsorge als Gruppenangebot gestaltet.

TEXT:
KARIN BRENDEL

Schwangerenvorsorge in der Gruppe unterscheidet sich in verschiedenen Aspekten von der klassischen Schwangerenvorsorge, wie sie in der Schweiz seit Jahrzehnten praktiziert wird. Massgeblich sind hierbei der Einbezug der Frauen in die Vorsorgeuntersuchungen, der Austausch in der Gruppe über individuelle Fragen rund um Schwangerschaft, Geburt und Wochenbett sowie die Vermittlung von neuem Wissen. *zäme schwanger* kombiniert somit Schwangerenvorsorge, gesundheitsförderndes Empowerment in der Gruppe, Geburtsvorbereitung sowie Begleitung durch Hebammen und andere Gesundheitsfachpersonen. Durch diesen Ansatz können die Gesundheitskompetenzen der Frauen gefördert und der Peer-Support auch über die Geburt hinaus unterstützt werden. Das Angebot richtet sich an alle Schwangeren.

Einblick in Projektarbeit, Projektstart.

Das CenteringPregnancy®-Modell

CenteringPregnancy® wurde Anfang der 1990er-Jahre von Sharon Schindler Rising (Nurse-Midwife) in den USA entwickelt. Für Rising war es ein wichtiges Anliegen, die Schwangerenvorsorge als Gruppenangebot zu gestalten und so die Ressourcen der Frauen für die Gruppe zu nutzen.

Zentrale Elemente dieses Versorgungskonzeptes sind neben den individuellen Vorsorgeuntersuchungen und dem aktiven Einbezug der Frauen in die Vorsorgeuntersuchung auch der informelle Austausch unter den Frauen sowie die moderierten und themengeleiteten Gespräche in der Gruppe. Die Frauen haben Zeit, miteinander zu reden und Erlebnisse, Fragen oder auch Ängste zu teilen. Die Partner*innen haben ebenfalls die Möglichkeit, an ausgewählten Gruppentreffen teilzunehmen. Die anwesenden Hebammen, Studierende und zeitweise auch weitere Gesundheitsfachpersonen beantworten Fragen, klären auf, bringen wichtige Themen ein oder moderieren die Gespräche in der Gruppe. Schwangerenvorsorge in der Gruppe fördert die Gesundheitskompetenzen der Frauen und Familien, stärkt das Selbstmanagement und unterstützt die Frauen in der Alltagsbewältigung und Vorbereitung auf die Mutterschaft und das Elternwerden (Rising, 1998).

Internationale Umsetzung

Mit der Gründung der Group Care Global sorgte Sharon Schindler Rising dafür, dass sich das Modell auch ausserhalb den USA verbreitete. Die Arbeit der Group Care Global begann in den frühen 2000er-Jahren mit Workshops in Australien und England, gefolgt von den Niederlanden. Zusätzlich zur Implementation des Programms in unterschiedlichen Ländern wurde CenteringPregnancy® beforscht und ist heute in vielen Teilen der Welt etabliert (Wedin et al. 2010).

Bei der Implementierung des Programms in unterschiedlichen Ländern wurde deutlich, dass sich das Angebot flexibel gestalten und der kulturellen und systemischen Situation der Länder anpasst werden muss. Studien in unterschiedlichen Ländern und Settings weisen dabei auf Vorteile der Schwangerenvorsorge in der Gruppe hin.

Eine 2019 in den Niederlanden durchgeführte Studie verglich 579 schwangere Frauen, die mit CenteringPregnancy® betreut wurden, mit 1610 Frauen, die individuell betreut wurden (Rijnders et al., 2019). Die Ergebnisse weisen Vorteile des CenteringPregnancy® (bei der Geburt des ersten Kindes) im Vergleich zur individuellen Betreuung auf. So zeigten sich in der CenteringPregnancy®-Gruppe weniger Geburtseinleitungen, weniger Bedarf an Schmerzmitteln während der Geburt, eine höhere Rate an Müttern, die ihr Kind initial stillen (keine Ergebnisse zur Stilldauer und -erfolg) und weniger Überweisungen in der Schwangerschaft.

