

Festzeitschrift

10 Jahre

Arbeitsgemeinschaft

Gestose-Frauen e.V.

IMPRESSUM:

Herausgeber: Arbeitsgemeinschaft Gestose-Frauen e.V.
Gelderner Str. 45, 47661 Issum,
Tel. 02835 - 2628, Fax 02835 - 2945

V.i.S.d.P.: Sabine Kuse, Issum
Auflage: 2.000 Stück
Layout: Sabine Kuse, Issum / Stefan Gerkens, Bremen
Druck: Atelier Druck, Achim

Wir danken allen Firmen, die durch ihre Anzeigen in diesem Heft das Erscheinen der Festschrift in dieser Form ermöglicht haben.



volvic
Natürliches Mineralwasser
ohne Kohlensäure

Die natürliche Frische
aus dem Herzen Frankreichs.

HMN
Objekteinrichtung

Einrichtungen
für den Hotel- und
Verwaltungsbereich

Massivmöbel

HMN GmbH · Rathausstraße 4 · 466519 Alpen
Telefon (0 28 02) 30 58 · Telefax (0 28 02) 30 59

Gebärhocker aus Buchenholz (nach G. Steffen, Hebamme)



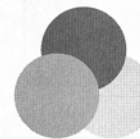
Speziell konzipiert für die Endphase der Geburt:

- die breite, gebogene Sitzfläche fällt von vorn nach hinten schräg ab, dadurch wird das Becken zum Pressen nach vorn gewinkelt
- feste Gummi-Haftleisten und gewinkelte Vorder- und Hinterkanten an den stabilen Füßen ermöglichen rutschfestes Kippen; dadurch optimale Anpassung an die Haltung der Frau
- überall leicht einsetzbar, ob im Kreißsaal oder bei der Hausgeburt

Dazu der **Hocker für die Hebamme** in leicht abgewandelter Form
Ausführung für beide Hocker: lackiert farblos oder gewachst (Naturwachs)
Preise: Gebärhocker DM 250,00, Hocker f. d. Hebamme DM 200,00
beide zusammen DM 400,00

Zu beziehen über Gisèle Steffen, Hebamme, Wiesenstr. 36,
D-35641 Schöffengrund, Tel.- u. Fax: +49 6445-5103

*) zuzügl. Versand + Zoll



ATELIER DRUCK

Ihre Druckerei in Achim für alle Drucksachen

BREMER STR. 5 · 28832 ACHIM · TEL. (04202) 8 19 86 · FAX 8 37 30

Ristorante Pizzeria *Italia*

Gelderner Straße 32 · 47661 Issum · Inh. Familie Girardi
Telefon 0 28 35 / 27 94

Italienische Spezialitäten
Fleisch · Fisch · Salate · Nudeln · Pizza

Alle Gerichte auch außer Haus
Geburtstage und Gesellschaften nach Anmeldung

Ein weiterer Band der erfolgreichen »Bücherei der Hebamme« ist erschienen:

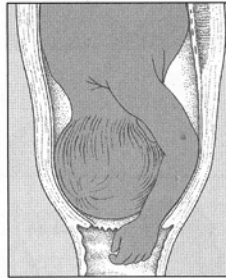
Regelwidrigkeiten des Geburtsmechanismus

Erkennung und Behandlung

Von **Prof. Dr. G. Martius**

1994. 109 Seiten, DM 32,-/ÖS 250,-/SFr 32,-
(Abo.-preis DM 28,80/ÖS 225,-/SFr 28,80)

Die rechtzeitige **Korrektur** von Regelwidrigkeiten unter Berücksichtigung der jeweiligen Situation kann einen wesentlichen Beitrag zur **Geburtserleichterung** für die Mutter leisten, vor allem aber auch **geburtstraumatische Schädigungen** des Kindes vermeiden helfen.



Weitere Bände der Reihe:

Das gesunde und das kranke Neugeborene

Von **St. Illing**

1993. DM 48,-/ÖS 375,-/SFr 48,- (Abo.-preis DM 43,20/ÖS 337,-/SFr 43,20)

Stillen und Stillprobleme

Hrsg. von der Arbeitsgem. Freier Stillgruppen. Redaktion: **U. Reich-Schottky**

1993. DM 33,-/ÖS 258,-/SFr 33,- (Abo.-preis DM 29,70/ÖS 232,-/SFr 29,70)

Preisänderungen vorbehalten

Ich bestelle aus dem Ferdinand Enke Verlag,
Postfach 30 03 66, 70443 Stuttgart,

Expl. Regelwidrigkeiten des Geburtsmechanismus
Von G. Martius. 1994. 109 Seiten, DM 32,-/ÖS 250,-/SFr 32,-

Vorzugspreis für Bezieher der Zeitschrift »Die Hebamme« DM 28,80/ÖS 225,-/SFr 28,80

Expl. _____

Name _____

Straße _____

Ort _____

Unterschrift _____

Anschrift

dienstlich

privat

Tätigkeitsort

Klinik

Praxis

Enke

Bestell-Fax
07 11/13 57 98-30

Wir feiern unser 10-jähriges Bestehen

am

27. Mai 1995

in Bad Honnef-Rhöndorf
im St. Hedwig-Haus
Drachenfelsstraße 8

Schirmfrau:

Lilo Edelmann

Präsidentin des Bundes
Deutscher Hebammen e.V.

Programm

Musik

14.00 Uhr Begrüßung durch die
1. Vorsitzende Helga Helms

Laudatio:

Prof. Dr. Claus Goecke, Aachen

Musik

Chronik

Sabine Kuse, Issum, Gründerin

Dr. Heinrich Mertens, Moers,

Ehrenmitglied

14.45 Uhr Kaffeepause

Musik

15.45 Uhr Vorstellung der Ergebnisse der
Fragebogenstudie ABM 36/91,
durchgeführt durch die AG Gestose-
Frauen e.V. :

Dr. André-Michael Beer, Aachen

Britta Faßbender, Aachen

Sabine Kuse, Issum

Ralf Minkenberg, Dipl.phys., Aachen

17.15 Uhr Diskussion

Musik

Überraschungen

18.00 Uhr Ende der offiziellen Feier

Pause

ab 18.30 Uhr Kaltes Büfett

Feier

ca. 23.00 Uhr Ende

durch den Nachmittag begleitet uns das
"Luca-Streichquartett" aus dem Kreis Viersen

HISTORISCHES zur EPH-GESTOSE

"Im Leib ihrer Mutter sind Kinder wie zarte Pflanzen, die in einem Garten Wurzeln schlagen... Sie sind gezwungen, sich von den Kräften zu ernähren, die ihnen dort zur Verfügung stehen.

