

Zeitschrift: Gesundheitsnachrichten / A. Vogel
Herausgeber: A. Vogel
Band: 55 (1998)
Heft: 7: Von "richtigen" Tomaten : und anderen

Artikel: So war's bei mir
Autor: [s.n.]
DOI: <https://doi.org/10.5169/seals-558267>

Nutzungsbedingungen

Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften. 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. [Siehe Rechtliche Hinweise.](#)

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. [Voir Informations légales.](#)

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. [See Legal notice.](#)

Download PDF: 15.05.2025

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

So war's bei mir

Im Juni berichteten GN-Leserinnen über ihre Erfahrungen mit dem «späten» ersten Kind und den Nachzüglern, die das Leben anstrengend, aber glücklich und spannend machen. Hier nun der zweite Teil der interessanten Lebens-Zeugnisse.

Margrit Klöti. Schöne Erinnerungen.

Da ich bereits 73 Jahre alt bin, erinnere ich mich gerne an die Zeit meiner dritten und letzten Schwangerschaft zurück. Zu unserer Familie gehörten bereits zwei Knaben im Alter von neun und zehneinhalb. Mit 37 Jahren wurde ich nochmals schwanger, mein Mann war im gleichen Alter wie ich. Im ersten Moment war



ich ziemlich besorgt, da ich mit nervösen Herzbeschwerden zu kämpfen hatte und ausserdem unser jüngerer Sohn drei Monate lang im Kinderspital war. Trotz allem verlief meine Schwangerschaft ohne Komplikationen, spezielle Untersuchungen wurden damals nicht vorgenommen. Wir freuten uns alle auf den Familienzuwachs, und mir ging es in jeder Hinsicht gut. Ich erlebte diese Zeit viel bewusster als die ersten Male und empfand es als grosses Glück und Geschenk, nochmals Mutter zu werden. Ich kann mich erinnern, dass ich bald eine innige Beziehung zu dem werdenden Kind aufbaute und oftmals mit ihm Zwiesprache hielt. Die Ernährung gestaltete ich so gesund als möglich und bewegte mich viel im Freien. Als die Zeit der Geburt kam, begleitete mich unsere Dorfhebamme ins Bezirksspital, wo ich in sehr kurzer Zeit von einem gesunden Mädchen

entbunden wurde. Mein Mann war so überwältigt, dass er gefragt wurde, ob es das erste Kind sei. Der Nachteil eines spät geborenen Kindes sind die «alten» Eltern. Mich selbst hat dies zwar nie berührt oder bedrückt. Man hat doch schon etwas Erfahrung und ist sicherer, was die Pflege und den Umgang mit Kindern betrifft. Doch wenn die Kinder in die Sturm- und Drangjahre kommen, sind die Eltern bereits weniger aktiv. Dies kann sich negativ auswirken oder auch eine Herausforderung für die Eltern sein. Mein Mann fing z.B. wieder mit dem Skifahren an. Wir unternahmen zusammen viele schöne Wanderungen und interessante Reisen ins nahe Ausland. Alle diese Tätigkeiten haben Kind und Eltern gut getan. Unsere Tochter ist zu einer gesunden, belastbaren jungen Frau herangewachsen und hat nie darunter gelitten, eine ältere Mutter zu haben.

Gertrud N. Mit fast 46 das erste Kind.

Ich habe nach siebenjähriger Ehe im Alter von 45 Jahren und neun Monaten unsere erste und einzige Tochter geboren. Mein Arzt, der zuerst von meiner Schwangerschaft gar nicht begeistert war, freute sich bald mit mir. Die Geburt verlief fast problemlos zum berechneten Zeitpunkt. Mittags begannen die Wehen, um halb acht kam ich im Spital der «Pflegerinnenschule» an, um 22.38 Uhr war das Kind auf der Welt. Es wog 2400 Gramm und war 47 cm gross. Die