Frauen, die an der Schwangerenvorsorge in der Gruppe teilnahmen, gaben zudem an, mehr Unterstützung erfahren zu haben, sich besser auf die Zukunft vorbereitet zu fühlen, sich mehr in die Pflege einbezogen zu fühlen und ihre Wünsche und Bedürfnisse hinsichtlich der Schmerzbewältigung besser diskutieren zu können (Rijnders et al., 2019). In einer Übersichtsarbeit von Catling et al. (2015) wurde ebenfalls das outcome von Frauen, die CenteringPregnancy®-Kurse besuchten, verglichen mit der Einzelvorsorge. Die Ergebnisse zeigen keine statistisch relevanten Unterschiede, allerdings weisen die Daten bessere Ergebnisse bei den Frauen aus der CenteringPregnany®-

Schwangerenvorsorge in der Gruppe fördert die Gesundheitskompetenzen der Frauen und Familien und stärkt das Selbstmanagement.

Gruppe hin. Hier kam es zu weniger Frühgeburten, einer niedrigeren perinatalen Mortalität und weniger Kindern mit SGA und niedrigem Geburtsgewicht.
Sowohl die Word Health Organization (WHO) als auch American College of Obstetricians and Gynecologists (ACOG) empfehlen die Gruppenvorsorge in ihren Leitlinien (WHO, 2016 & ACOG, 2018). Laut WHO sollte das Modell einer Gruppenvorsorge jeder Schwangeren als Alternative zur individuellen Vorsorge angeboten werden. ACOG betont zudem die bessere Gesundheitsförderung und soziale Unterstützung in der Gruppe.

Umsetzung des Modells am Institut für Hebammen

2019 hat sich ein Projektteam am Institut für Hebammen gebildet, das sich zuerst vorrangig mit dem bestehenden CenteringPregnancy®-Modell beschäftigt und die Umsetzungsmöglichkeiten in der Schweiz geprüft hat. Bei der Erarbeitung eines Programms für die Schweiz wurde das Projektteam unterstützt von Expertinnen aus den USA und den Niederlanden. Vor allem der Kontakt zu den Kolleginnen aus den Niederlanden erwies sich dabei als wichtige Ressource. Durch Hospitationen in den Niederlanden und einem Workshop am Institut für Hebammen der ZHAW, der von Katja van Groesen und Marlies Rijnders (Centerng Pregnancy®-Expertinnen aus den Niederlanden) geleitet wurde, erhielten die Verantwortlichen einen vertieften Einblick in die Gestaltung und Umsetzung des Modells. Der gemeinsame Workshop machte deutlich, wie wichtig der Einsatz von gezielten Methoden und Materialien ist, um die Selbstkompetenz der Frauen und Familien zu stärken und die Ressourcen der Gruppe zu nutzen. So erhalten die Frauen beispielsweise ein *zäme schwanger*-Handbuch, das sie durch die Schwangerschaft führt und in dem sie alle medizinischen Befunde, aber auch das eigene Befinden oder Fragen und Unklarheiten notieren können. Durch diese Herangehensweise verändert sich die Rolle der Hebamme. Im Gegensatz zum Geburtsvorbereitungskurs, in dem die Hebamme häufig als Wissensvermittlerin auftritt, übernimmt sie bei den Gruppentreffen eher die Rolle der Moderatorin und Mentorin, die den Gruppenprozess unterstützt.

Kursunterlagen.

Durch diese gezielten Informationen und Angebote konnte das Projektteam das Modell des CenteringPregnancy® auf die Situation in der Schweiz übertragen, es anpassen und das eigene Gruppenvorsorgeprogramm *zäme schwanger* entwickeln.
Das neu kreierte Angebot im Thetriz legt, genau wie das Modell des CenteringPregnancy®, den Fokus auf die Stärkung der Selbstkompetenz der schwangeren Frau und ist gleichzeitig auf die konkreten Bedürfnisse der Schwangeren in der Schweiz ausgerichtet.