Jacques Duval, 1612

(aus "Die Geburt" von Jacques Gélis)

Die folgenden Ausschnitte wurden uns freundlicherweise von Dr. Reimar Hartge, Hannover, zur Verfügung gestellt und stammen aus seinem Vortrag: "Die Eklampsie - ein medizinhistorischer Beitrag" vom Deutschen Gestose-Symposium Hannover 1983 (1) sowie aus "extracta gynaecologica" Band 9 (1985), Nr. 3 (2), deren Redaktion Dr. Hartge damals leitete:

"Unter allen Krankheiten, welche sich während der Schwangerschaft, der Geburt, oder bald nach derselben bey den Frauenzimmern zu ereignen pflegen, ist wohl keine gefährlicher, schrecklicher und öfters tödtlicher als die Konvulsionen oder sogenannten Gichter. Von jeher hat man viele Mittel vorgeschlagen, um diesen Zufall zu beheben; aber man muß gestehen, daß bis auf Mauriceaus Zeiten dieselben keineswegs der Größe und der Gefahr des Übels angemessen waren.

Von diesem Zeitpunkt fieng man an, das Aderlassen und die künstliche Entbindung als die Hauptmittel anzusehen; allein bey genauer Untersuchung findet man, daß diese Mittel nur in gewissen Fällen, nur unter gewissen Umständen als hilfreich - als zweckdienlich anzusehen sind, und daß alles auf die genaue Bestimmung der Ursachen ankommt, wenn wir in der Heilung dieser Krankheit glücklich seyn wollen...."

Einleitung des Frankfurter Arztes GEORG FRIEDRICH HOFFMANN in seiner Monographie "über die Ursachen und Heilmittel der sogenannten Gichter und Konvulsionen bei Schwangeren, Gebärenden und Kindbetterinnen" von 1795. (1)

Im ersten gedruckten geburtshilflichen Lehrbuch "Der schwangeren Frauen und Hebammen Rosengarten" von E. ROESSLIN sen. (1513) wird im 8. Kapitel u.a. Bezug genommen auf Konvulsionen in gravitate (hier "tenasmon" genannt) und auf die Ernsthaftigkeit dieses Zeichens:

"Besorgt die frau mislyngen (=Abort, Totgeburt) von grossem husten, von erbrechung, von einer rur, von einer krankheit genant tenasmon, oder von verpluten es sey uß der nasen oder anderswo so sol man die dyng wenden nach aller tzymlichkeit und eyn zufluch haben tzu den gelerten artzteten -" (1).

(Hier werden schon Begleitsymptome beschrieben, die wir beim "HELLP-Syndrom" finden. S. Kuse)

FRANCOIS MAURICEAU, der berühmte französische Geburtshelfer, schrieb 1668: *"Was die gichte betrifft, seind solche, eben so wol als der Verlust des Bluts, ein der Mutter und dem Kind gefährliches accidens oder Zufall, als davon sie beyde etwann sterben müssen, wann die Mutter nicht alsbald zu ihrer Niederkunft befördert wird (dt. Übersetzung 1680, S. 241)."* (1)

"A. Miquel schrieb 1824: *"Manche Schriftsteller haben die Wassersucht als wesentliche Ursache der Convulsionen betrachtet. Man findet wohl einige Fälle, wo sie ihnen vorherging, aber die Verbindung dieser Ursache und Wirkung ist schwer aufzufinden, und vielleicht könnte man mit mehr Recht annehmen, daß beide Krankheiten von einer Ursache, von einer eigentümlichen Beschaffenheit der Sensibilität und der Constitution des Weibes abhängen"*. (zit.v. H. Fasbender, 1906, S.783)." (2)

Er empfahl eine mehthaltige Diät (Kohlehydrate) und Milchprodukte (Proteine, Vitamine und Mineralstoffe) zur Verhütung von eklampthischen Komplikationen in der Schwangerschaft. (1)

Wenn die schlimmste Form der Gestose, die Eklampsie, heute durch die Möglichkeiten der modernen Medizin auch nur noch selten auftritt, gibt es immer noch 3 - 10% aller Schwangerschaften, die von einer Gestose betroffen sind. Heute wird auch keine Gestose-Frau mehr zur Ader gelassen, und trotzdem - "die" Ursache für diese Erkrankung ist immer noch nicht bekannt. Es gibt viele kleine Puzzleteilchen, doch ein komplettes Bild hält die Wissenschaft noch immer nicht bereit.

Wir betroffenen Gestose-Frauen wollen Denkanstöße in Richtung einer möglichen Ursache geben, die wir in den vergangenen Jahren kennengelernt haben: Nährstoffmangel.

Und doch müssen auch wir manchmal konstatieren, was A. Miquel schrieb: *"...daß beide Krankheiten von einer Ursache, von einer eigentümlichen Beschaffenheit der Sensibilität und der Constitution des Weibes abhängen."*

Sabine Kuse

Grußworte der 1. Vorsitzenden Helga Helms, Bremen

Kaum eine Frau, die ihr erstes Kind erwartet, hat jemals von einer EPH-Gestose oder Schwangerschaftsvergiftung gehört. Oftmals endet eine "Gestose- Schwangerschaft" mit einem Kaiserschnitt und einem zu früh geborenen und möglicherweise zu kleinem Kind. Viele unserer Mitgliedsfrauen mußten diese Erfahrung machen. Überwiegend war es für die Betroffenen schwierig oder gar unmöglich, Information über diese Erkrankung zu bekommen und somit beim Verarbeiten des Erlebten zu helfen. So entstand der Selbsthilfegedanke.

Ich sehe unseren Festtag zum 10-jährigen Bestehen mit einem lachenden und einem weinenden Auge. Das lachende Auge über die Freude, daß unser Verein es doch recht weit gebracht hat und vielen Frauen helfen konnte. Unsere Mitgliederzahl hat sich in den vergangenen 10 Jahren gut entwickelt, bei den Ärzten, Krankenhäusern und anderen Institutionen, besonders bei den Hebammen, sind wir nicht mehr fremd. Viele arbeiten mit uns zusammen und vermitteln Kontakte von betroffenen Frauen zu uns. Auch wenn noch viel Arbeit vor uns liegt, wir haben schon etwas erreicht und wir werden in unserem Bemühen nicht nachlassen.