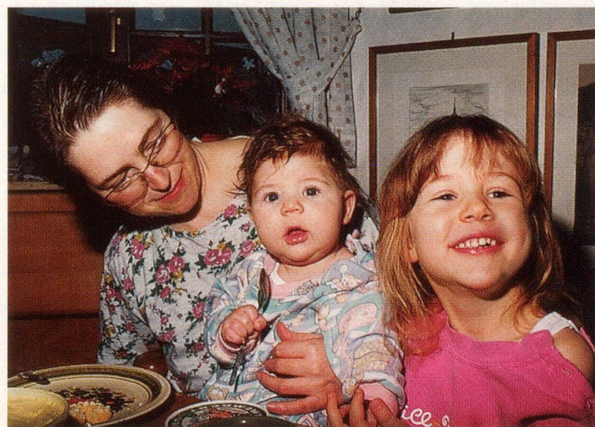


Vorteile, eine ältere Mutter zu sein, sehe ich darin, dass ich weniger ängstlich in der Säuglingspflege war als jüngere Mütter. Auch beim Heranwachsen und in der Pubertät fiel es mir nicht schwer, Geduld zu bewahren. Und ich bin durch meine Tochter im Gemüt und im Denken jung geblieben. Die Nachteile bestehen darin, dass ich den Gedanken an eine mögliche Behinderung des Kindes völlig verdrängt hatte, dass unsere Tochter ab und zu wegen unseres Alters gelitten hat und dass ich, von Jugend an durch ein Rückenleiden (Scheuermann) behindert, trotz vieler Schmerzen meine ganze Energie für die Pflege und Erziehung des Kindes bis zur Lehrabschlussprüfung aufwenden musste. Als Fazit möchte ich sagen: Für mich war das Kind die Erfüllung meines Frauseins, und unsere liebe Tochter hat unser Leben sehr bereichert. Wir haben sie bewusst zur Selbstständigkeit erzogen, da wir nicht wussten, wie lange wir sie auf ihrem Lebensweg begleiten dürfen. Nun sind wir sehr dankbar, dass unsere Kathrin gesund zur Welt gekommen ist und, mit Ausnahme der Kinderkrankheiten, gesund geblieben ist. Heute sind meine Tochter, mittlerweile 33 und verheiratet, und ich gute Freundinnen.

Edith Geisel. Eine Tochter mit 36 und einen Sohn mit knapp 40.

Nach 11 glücklichen Ehejahren ohne Kinder haben wir uns mit 35 und 37 Jahren entschlossen, doch noch Eltern zu werden. Trotz jahrelanger Pilleneinnahme hat dies auch sofort geklappt. Wegen meines Alters hat uns mein Frauenarzt eine Fruchtwasser-Untersuchung nahegelegt, die komplikationslos in der Uniklinik Tübingen gemacht wurde. Die Schwangerschaft verlief unproblematisch und ich bekam, inzwischen 36 Jahre, am 23. Dezember 1993 ein gesundes, hübsches und kräftiges (4080 g, 54 cm) Mädchen. Die Geburt war lang (22 Stunden im Kreissaal) und sehr schwierig. Ich war nach dieser Geburt dermassen am Ende, dass ich nie mehr ein Kind wollte. Ich hatte grosse Probleme mit dem Stillen, die Hebamme empfahl die sogenannten Brusthütchen und Marie-Theres bekam vor dem Fläschchen

etwas Muttermilch. Ab ca. Mitte 1995 stellte sich bei uns der Wunsch ein, Marie-Theres sollte ein Geschwisterchen bekommen. Wieder wurde ich sehr schnell schwanger, hatte jedoch in der 8. Woche eine Fehlgeburt. Dieses schreckliche Ereignis wiederholte sich noch einmal, und ich fiel in ein grosses Loch von Traurigkeit und Hoffnungslosigkeit. Meine



Hebamme, eine sehr liebe und gläubige Frau, mit der ich auch befreundet bin, schenkte mir eines Tages einen Stein, auf dem steht: «Gott aber kann». Dieser Satz hat mir bis heute immer wieder die Kraft gegeben, alles so zu akzeptieren, wie es ist. Zu unser aller Freude und Überraschung wurde ich Ende 1996 wieder schwanger. Wir konnten unser Glück nicht fassen und haben gebetet, dass die erste kritische Zeit gut vorübergeht. Bei der zweiten Fruchtwasseruntersuchung konnte der Arzt die Fruchthülle nicht ganz durchstechen und bekam nur sehr wenig Fruchtwasser. In der Nacht bekam ich fürchterliche Schmerzen, und wir haben noch nie so viel geweint und gebetet, dass Gott uns dieses Kind schenken möge. Glücklicherweise verlief die Schwangerschaft dann problemlos. Zwei Tage nach dem errechneten Termin kamen die Wehen, und wir fuhren in die Klinik. Ein entspannendes Bad hat seine Wirkung nicht verfehlt, die von mir gewünschten Akupunkturnadeln taten ein übriges. Ich bin nicht wie bei der ersten Geburt dauernd gelegen, sondern im Kreissaal herumgelaufen und konnte die Wehen gut veratmen, und sehr schnell wurde dann unser Sohn geboren. Ich habe diese Geburt sehr intensiv und schön erlebt. Balthasar (3600 g, 52