zäme schwanger – das Angebot

Das erste Treffen findet, wie bei der individuellen Schwangerenvorsorge, in der Frühschwangerschaft statt. Bei der Schwangerenvorsorge übernimmt die Schwangere, anders als bei der herkömmlichen Vorsorgeuntersuchung, Teile der Vorsorgeuntersuchung selbst: Sie kontrolliert ihren Blutdruck, wiegt sich, führt einen einfachen Urintest durch und dokumentiert diese Befunde in ihren eigenen Unterlagen. Die weitere Vorsorge wie z. B. das Hören der kindlichen Herztöne oder das Abtasten des Bauches der Frau, um Lage und Wachstum des Babys ermitteln zu können, finden im geschützten Bereich des Gruppenraumes mit der Hebamme statt.
Die anschliessenden Gruppentreffen haben immer ein bestimmtes Thema, zu welchem ein interaktiver und themengeleiteter Austausch stattfindet. Beispielsweise die Vorbereitung auf die Geburt oder die Ernährung des Neugeborenen. Je nach Bedarf können hier auch aktuelle oder individuelle Schwerpunkte gesetzt werden, die die Frauen beschäftigen.
Durch die Gruppentreffen wird das Kennenlernen und Vernetzen mit anderen Familien bereits in der Schwangerschaft gefördert. Die Unterstützung durch und der Austausch mit der Peergruppe kann sowohl während der Schwangerschaft als auch nach der Geburt eine wichtige Ressource darstellen. Um diese Vernetzung der Frauen und Familien zu fördern, wird bei den Treffen immer für ausreichend Zeit für Socializing eingeplant.
An den Gruppentreffen nehmen ebenfalls Studierende des Bachelor- und Masterstudiengangs Hebamme aktiv teil. So können sie ihre Kompetenzen in der Schwangerenvorsorge im realen Kontext stärken und reflektieren.

Ebenso ist geplant, dass frei praktizierende Hebammen der Kooperationspraxis (Hebamme-unterwegs GmbH, Winterthur) und eine Fachärztin für Gynäkologie & Geburtshilfe aus dem Kooperationsspital (Kantonsspital Winterthur) im *zäme schwanger*-Team mitarbeiten.

Aktuelle Planung

Die erste *zäme schwanger*-Gruppe startet am 9. April 2021.

Die Schwangerenvorsorge in der Kleingruppe von fünf bis acht Schwangeren folgt dem empfohlenen Zeitplan von sieben vorgeburtlichen Untersuchungen im Abstand von ca. fünf Wochen. Die Treffen finden jeweils am Freitagnachmittag, von 14.00 bis 16.00 Uhr statt. So bleibt die Anzahl Termine gleich wie bei der herkömmlichen Vorsorge. Die erste Durchführung wird je nach aktueller Corona-Situation angepasst und ggf. folgendermassen durchgeführt:

Am Freitagvormittag finden die Vorsorgekontrollen als Einzelkontrollen im Thetriz statt. Hierzu werden individuelle Termine vergeben. Am Freitagnachmittag trifft sich die Gruppe virtuell zur Videokonferenz. Ansonsten finden die Gruppentreffen wie unten beschrieben statt.

Das Angebot kann sowohl von Frauen mit unauffälligem Schwangerschaftsverlauf als auch von solchen mit Risikofaktoren in Anspruch genommen werden. Bei Letzteren erfolgt die zusätzliche medizinische Begleitung in enger Zusammenarbeit mit Gynäkolog*innen oder dem Kantonsspital Winterthur.

Ablauf der Gruppentreffen

Ein Gruppentreffen gliedert sich in zwei Teile und wird von zwei diplomierten Hebammen als Gruppenleiterinnen mit Studierenden aus dem Bachelor- oder Masterstudiengang Hebamme geleitet. Während im ersten Teil der Schwerpunkt auf der Schwangerenvorsorge mit der Hebamme und dem selbstständigen Erheben von Vitalwerten liegt, wird der zweite Teil vom Austausch und der Diskussion über bestimmte Themen in der Gruppe geprägt sein. Bei bestimmten Gruppentreffen sind auch die Partner*innen oder andere Bezugspersonen willkommen.

1. Teil (ca. 1 Lektion):

- Gemeinsamer Start aller Teilnehmenden in den Räumlichkeiten des Thetriz.
- Eigenständige Durchführung der Selbstkontrollen durch die Schwangere, 1–2 Studierende sind anwesend, um bei Fragen oder Problemen zu unterstützen.
- Parallel finden Schwangerenvorsorgen in zwei abgetrennten Bereichen des Raums statt. Dabei wird jede Schwangerenvorsorge durch eine dipl. Hebamme gemeinsam mit einer Studentin durchgeführt.
- Fragen der Schwangeren, welche für die ganze Gruppe interessant sein könnten, werden auf einem Flip-Chart festgehalten. Sie werden anschliessend im moderierten Austausch besprochen.
- Schwangere, die die Schwangerenvorsorge und die Selbstkontrolle abgeschlossen haben, können sich mit den anderen Teilnehmenden ungezwungen austauschen.