Das weinende Auge habe ich, weil noch immer viele Schwangerschaften tragisch enden, obwohl es oftmals nicht sein müßte. Durch mehr Aufklärung der Schwangeren und bessere Zusammenarbeit mit den Ärzten und Krankenhäusern könnten viele Fälle von EPH-Gestose und somit auch viele Früh- und Mangelgeburten vermieden oder zumindest gemildert werden. Ich bin sicher, daß ein großer Teil der Frühgeburten auf unangemessene Ernährung zurückzuführen ist, daher sollte unser Ernährungsplan allen Schwangeren empfohlen werden, um das Risiko weitgehend einzuschränken.

Wir wollen auch an die Betroffenen selbst appellieren, unsere Arbeit durch ihre Mitgliedschaft zu stärken, um dabei zu helfen, anderen Frauen ein gleiches Schicksal zu ersparen. Die Vergangenheit können wir nicht ändern, aber für die Zukunft können und wollen wir alle unsere Kräfte einsetzen, mit unserer Arbeit möglichst viele Schwangere zu erreichen und letztendlich die Gestose-Rate zu senken.

Helga Helms

Grußworte zum 10jährigen Bestehen der Arbeitsgemeinschaft Gestose-Frauen e.V.

Sehr geehrte Frauen der AG, sehr geehrte Interessierte,

zunächst beglückwünsche ich Sie zu Ihrem Jubiläum und spreche meine Anerkennung für die von Ihnen geleistete Arbeit aus.

Am Beispiel Ihrer Selbsthilfegruppe, die ja wohl aus eigener Betroffenheit entstanden ist, zeigt sich wieder einmal das gute Zusammenwirken von betroffenen Laien mit medizinischen Fachkräften.

Sicherlich ist es auch ein Verdienst Ihrer Gemeinschaft, daß wir heute einen neuen Ansatz in der Betrachtungs- und Behandlungsweise der EPH-Gestose erkennen können.

Lange Jahre schien die Schulmedizin hier festgefahren in der Verordnung von Reis-, Saft- und Obsttagen sowie Reduzierung der Salzzufuhr in der Schwangerschaft.

Inzwischen wissen wir, daß der Ernährungsplan anders abgestimmt sein muß, die Schwangeren ihre Lebensweise verändern sollten und auch zunehmen dürfen.

Den ersten Blick über die Grenze tat aus Ihrem Kreis Sabine Kuse, selbst betroffen und daher sensibilisiert. Sie trug ihre gesammelten Erkenntnisse von England zu uns, ermunterte Mitstreiterinnen, informierte ÄrztInnen und Hebammen usw. Sie selber wissen am besten, wie es weiterging.

Inzwischen gibt es eine Geschäftsstelle, an die sich viele rat-suchende Frauen wenden können, die Akzeptanz auf dem ärztlichen Sektor ist wesentlich verbessert und die Zusammenarbeit mit den Hebammen wurde von Anfang an gesucht und ausgebaut.

Wichtig ist bei Selbsthilfegruppen immer, die eigenen Grenzen zu erkennen und frühzeitig Fachleute einzuschalten. Dieses Prinzip haben Sie meines Wissens immer befolgt und werden sicher auch in der Zukunft daran festhalten.

Nun wünsche ich Ihnen, daß Ihre Tagung einen guten Verlauf nehmen möge und für die Zukunft alles Gute.

Lilo Edelmann

Lilo Edelmann
Präsidentin des BDH e.V.

PROF. DR. MED. CLAUS GOECKE

Arzt für Frauenkrankheiten und Geburtshilfe, Badearzt
Arzt für Physik, Therapie
Frauenklinik - Luisenhospital Aachen
Lehrkrankenhaus - Hebammenlehranstalt
Balneologisches Institut - Bad Aachen



Ein Jubiläum, wie das der Arbeitsgemeinschaft „Gestose-Frauen“ fordert einen Rückblick - nicht nur auf die Initiative einiger, von EPH-Gestose betroffener Mütter, sondern auch auf das Bemühen vieler Ärzte, die Ursachen jener Schwangerschaftserkrankung aufzudecken, die noch heute weltweit für die meisten mütterlichen Todesfälle in Zusammenhang mit Schwangerschaft und Geburt und den Tod noch Ungeborener verantwortlich gemacht werden muß.

Der Hunger in unserer Welt und der damit verbundene Eiweißmangel sind eine der Hauptursachen für das Entstehen dieser Erkrankung. Früher, als man noch annahm, daß eine Nierenerkrankung in enger Beziehung mit dieser Erkrankung steht, wurde eine salzarme Kost empfohlen und zur Vermeidung starker Ödeme die Reduzierung der Flüssigkeitsaufnahme angeraten. - Beides hat sich in den letzten Jahrzehnten als falsch erwiesen.

Heute wissen wir, daß Bluteindickung und Schädigung der Innenauskleidung der Blutgefäße Mitursache des erhöhten Blutdruckes in der Schwangerschaft sind.

Als ich vor 40 Jahren meine Doktorarbeit begann, waren die Kriegsjahre noch in aller Gedächtnis. So auch die hohe Eklampsie-Rate infolge einer katastrophalen Hungersnot in der lange belagerten Stadt Leningrad. Auch im besiegten Deutschland bestand eine Hungersnot - jedoch ohne Zunahme der Eklampsie-Häufigkeit, da Schwangere bevorzugt Magermilch erhielten. Meine Dissertation handelte von der Aufnahme und Ausscheidung von Eiweißen. Viele Publikationen befaßten sich in den vergangenen vier Jahrzehnten mit Ursache und Therapie der EPH-Gestose. Weltweit sind es jetzt monatlich mehr als 1.000 Veröffentlichungen. Doch die letzten Ursachen dieser Erkrankung sind noch nicht geklärt.

Wir Ärzte sollten mit allen Kräften helfen, daß die Arbeitsgemeinschaft „Gestose-Frauen“ weiter lange und fruchtbar bestehen bleibt. Wir müssen dankbar sein, daß diese Arbeitsgemeinschaft hilft, neue wissenschaftliche Erkenntnisse über dieser Erkrankung zu verbreiten - zum Nutzen der betroffenen Frauen.

C. Goecke Aachen, März 1995



GEMEINDE ISSUM

Issum, im April 1995

Grußwort

Die Gemeinde Issum übermittelt der Arbeitsgemeinschaft Gestose-Frauen e.V. zu ihrem 10-jährigen Bestehen herzliche Grüße und Glückwünsche.