cm) lag sofort auf meinem Bauch und nuckelte glücklich an der Brust. Heute, mit einem halben Jahr, wird er noch voll gestillt, ist ein sehr freundliches, fröhliches und problemloses Kind, das der ganzen Familie nur Freude bereitet. Dieses Mal habe ich mir trotz zuerst blutiger Brustwarzen sehr viel Mühe mit dem Stillen gegeben und dank meiner guten Geburtsvorbereitung und Hebammenhilfe auch zwei bis drei Stillkrisen glanzvoll gemeistert. Ich bin natürlich sehr stolz auf mich! Nach Balthasars Geburt war ich sofort bereit, noch ein drittes Kind zu bekommen, Ich denke aber heute, dass zwei gesunde Kinder in unserem Alter Gottesgeschenke sind, und wir das Schicksal nicht noch einmal herausfordern sollten. Übrigens kam unser Sohn drei Wochen vor meinem 40. Geburtstag zur Welt.

Elsi Wyss. Mit 46 noch eine Tochter.

Ich bekam 1965, 1966 und 1971 drei Kinder. Alles gute, aber etwas langwierige Hausgeburten. Dann wurde ich 1985 im Alter von 46 Jahren wieder schwanger. Ich machte damals keinen Freudensprung und der Arzt auch nicht. Er hatte Bedenken, dass mein Körper durch das Alter und die schwere Arbeit (wir haben einen Bergbauernbetrieb) nicht mehr elastisch genug sei, um das Kind zu gebären. Dazu war die bevorstehende Mehrarbeit wie eine schwarze Wand vor mir. Auch verstanden sich Frauen aus dem Bekanntenkreis ausgezeichnet aufs Angstmachen. Angst vor der schweren Schwangerschaft und der Geburt. Angst vor der Erziehung. Nachzügler missraten gerne, hiess es, oder sind geistig behindert. Aber mir blieb ja nichts anderes, als der Sache entgegenzusehen. Mein Mann war auf der Alp und ich mit der jüngsten Tochter, damals 14 Jahre, allein. In



Haus, Garten und Betrieb wartete viel Arbeit. War es vielleicht gerade deshalb die mit Abstand problemloseste Schwangerschaft, die ich je hatte? An Bewegung fehlte es mir wenigstens nicht! Jeden Morgen ass ich einen Esslöffel Leinsamen – das wurde in alten Zeiten für eine leichte Geburt empfohlen. Sonst hatte ich wenig Zeit, mich zu pflegen. Dann meldeten sich eines Morgens um acht die Wehen, und meine Schwägerin brachte mich ins Spital. Auch mein Mann wurde benachrichtigt und kaum war er da, bekam ich um 9.40 Uhr unsere jüngste Tochter. Es ging alles so leicht und schnell, dass ich selber fast nicht mitkam. Wir haben ein gesundes, intelligentes Kind, das uns allen viel Freude macht. Im Gegensatz zu unseren Altersgenossen müssen mein Mann und ich uns noch mit Schulproblemen usw. herumschlagen. Das aber hält uns jung und aktiv, und so haben wir wenig Zeit für «Problemen». Später stellte ich fest, dass alle diejenigen, die mir während der Schwangerschaft Angst machten, Leute waren, die nicht aus Erfahrung sprachen, sondern nur Vermutungen äusserten – darum sollte man solche Ratschläge vorsichtig prüfen. Für uns ist unser Nesthäkchen jedenfalls eine rechte Gottesgabe.

Hannelore Donath. Erster Sohn mit 29, zweiter Sohn mit 41 Jahren.