2. Teil (ca. 1 Lektion): Moderierter Austausch über Themen, welche für die Schwangeren gerade aktuell sind, wie beispielweise Schwangerschaftsbeschwerden, Ernährung und Bewegung, Vorbereitung auf die Geburt, Familie werden oder Stillen. Gezielt werden Themen auch durch die Studierenden vorbereitet und präsentiert. In dieser Sequenz sind alle Schwangeren, die Hebammen und Studierenden involviert (siehe auch Webseite des Thetriz): www.zhaw.ch). Ausserdem finden Interessierte Flyer zum Angebot bei Gynäkolog*innen und in Apotheken.

Begleitforschung

Das *zäme schwanger*-Programm wird von Beginn an durch ein Team der Forschungsstelle Hebammenwissenschaft des Instituts für Hebammen begleitet.

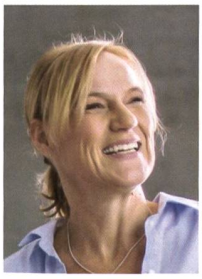
Ziel der ersten Phase der Begleitforschung ist es, mehr zur Entwicklung des Projekts *zäme schwanger,* der Adaptation des Konzepts von CenteringPregnancy® an die Schweizer Begebenheiten, der Umsetzung im Thetriz sowie der Einstellung des Projektteams und der Gruppenleiterinnen bei der Erstdurchführung zu erfahren. In den nächsten Phasen werden dann ebenfalls die Frauen und Familien sowie die Kooperationspartner des Projektes befragt, um das neue Programm aus unterschiedlichen Perspektiven zu erfassen.

Das Institut für Hebammen und das Projektteam zäme schwanger erhoffen sich von diesem neuen Angebot, einen Mehrwert für schwangere Frauen zu schaffen:

- Durch die Zeit, die pro Vorsorgetermin zur Verfügung steht, kann ausführlicher informiert und beraten werden. Dadurch werden eine gezielte Gesundheitsförderung und Begleitung möglich.
- Die schwangere Frau erhält soziale Unterstützung aus der Gruppe und kann selbstbestimmt Verantwortung für ihre Schwangerschaft übernehmen. Geknüpfte Kontakte können über die Geburt hinaus weiterbestehen. ⊙

Karin Brendel in Zusammenarbeit mit dem Projektteam zäme schwanger des Instituts Hebamme: Claudia Putscher (Projektleitung), Katherina Albert, Karin Brendel, Julia Butz, Sandra Grieder, Therese Hailer, Ramona Koch, Virginia Storni.

AUTORIN



Karin Brendel,
MSc Education, Hebamme, Fachbereichsleiterin BSc Hebamme, arbeitete an der University of Rochester, USA in einem CenteringPregnancy®-Programm. Sie ist sehr gespannt auf die Umsetzung in der Schweiz und begleitet die Implementation aufseiten des Forschungsteams.

Literatur

American College of Obstetricians and Gynecologists Committee (2018) Group prenatal care. ACOG Committee Opinion No. 731. American College of Obstetricians and Gynecologists. *Obstet Gynecol;* 131:e104–8.

Rijnders, M., Jans, S., Aalhuizen, I., Detmar, S. & Crone, M. (2019) Women-centered care: Implementation of CenteringPregnancy in The Netherlands. wileyonlinelibrary. https://doi.org/10.1111/birt.12413

Rising, S. (1998) Centering pregnancy. An interdisciplinary model of empowerment. *Journal of Nurse-Midwifery;* 43(1), 46–54.

Rising, S. & Quimby, C. H. (2016). The CenteringPregnancy Model: The Power of Group Health Care. Springer Publishing Company.

Wedin, K., Molin, J. & Crang Svalenius, E. L. (2010). Group antenatal care: new pedagogic method for antenatal care – a pilot study. *Midwifery;* 26, 389–393.

World Health Organization (2016) WHO recommendations on antenatal care for a positive pregnancy experience. Genf.