Als gemeinnütziger Verein betreut die Arbeitsgemeinschaft schwangere Frauen mit der EPH-Gestose auf vielfältige Art. Sie stehen betroffenen Müttern mit Auskünften jederzeit zur Verfügung. Durch den Erfahrungsaustausch erhalten betroffene Frauen die Informationen, die Beratung, das Gehör und das Verständnis für ihre Ängste und Probleme während der Schwangerschaft. Bei den regelmäßig stattfindenden Fortbildungsseminaren vermitteln Sie wertvolle Erkenntnisse im Zusammenhang mit den Ursachen, Auswirkungen und Behandlungsmöglichkeiten der EPH-Gestose.

Wenn der Verein auf das in den letzten 10 Jahren Geleistete zurückschaut, so kann er dies mit besonderem Stolz tun. Aus einer kleinen Selbsthilfegruppe ist ein Verband von fast 500 Mitgliedern geworden.

Im Namen des Rates und der Verwaltung wünschen wir den anlässlich des 10-jährigen Bestehens geplanten Veranstaltungen eine gute Resonanz und einen guten Erfolg. Zugleich richten wir herzliche Grüße an alle teilnehmenden Mitglieder und Gäste von Nah und Fern.

Ihre

(Gies)
Bürgermeister

(Kahl)
Gemeindedirektor

1984

Die Arbeitsgemeinschaft Gestose-Frauen e.V. wurde November 1984 von betroffenen Frauen gegründet. Angefangen hat es mit einer Annonce in der Zeitschrift „Eltern“:

NOCH EIN BABY?

„Während meiner ersten Schwangerschaft litt ich (27) unter schwerer EPH-Gestose. Das Kind war eine Früh- und Mangelgeburt. Ich wünschte mir ein zweites Kind, habe aber Angst vor der Schwangerschaft. Welche Mutter hat Erfahrungen mit dieser Krankheit, weiß, wie man sie meistern kann?“

Antje Blankenagel, Falkenstr. 7

und einem Artikel in der englischen Zeitschrift gleichen Namens - „Parents“ im selben Monat. Diesen Artikel fand Sabine Kuse während ihres Urlaubs in England (es gibt keine Zufälle!...)

PRE-ECLAMPSIA-

what every
woman
should know

One in ten women will suffer from pre-eclampsia — raised blood pressure, fluid retention and protein in the urine — in their first pregnancy. Denise Winn has been looking at conventional treatments — and a controversial new self-help approach



Dr Brewer claims it is impossible to suffer from eating too much salt, as excess is simply removed in the urine. He cites a researcher at the University of Vermont Medical School who gave pregnant women excessive salt for a month. None retained excess and none developed pre-eclampsia.

Dr Brewer says in his book, *What Every Pregnant Woman Should Know* that cutting down on salt to prevent high blood pressure actually induces high blood pressure; the kidneys react to salt restriction by releasing a hormone that makes blood vessels contract.

The other nutritional deficiency he says can lead to pre-eclampsia is a diet too low in protein. The liver becomes sluggish and, as a result, fluid is lost from the bloodstream and swells up in the tissues instead.

These views are not shared by most obstetric experts in Britain. Professor Chamberlain commented: "I certainly wouldn't recommend salt to my patients. There is very little evidence that nutrition helps prevent pre-eclampsia."

But Dr Brewer's views have found support amongst members of the Pre-eclamptic Toxaemia Society, which was set up four years ago by Dawn James, who herself suffered pre-eclampsia in her first pregnancy, and later contacted Dr Brewer.

Diese Ansichten werden von den meisten britischen Geburtshelfern nicht geteilt. Prof. Chamberlain kommentierte: „Ich würde meinen Patientinnen sicherlich kein Salz empfehlen. Es gibt wenig Beweise dafür, daß Nährstoffe helfen, eine Prä-Eklampsie zu verhindern.“

Aber Dr. Brewers Ansichten haben Unterstützung unter den Mitgliedern der Pre-Eclampsia Toxaemia Society gefunden, die vor vier Jahren von Dawn James gegründet wurde. Sie hatte in ihrer ersten Schwangerschaft selbst unter Prä-Eklampsie gelitten und ist später mit Dr. Brewer in Kontakt getreten...

So kam es, daß wir von der Existenz der englischen Selbsthilfegruppe P.E.T.S. erfuhren. Ein Schriftwechsel zwischen Dawn James, Sabine Kuse und Antje Blankenagel brachte die Sache ins Rollen....

... Dr. Brewer erklärt, daß es gar nicht möglich sei, zuviel Salz zu essen, da ein Überschuß ganz einfach mit dem nächsten Urin wieder ausgeschieden wird. Er zitiert einen Wissenschaftler an der medizinischen Fakultät der Universität Vermont, der Schwangeren einen Monat lang zusätzlich Salz zuführte. Keine von ihnen bekam Ödeme und keine entwickelte eine Prä-Eklampsie.

Dr. Brewer erklärt in seinem Buch „Was jede Schwangere Frau wissen sollte“, daß eine Salzbeschränkung zur Verhinderung von Bluthochdruck sogar das Gegenteil bewirkt, ein Ansteigen des Blutdrucks, da die Nieren auf Salzeinschränkung mit der Ausschüttung eines Hormons reagieren, das die Blutgefäße zusammenzieht.

Ein weiterer Mangel, der zu Prä-Eklampsie führen kann, ist eine proteinarme Ernährung. Die Leber wird träge und das Ergebnis ist der Verlust von Flüssigkeit aus dem Blutstrom in das Gewebe.

Sabine Kuse, Kolpingstr. 43, 4173 Kerken 2
W. Germany

31st Oct., 1984

Dear Mrs. James,

I have read the article about "Pre-Eclampsia" in the August edition of "PARENTS" and about PETS.

I live in Germany and have suffered from Pre-Eclampsia in my first and only pregnancy myself.

After having spoken to some other women in the same situation we would like to start something like "PETS" ourselves. I know how important it is to obtain information

P.E.T.S.
(PRE-ECLAMPTIC TOXAEMIA SOCIETY)

Dawn James,
33 Kewick Avenue
Hullbridge
SS5 6JL
Telephone: (0702) 231689
TEL: (0268) 42617

Dear Sabine,

Thank you for your letter. I was very interested to read that you would like to start something like PETS in your country. As a National Organisation we do have members in several countries so I see no reason why we cannot work together with this project and that I could help you set up a branch of PETS in Germany - if this is acceptable to you?