Mein erster Sohn (3000 g, 50 cm) kam 24 Tage vor dem Termin zur Welt. Die Geburt (Steisslage) dauerte sechseinhalb Stunden. Sieben Wochen nach der Geburt bin ich wieder in meinen Beruf gegangen. Meine Mutter versorgte den Sohn tagsüber. Die Zeit, die ich mit meinem Kind verbrachte, war sehr intensiv. Wenn ich am späten Nachmittag kam, wurde in der Regel anderthalb Stunden gespielt. Da ich in der Mittagsstunde Autogenes Training machte und 10 Minuten schlief, war ich nachmittags immer frisch. In späteren Jahren gingen wir zusammen auf den Sportplatz, ins Freibad oder machten Waldlauf. Die Geburt des zweiten Kindes (3130 g, 49 cm) mit 41 Jahren dauerte nur zwei Stunden. Nach dieser Geburt blieb ich zu Hause. Die ersten drei Jahre waren chaotisch, das Baby schlief nachts nicht durch, und mit

nur drei bis vier Stunden Schlaf am Stück war ich oft am Rand meiner Kräfte. Mit neun Monaten robbte er im Kriechgang die Treppe rauf und runter, schob sich Stühle vor den Lichtschalter und machte



sich nachts zum Spielen das Licht an. Er war sehr lebhaft, gar nicht «pflegeleicht» und brauchte immer viel Spielraum. Jeder Zwang war ihm verhasst, und er nahm sich sehr früh viele Freiheiten, von denen der Ältere nur geträumt hätte. Zusammen gespielt haben wir wenig, weil ich ständig genervt war. Und doch sieht man bei einer späten Schwangerschaft vieles gelassener, Kinder halten jung. Man kann sehr viel von ihnen lernen, man muss nur genau hinhören. Der jüngere Sohn hat sehr viel Selbst- und Gottvertrauen. Eine grosse Sorge war, dass er mal an meinem Alter Anstoss nehmen würde, was aber nie der Fall war. Als er sechs war, fragte er mich, ob ich keinen Beruf hätte. Da ich dies bejahte, sagte er: «Warum gehst du dann nicht arbeiten? Alle Mütter in der Nachbarschaft arbeiten.» So habe ich mir Arbeit gesucht. Nach einem Jahr bekam ich von meinem Naturkostladen das Angebot, ein paar Tage auszuhelfen. Daraus sind fast zehn Jahre geworden. Von 1990 bis 91 habe ich mich bei Dr. Bruker als Gesundheitsberaterin ausbilden lassen. Heute, nachdem der Jüngste bald 18 Jahre alt wird, weiss ich, dass die Jahre mit ihm auch eine wichtige Zeit des Lernens für mich waren.

Theresa Rohner. Die letzte Schwangerschaft war die schwerste.

Mein erstes Kind Flurina habe ich 1980 im Spital geboren. Mit meinen 26 Jahren war ich noch unerfahren und zu wenig informiert, war auch nicht stark genug, auf mich zu hören, sondern auf den Frauenarzt. Es war zwar eine leichte

Geburt, ich hatte gerade den neuerschiene-
nen «Leboyer» verschlungen und mein neues Selbstbewusstsein hatte genügend Wirkung auf die diensthabende Hebamme, so dass ich eine für damals ungewohnt sanfte Geburt hatte, ohne Arzt! Für alle weiteren Geburten wählte ich dann die Hausgeburt. Ich hatte mir inzwischen mehr Wissen angeeignet, dazu kam das Glück, mit Frau Otilia Grubenmann aus Appenzell die besterfahrenste Hebamme zur Seite zu haben. Das zweite Mädchen, Braida, wurde also 1982 zu Hause geboren. Trotz des Gewichts von 4900 Gramm schafften wir es in nur einer Stunde, auch dank der guten Betreuung meiner Hebamme. Während des Wochenbetts schwatzten wir viel, und ich profitierte von ihrem grossen Wissen. Und doch muss ich heute sagen, dass ich in diesem sogenannt normal gebärfähigen Alter nicht völlig realisieren konnte, mit welch grossem Leben ich beschenkt wurde. Vielleicht auch weil meine damalige Ehe nicht meinen Vorstellungen entsprach. Ich konnte und wollte meinen Mann nicht daran teilhaben lassen, auch seine Bereitschaft dazu fehlte. In der Erinnerung bin ich schon ein wenig traurig, dass meine älteren Mädchen, die ich dann später auch allein grossgezogen habe, nicht in so eine liebevolle Umgebung geboren wurden, wie ich sie jetzt erleben darf. Das dritte Mädchen, unser erstes Wunschkind aus meiner zweiten Ehe, war ein Leichtgewicht von 3000 Gramm, und ich gebärte sie an Weihnachten 1995 schnell und fast schmerzlos mit der Begleitung meines Mannes im Hause von Frau Grubenmann. Ich war bis zur Geburt voll in meinem Geschäft (Weihnachtsstress) tätig, und das Baby kam dadurch wohl etwas zu früh. Es war eine wunderschöne Geburt, voller Vertrauen und Harmonie. Sie dauerte ca. eine Stunde, und eine weitere Stunde später war ich wohlversorgt wieder bei uns zu Hause. Im Alter von 41 Jahren lebte ich bereits viel bewusster, war gut vorbereitet, mit mir im Einklang, glücklich und geliebt. Ein halbes Jahr später brachen wir unsere Zelte im Appenzellerland ab, und zogen an den Brienzer See. Genaugenommen sind wir jetzt vier Generationen im Haus, da mein Mann 13 Jahre