Antje Blankenagel

Falkenstraße 7, 13.9.84

Liebe Frau Kuse

zunächst einmal möchte ich mich ganz herzlich für Ihre Zuschrift bedanken. Leider konnte ich nicht eher antworten - und auch jetzt nur mit einem Rundbrief - da ich von der Fülle der Zusendungen fast erschlagen worden bin. Ich hoffe aber, später noch einmal zu einem persönlichen Brief zu kommen.

Zuerst möchte ich mich einmal vorstellen: Ich bin jetzt 28 Jahre alt, und unsere Tochter wird in der kommenden Woche ein Jahr alt. Die Schwangerschaft - meine erste - war ein einziges Fiasko. Die EPH-Gestose begann schon Ende des vierten Monats, die üblichen Beschwerden steigerten sich zunehmend. Ich bekam Entwässerungstabletten, mußte ständig Reistage einlegen, wurde mit blutsrucksenkenden Tabletten ruhiggestellt. Trotz alledem wurde die Schwangerschaft in der 32. Woche beendet - in letzter Minute - denn die Placenta war beinahe ganz zerstört, die Herztöne des Kindes wurden immer schwächer, mein Blutdruck stieg über 200, und ich stand kurz vor der vielgefürchteten Eklampsie. Unsere Tochter wurde mit Kaiserschnitt geholt, wog 1100 g und war 38 cm groß (klein). Sie wurde sofort in die Kinderklinik gebracht, wurde beatmet. Nach 9 Tagen

Sabine Kuse
Kolpingstraße 43
4173 Kerken-Aldekerk
02833 - 1252

Ich aber möchte mich nochmals herzlich bei Ihnen bedanken. Die große Anteilnahme, die vielen Ratschläge, die guten Wünsche und vor allen Dingen das Wissen um Andere, die teils noch Schlimmeres erlitten haben, haben mich zuversichtlicher und mutiger gemacht.

Falls ich noch einmal schwanger werde - und ich glaube, ich werde es wagen - werde ich Ihnen von meiner zweiten Schwangerschaft berichten.

Nochmals herzlichen Dank und viele Grüße

Ihre

Antje Blankenagel

Der offizielle Beginn unserer Aktivitäten lt. Kassenbuch...

Datum	Text	Einnahmen	Ausgaben
17.10.84	Fotokopier Altkauf 10 Stück (ohne Anhang)		2,-
31.12.84	Dawn James, England	✓	1,-
20.11.84	Postgebühren: England: Diane Packham Dawn James Zeitschrift Elken, München Antje Blankenagel, Dost Petra Haake, Frieslein (H. Anhang 19.11.84) Karin Amann, WT	1,- 1,- 1,30 ✓ 7,80 ✓ 1,30 ✓	5,80
23.11.84	Rundbriefredaktion AfS		1,20
5.12.84	Dr. Tom Brewer, USA	✓	2,60
	Dr. Ernst Rippmann, CH	✓	1,-
12.12.84	Ursula Spiess, Hene		1,20
	Karin Amann, WT	✓	1,90
14.12.84	Ausgabenbuch		9,95

Dawn James hatte einige Unterlagen ihrer Gruppe mitgesandt, darunter die kleine Broschüre „Pregnant - and want a healthy child?“ Diese wurde übersetzt und als „Gesunde Schwangerschaft - Gesundes Baby“ als erste Information an interessierte Frauen verschickt.

Ebenso stellte Dawn den Kontakt zu Dr. Brewer, San Francisco / USA her, der bereits seit Beginn der 60-er Jahre seinen Kampf gegen die „EPH-Gestose“ oder „Stoffwechselstörung der Spätschwangerschaft“ führte. Schon viele Jahre behauptete er, daß die Ursachen dafür vor allem in Proteinmangel, Kalorienmangel und der Einschränkung von Kochsalz und Flüssigkeit lägen! Seine Ideen schienen damals revolutionär und fast unglaublich, aber trotzdem fühlten wir betroffenen Frauen, daß etwas Wahres daran sein mußte.

Es folgten viele ermunternde Gespräche mit Stillfrauen der AfS, die bereits Erfahrung mit der Gründung und Leitung einer Selbsthilfegruppe hatten (vielen Dank an dieser Stelle an Sylvia Brunn und Ingrid Halfmann).

December 11, 1984
5 Memory Lane
Croton-on-Hudson, NY
USA 10520

NUTRITION ACTION GROUP
(NAG)

Dear Sabine Kuse,
Thank you for the good letter and the copy of "Gesunde Schwangerschaft - Gesundes Baby!" It is encouraging to see these ideas leaking out into the world for women! This pamphlet was first produced in 1969 in Berkeley, California and reflects research on the needs of intending pregnant women with your work. The "PREVENTION NOW" message to women! I appreciate your interest and concerns so much! Please keep in touch. With kindest regards,
Tom Brewer

1985

So wurde eine vage Idee letztendlich in die Tat umgesetzt und im Januar 1985 erschien der erste Rundbrief, der an einhundert Personen und Institutionen versandt wurde.

Ursprünglich war die Idee, daß wir unsere Erfahrungen austauschen wollten, endlich einmal jemanden haben wollten, der ähnliches erlebt hatte und Verständnis für uns und unsere Situation aufbrachte. Die medizinische Beratung entstand erst später, nachdem immer wieder Frauen davon berichteten, daß es ihnen erst nach der Verordnung von Reis- und Obsttagen und der Salz- und Flüssigkeitsbeschränkung wirklich schlecht ging. Tom Brewers Aussagen bestätigten sich immer mehr. Aber damals wußten wir noch viel zu wenig über die medizinischen Hintergründe, um seine Aussagen wirklich mit unerschütterlichem Vertrauen weiterzugeben.

Im November 1985 trafen sich Dawn James und Sabine Kuse in England und sprachen zwei Tage über die Organisation der Selbsthilfegruppe und medizinische Hintergründe. Vier dicke Ordner reisten wieder mit nach Deutschland, genug Lektüre für die nächsten Monate.

1986

Die Kontakte zu Zeitschriften und Redakteuren hatte Erfolg:

Die Krankheit, die nur Schwangere bekommen

"ELTERN" 2/86

Neue Eltern- Selbsthilfegruppen

Arbeitsgemeinschaft Gestose-Frauen

Nach einer kurzen Notiz in „unser kind“ bekam Sabine Kuse Kontakt zu anderen Frauen, die – wie sie – unter der Schwangerschaftsvergiftung EPH-Gestose gelitten haben. Nun haben sie die Arbeitsgemeinschaft Gestose-Frauen gegründet, die bundesweit arbeiten soll. Sie ist der entsprechenden Selbsthilfe-Organisation in England (PET) bereits angeschlossen.
Kontakt: Sabine Kuse, Marktweg 3, 4174 Issum.
Tel.: (0 28 35) 39 80.

Nach den ersten zwei, drei Monaten der Umstellung fühlen sich die meisten Schwangeren wieder wohl in ihrer Haut. Leider nicht alle: Etwa acht bis zehn Prozent aller Frauen tragen die Schwangerschaft schlecht. Sie leiden an einer Krankheit, die nur sie bekommen können, weil die Ursache in nichts anderem als eben in der Schwangerschaft selbst besteht. Ihr Name: EPH-Gestose.

Die typischen Anzeichen sind Bluthochdruck, Eiweiß im Urin und Ödeme. (Edema – Ödeme, Proteinurie – Eiweiß im Urin, Hypertonie – Bluthochdruck). Diese Symptome treten meist im letzten Drittel, manchmal auch schon ab der 20. Woche der Schwangerschaft auf und klingen unmittelbar nach der Geburt des Kindes ab. Über die Ursachen weiß man noch wenig. Eine mögliche Erklärung: Das Immunsystem der Frau reagiert allergisch auf das Ungeborene, das zur Hälfte „fremdes“ Gewebe hat (nämlich das des Vater:).

Im Februar 1986 trafen wir uns erstmals mit mehreren Frauen/Paaren, die sich auf die Artikel gemeldet hatten. Karin und Peter Helbing in Moers waren unsere Gastgeber.

Irgendwie hatten wir alle andere Geschichten, manche von uns hatten ihre Kinder verloren, andere Kinder haben überlebt und mehr oder weniger starke Probleme in ihrer Entwicklung gehabt. Und auch bei diesem Treffen wurde deutlich, was auch aus den vielen Briefen zu lesen war: wir alle hatten das Gefühl, daß die übliche Behandlung mit Reis- und Obsttagen und salzreicher Kost, Flüssigkeitsbeschränkung usw. uns nicht so recht geholfen hatte, sondern bei manchen sogar noch eine Verschlimmerung brachte.

Und noch etwas Wichtiges geschah in diesem Frühjahr 1986: Karin Helbings Arzt zeigte Interesse für unser Anliegen und lud uns zu einem Treffen in sein Krankenhaus ein. Dr. Mertens wollte unsere Geschichten kennenlernen und das Ziel unserer Selbsthilfegruppe. Das erste Treffen dauerte bis spät in die Nacht hinein und wir bekamen einen wirklich hilfreichen Rat mit auf den Weg:

„Versuchen Sie, so viel Kontakt wie möglich zu Ärzten zu halten, damit Sie nicht in die Ecke der „Jammertanten“ abgedrängt werden und Ihre Ideen auch wirklich Früchte tragen können.“

Dieser Rat beinhaltete schon fast so etwas wie eine Verpflichtung - Dr. Mertens mußte oft herhalten, um unser riesiges Interesse an medizinischer Information so gut wie möglich zu befriedigen. Es folgten regelmäßige Treffen im St. Josef-Krankenhaus in Moers.

Ende November 1986 fand das erste bundesweite Treffen in Bad Kreuznach statt, es nahmen 16 Frauen/Paare teil. Dr. Mertens hielt einen ausführlichen Vortrag für uns. Und sogar Besuch aus der Schweiz hatte sich angemeldet, Barbara und Derrick Stephenson aus Langenthal. Wir erlebten schnell ein Gefühl der Solidarität, trotz unserer unterschiedlichen Geschichten und Schicksale. Und so ist es bis heute geblieben; einmal jährlich treffen wir uns zum Erfahrungsaustausch, hören Vorträge von Ärzten und stärken unsere Solidarität...

1. Bundesweites Treffen in Bad Kreuznach Ende Nov. 1986



von links: Annemarie Klei, Renate Mielke-Mohr, Laurenz und Mechthild Heselhaus, Bärbel Stephenson,

Wir haben viel erzählt; die meiste Zeit in der Küche, weil es dort am gemütlichsten war. Die Mahlzeiten hatten wir schon größtenteils zuhause selbst vorbereitet, da wir uns selbst versorgen mußten. Die Zeit verging viel zu schnell an diesem Wochenende.

Der Waschkorb reist auch heute noch zu den Fortbildungen mit, vollgepackt mit Büchern und Informationsmaterial .

1987

Bis April 1987 folgten eher ruhige Monate. Einige Frauen aus unserer kleinen Gruppe bekamen ihre Babys, Doris Wingerath ihre Zwillinge, Sabine Kuse ihren zweiten Sohn. Alle drei Monate trafen wir uns weiterhin

im „St. Josef“ in Moers, aber der April brachte geradezu einen Erdbeben! In der Zeitschrift „Eltern“ erschien ein langer Artikel über unsere Gruppe und unsere Arbeit - das Ergebnis waren über 300 Briefe in vier Wochen. Viele fleißige Hände haben mitgeholfen, diese Briefflut zu bewältigen. Die Mitgliederzahl stieg in den darauffolgenden Monaten von konstanten 50 Mitgliedern auf über 100 an.

1988

Die wachsenden Mitgliederzahlen und der damit verbundene Aufwand verlangte nach einer offiziellen Form. Am 18. April 1988 wurde aus der Selbsthilfegruppe ein Verein:

ARBEITSGEMEINSCHAFT GESTOSE-FRAUEN

(PETS Deutschland)



Geschäftsstelle: Vogt-von-Belle-Platz 3, 4174 Issum, Tel. 02835/3980

PROTOKOLL

über die Gründung des Vereins

ARBEITSGEMEINSCHAFT GESTOSE-FRAUEN e.V.

Sitz Issum

Am 18. April 1988 versammelten sich im St. Josef-Krankenhaus in 4130 Moers, Asberger Str. 4 die auf beiliegender Anwesenheitsliste verzeichneten 16 Personen.