jünger ist als ich. In der Vorstellung nicht ganz einfach für alle, in der Realität haben wir uns bestens zusammengerauft. Die beiden älteren Mädchen haben es ja in der Pubertät und mit diesem Neubeginn nicht sehr einfach, aber die neue Familie hat ihnen auch neue Wertvorstellungen gegeben, und sie geniessen sie sehr. Als im Herbst 96 nochmals der Wunsch nach einem Kind erwachte, und ich bereits Ende des Jahres in Erwartung war, waren wir schon sehr erstaunt, dass das in meinem Alter einfach so möglich war. Mit der Freude mischten sich aber auch andere Gefühle und Fragen – schaffe ich es nochmals, bin ich stark genug? Und tatsächlich hatte ich von Beginn an eine schwere Schwangerschaft. Ich habe früh zugehört, war schwerer im Körper und kurzatmig. Gegen Ende hatte ich das Gefühl, aus allen Nähten zu platzen. Ich musste aber erst mühsam lernen, mir mehr Ruhe zu gönnen. Ich fand eine liebevolle Hebamme, die für eine Hausgeburt bereit war (was im Berner Oberland keine Selbstverständlichkeit ist). Sie hat mich gut vorbereitet und unsere einzige Sorge war, dass es wie bei den anderen Kindern zu schnell losgehen könnte. Aber es kam anders.



Ich hatte eine schwere Geburt, das grosse Kind mit 4300 Gramm hing fest mit der Nabelschnur um den Hals. Mit Hilfe der erfahrenen Hebamme und einem Arzt, der zugezogen wurde, kam dann unsere Tochter Anastasia gesund auf die Welt. Warum war diese Geburt so schwer,

war ich mit meinen 43 Jahren schon zu alt? Arzt und Hebamme wussten keine eindeutige Antwort. Ich denke, ich war vielleicht etwas zu selbstsicher, habe vieles zu selbstverständlich genommen. Erwähnen möchte ich noch, dass ich mich während der Schwangerschaften von den Hebammen betreuen liess und nur für die Blut- und Urinkontrollen zu meinem Hausarzt ging. Spezielle Tests habe ich bei keinem Kind machen lassen, denn ich glaube, dass dies völlig unnötig ist. Selbst die Ultraschalluntersuchung habe ich bereut, weil ich auf dem Bildschirm und im Bauch den unnötigen Stress des Kindes mitverfolgt habe. Ich stelle mit Freude fest, dass immer mehr Mütter wieder auf ihr eigenes Gespür achten, mehr (Eigen-)Verantwortung übernehmen und sich von den Ärzten nicht alles aufschwätzen lassen. Mit zwei kleinen Kindern muss ich im Moment auf meinen Beruf und die finanzielle Unabhängigkeit verzichten. Doch langsam haben sich meine Wertvorstellungen verändert, ich messe mich weniger an äusseren, materiellen Erfolgen und arbeite an meiner neu gewonnenen inneren Gelassenheit. Das hört sich einfach an, ist es aber ganz und gar nicht. Bei den älteren Mädchen war ich noch nicht fähig, sie einfach zu beobachten und in vielem gewähren zu lassen. Ich war noch mehr darauf bedacht, nach aussen ein gutes Bild abzugeben. Heute finde ich einen tiefen Frieden darin, mit den Kleinen die Natur zu entdecken, am Boden herumzutollen oder in den Himmel zu schauen. Ich möchte all den Frauen, die sich für eine späte Mutterschaft entscheiden, Mut machen, nicht zu sehr auf Ratschläge von aussen zu hören. Denn ich bin überzeugt, dass jeder Mensch für sich selbst das individuell Richtige in sich trägt und sich dazu entscheiden kann.