Bundesweite Arbeitsgemeinschaft „Gestose-Frauen“ in Moers gegründet

Krankheitsursache unbekannt

MOERS. 15 Besucher einer seit November 1984 unter der Leitung von Sabine Kuse bestehenden Selbsthilfegruppe gründeten jetzt im Moerser St.-Josef-Stift im Rahmen einer Gruppenstunde die „Die Arbeitsgemeinschaft Gestose Frauen e.V.“. Mitglieder sind satzungsgemäß gleichzeitig weitere 110 Betroffene aus dem ganzen Bundesgebiet, die bisher in der gleichnamigen Selbsthilfegruppe ihre Erfahrungen zumeist brieflich austauschten.

50 000 Fälle im Jahr

EPH-Gestose, bzw. Schwangerschaftsvergiftung, ist der Name für eine Erkrankung, die nur in der Schwangerschaft auftritt und sich durch unterschiedliche Symptome bemerkbar macht: Wasseransammlungen im Gewebe, Eiweiß im Urin (Proteinurie) und Bluthochdruck. Rund 50 000 Fälle werden pro Jahr in der Bundesrepublik registriert, rund 10 Prozent der Geburten sind von der EPH-Gestose betroffen. Neben Früh- und Mangelgeburten gehört die EPH-Gestose zu den drei großen Problemen der Gynäkologen.

Krampfanfälle

Wird die Krankheit nicht oder aber falsch behandelt, kann es zu epileptischen Krampfanfällen mit Bewußtlosigkeit kommen. Früher war Gestose eine häufige Todesursache für Frauen in der Zeit der Geburt. Darüberhinaus kann die Krankheit zu Mangelersch-

chefsart der Gynäkologie am St. Josef-Hospital.

Falsche Ernährung

In den unregelmäßig stattfindenden Gruppenstunden bemühen sich Dr. Mertens und Frau Kuse nun um Aufklärung und Beratung der Gestose-Frauen. Bei ihren Nachforschungen entdeckte Sabine per Zufall die englische „Mutter“-Gruppe der Gestose-Frauen und begann vor knapp vier Jahren selbst mit ihrer Arbeit in Deutschland. Obwohl die genauen Ursachen unbekannt sind, die zur Gestose und somit zur Mangelversorgung des Mutterkuchens führen, wurde ein besonderer Zusammenhang zwischen falscher Ernährung und der Krankheit festgestellt.

Auch ein soziales Problem

„Auch der Wohlstand unserer westlichen Industrienation schützt nicht vor der Gestose“, erklärte Dr. Mertens, „hier handelt es sich darum nicht nur um ein medizinisches, sondern auch um ein soziales Problem.“ Einen kritischen Moment für das Auftreten in einem bestimmten Stadium der Schwangerschaft gibt es nicht, die Gestose kann von einem Tag auf den anderen eintreten. „In diesem Moment ist dann der Griff zur salzarmen Kost nicht unbedingt richtig“, meinte Dr. Mertens, wohlwissend, daß er mit dieser Sichtweise bei Kollegen durchaus auf Kritik stößt.

Schnell kann die Gestose einzelne

heitsideale vergessen. So verdoppelt sich die benötigte Eiweißmenge von rund 44 auf knapp 90 Gramm, an Calcium werden statt 800 mg sogar 1 200 mg benötigt. 25 bis 100 Prozent mehr Vitamine und 100 Prozent mehr Magnesium (d.h. rund 600 mg) sollte eine Schwangere zu sich nehmen, um eine ausreichende Ernährung zu gewährleisten.

Risiko Eisenmangel

„Wichtig ist vielseitiges Essen mit mehreren Nährstoffen“, erklärt Dr. Mertens. So reichen zwar theoretisch drei Liter Milch mengenmäßig aus, um den Kalorienhaushalt herzustellen, doch die Zusammensetzung der Nahrung ließe doch – weil zu einseitig – zu wünschen übrig. Die Konsequenzen sind oft genug bitter: Bei Eisenmangel wurden oft vorzeitige Wehen festgestellt, bei Magnesiummangel häuften sich Fehlgeburten. Mangelnde Folsäure und B-Vitamine wurden oft als Ursache von Mißbildungen erkannt.

Abschließend nannte Dr. Mertens in seinem Kurzvortrag mehrere Risikofaktoren, die besonders im Zusammenhang mit der EPH-Gestose genannt werden: Betroffen sind zumeist Mütter mit weniger als 85 Prozent ihres Idealgewichtes, sogenannte „Teenagerschwangerschaften von Mädchen unter 15 Jahren sowie Frauen aus ungünstigen sozialen Verhältnissen und mit psychischen Störungen. Auch übermäßiger Gebrauch von Drogen, Alkohol und Nikotin sowie vorange-

Ulrike Möller-Schinkels schrieb im Sommer 1988 viele Ärzte an, deren Namen sie im Anhang einer Kongreß-Veröffentlichung über „Schwangerschaftsbedingte Hypertonie“ fand. Es erreichten uns etliche Antworten, von denen vor allem zwei herausstachen. Ein Arzt wollte wissen, „warum wir diesen Verein denn eigentlich gegründet hätten, wenn die Schwangerschaft vorbei sei, sei doch auch die Gestose vorbei.“

Und wörtlich: „Andererseits kann ich nicht hoffen, daß es sich bei Ihrer Arbeitsgemeinschaft um eine weitere Gruppierung handelt, die letztendlich ihr Ziel darin sieht, Geburtshelfern ihre „vielen“ Fehler vorzuwerfen. Meine Kritik an Ihren Rundbriefen besteht vor allem darin, daß vor allem die Einzelberichte von „Betroffenen“ dazu führen, daß hier alle komplizierten Abläufe völlig durcheinander geworfen werden. Der gesamte Problemkreis des hohen Blutdrucks in der Schwangerschaft ist so kompliziert, daß es sich bis heute um eine der wenigen Krankheitsbilder handelt, deren Ursache letztendlich noch unbekannt ist.“ Den Schreiber dieser Zeilen wollen wir hier nicht nennen.

Unser Ziel ist klar - wir wollen den „Betroffenen“ auch beim Verstehen der komplizierten Abläufe helfen, denn es gibt immer noch zu wenig andere Personen, die dies tun.

Eine zweite Zuschrift kam von einem wohlwollenden Arzt, Prof. Dr. Friedberg aus Mainz. Er wies uns auf eine Fortbildung in Bamberg hin:

10. Nephrologisches Seminar Bamberg

III. Medizinische Klinik und Frauenklinik im Klinikum Bamberg

Verein zur Förderung von Wissenschaft und Forschung auf den Gebieten der Nephrologie und Osteologie Bamberg e. V.