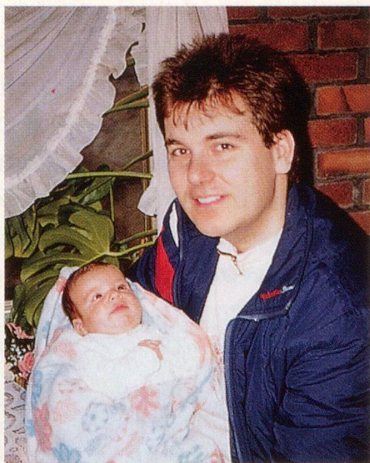
Veronika Beyer. Im Abstand von 27 Jahren zwei Söhne.

Ich wurde mit 48 Jahren unerwartet schwanger. Für mich war diese Schwangerschaft etwas ganz Wunderbares. Man nimmt alles entschieden bewusster wahr. Das Baby im Bauch zu sehen, zu hören, wie das kleine Herz pocht – was für eine wunderbare Schöpfung. Die

Untersuchungen waren die normalen, aber verständlicherweise häufiger. Besorgnisse hatten mein Mann und ich nie, immer nur die anderen. Wir leben in einem kleinen Dorf, und es wurde natürlich viel getuschelt. Das wird die Alte nie mehr packen, war die weitverbreitete Meinung.

Abtreibung war in der damaligen DDR etwas Normales und wurde viel praktiziert. Wir haben als Zeugen

Jehovas unseren Standpunkt, was das Leben anbelangt, erklärt, und so gab es bald Ruhe. Meine Ärztin, die Hebammen und das Krankenhauspersonal haben mich sehr liebevoll betreut und auch meinen Wunsch bezüglich des Blutes respektiert. (In der Bezirksstadt hingegen musste ich anderes erleben: Eine Ärztin bezeichnete mich als sehr blöd und behauptete, das Kind sei mongoloid und hätte keinen Magen.) Ich hatte mit 21 Jahren unseren ersten Sohn Mario, auch ohne Komplikationen, aber bei dem Kleinen war alles viel bewusster und phantastischer. Daniel geht nun schon in die erste Klasse - auch da alles normal. Ich finde, Eltern werden durch eine späte Schwangerschaft noch mal tüchtig gefordert, und uns hat das viel Freude gebracht. Ich könnte seitensweise wunderbare Stunden und Begebenheiten schildern, und ich möchte ältere Mütter ermuntern, das Baby zu behalten. Es ist das grösste Glück, aber auch eine grosse Herausforderung.



Doris Läuchli. Zwei grosse Töchter und zwei Nachzügler.

Ich bin 50 Jahre alt und glückliche Mutter von vier Kindern. Ich heiratete 1968 mit 21 Jahren und erlitt im gleichen Jahr eine Fehlgeburt im dritten Monat. 1970 und 1975 bekam ich dann zwei gesunde Mädchen. Leider scheiterte meine Ehe. Im Jahr 1978 lernte ich meinen jetzigen lieben Mann kennen, sechs Jahre später wurde ich schwanger, hatte aber in der 16. Woche plötzlich Blutungen. Die Untersuchung ergab, das Ungeborene lebe und sei ganz munter. Für uns war diese Nachricht das grösste Geschenk. Von da an musste ich mich schonen und viel liegen. Obwohl ich Angst vor einer neuerlichen Fehlgeburt hatte, fiel mir das sehr leicht, denn ich wurde von meinem Mann und den Mädchen auf Händen getragen und verwöhnt. 1985 kam unser Sohn Marc gesund auf die Welt, und zwei Jahre später kam noch Schwesterchen Rita dazu. Beide wurden nach einer sehr schönen Schwangerschaft spontan geboren. Als ich mit Marc schwanger war, war ich 37 und mein Mann 34 Jahre alt. Ich fühlte mich ängstlicher als in den jungen Jahren, aber auch verantwortungsvoller. Unser Arztklärte uns über die Vor- und Nachteile einer Fruchtwasserpunktion auf. Wir liessen aber keine ma-



chen, da für uns ein Schwangerschaftsabbruch nicht in Frage gekommen wäre. Wir hatten grosses Gottvertrauen und legten alles in des Schöpfers Hände. Von Anfang an war diese Schwangerschaft für meinen Mann und mich, aber auch für meine zwei Mädchen wie ein