SCHWANGERSCHAFT UND NIERE

am 11./12. November 1988

Tagungsort: Dominikanerbibliothek in der Kasernstraße 4

Leitung: W. Schulz und H. A. Krone



von links: Karin Helbing, Dirk Hafemeister, D. Wingerath, S. Kuse, Dr. Heinrich Mertens, Heidi Hasse, verdeckt: Erika Hafemeister, Elke Weglau,

Gerne hätten wir an dieser Fortbildung teilgenommen, aber die Finanzen ließen das nicht zu. Und man wollte uns dort auch gar nicht haben, eine Teilnahme wurde ausdrücklich untersagt.

Aber die Sterne wollten es anders - einen Spender fanden wir in Dr. Heinz-Dieter Wingerath. Und Prof. Friedberg ließ uns wissen, daß wir ruhig anreisen sollten, er würde uns notfalls an die Hand nehmen und uns so in den Vortragssaal geleiten... Und genau so geschah es dann auch, unter den mißbilligenden Blicken der Veranstalter. Also nahmen wir erstmals an einer Veranstaltung für Mediziner teil. (Und haben viele interessante Vorträge gehört und ebenso viel gelernt.)

1989

1988 und 1989 waren vor allem gekennzeichnet durch viele Kontakte zur Presse, die ständig einen Schwung von Anfragen und ein Ansteigen der Mitgliederzahlen brachte. 1989 erschien ein weiterer, längerer Artikel in "Eltern" und wiederum erreichten uns zahlreiche Zuschriften - in drei Monaten über 1.000 Briefe! Das war allein nicht mehr zu schaffen und eine Aushilfe wurde eingestellt - Monika Hackstein aus Issum, damals noch Schülerin. Aber weil ihre Prüfung immer näher rückte, schickte sie schon nach wenigen Wochen einen "Ersatz" - ihre Mutter Marlies.

Marlies Hackstein kam zweimal die Woche, um bei der immensen Arbeit zu helfen. Sie kam viele Jahre und wurde eine echte Stütze für uns. (Leider traf sie 1992 ein schwerer Schicksalsschlag, ihr erwachsener Sohn kam bei einem Autounfall ums Leben. Seitdem hilft sie nur noch sporadisch aus und wir vermissen sie mit ihrer Fröhlichkeit sehr.)

Im Juli 1989 wurde in Freising eine erste Fortbildung für Hebammen organisiert, bei der Sabine Kuse Referentin war. In den nächsten Jahren sollten viele derartige Veranstaltungen folgen, auf Kreis- und Landesebene. Und im März 1995 erstmals sogar auf nationaler Ebene, in Österreich.

Eine zweite Regionalgruppe wurde in Bremen von Helga Helms gegründet, später kamen viele weitere hinzu.

Es wurden verstärkt Kontakte zu Krankenkassen geknüpft, daraus resultierte dann eine allgemeine Veranstaltung für werdene Eltern in Moers, die von der Bundesknappschaft organisiert wurde.

Dort gab es die Gelegenheit, über Ernährung in der Schwangerschaft zu sprechen, so wie wir sie uns wünschen.



Große Resonanz bei Infoabend der Knappschaftskrankenkasse

Der Vortragssaal der Knappschaftskrankenkasse an der Bankstraße in Moers war jetzt beim Infoabend zum Thema „Schwangerschaft – Vorsorge, Ernährung, Sicherheit“ mit rund 260 Personen „ausverkauft“. Die acht Referenten informierten die zahlreichen schwangeren Frauen, die mit ihren Männern zu der Veranstaltung nach Moers gekommen wa-

ren, umfassend über alles, was mit der Schwangerschaft zu tun hat. Initiatorin der Veranstaltung war Barbara Schirner. Sie fand beim Geschäftsstellenleiter der Knappschaftskrankenkasse, Herbert Zimmer, offene Ohren und volle Unterstützung für ihre Pläne. „Die Veranstaltung und vor allem auch die Diskussionen im Anschluß an den offi-

ziellen Teil haben gezeigt, daß noch viele Fragen offen sind, eine Wiederholung wäre daher wünschenswert“, sagt Barbara Schirner, die an die schwangeren Frauen appelliert, das Vorsorge-Programm und die beiden Ultraschall-Untersuchungen, die von den Krankenkassen kostenlos angeboten werden, in Anspruch zu nehmen.

RP-Foto

26.10.89

Auf dem Foto sieht man in der ersten Reihe:

2. von links: Doris Wingerath, rechts daneben: Karin Helbing

Nach der Vereinsgründung waren regelmäßig Vorstandssitzungen abzuhalten, ca. alle drei Monate trafen wir uns reihum bei Karin Helbing, Doris Wingerath oder Sabine Kuse. Oft sinnierten wir über die Ziele, die wir uns bei unserer Arbeit immer wieder setzen wollten.

Einer unserer Träume hieß: Wir wollen einmal als Referenten auf dem Deutschen Gynäkologen-Kongreß auftreten, so in 15 bis 20 Jahren... Ein schöner Traum...

Und manchmal werden Träume wahr, (und nicht erst nach 20 Jahr...)

Völlig überraschend erreichte uns im Herbst 1989 die Einladung von Prof. C. Goecke zu folgendem Ereignis:

Dienstag, 11. September 1990

Vorprogramm
Sitzung: VP 18.2
Universität
Hörsaal C
15.30–17.45

Leitung:

Arbeitsgemeinschaft Schwangerschaftshochdruck/Gestose

H. Kaulhausen, Remscheid
C. Goecke, Aachen

Forensische Fragen im Zusammenhang mit Schwangerschaftshochdruck, Gestose/Präeklampsie und Eklampsie

Einführung aus juristischer Sicht
G. Solbach, Aachen

Darstellung aus geburtshilflicher und gutachterlicher Sicht
St. Niesert, Hannover

Forensische Wertungen schwangerschafts- und geburtsbedingter eingeschränkter Lebensfrische des Neugeborenen
M. Bahrdt und M. Nieland, Aachen

Praktische Hinweise zur Vermeidung forensischer Probleme
H. Kaulhausen, Remscheid

Prophylaxe von Schwangerschaftshochdruck und Gestose/Präeklampsie

Ernährung in der Schwangerschaft und bei Gestose
C. Goecke, Aachen

Ernährung bei Gestose
S. Kuse, Issum

Bedeutung von Magnesium, Calcium und anderen Elektrolyten
L. Spätling, Bochum/Herne

Bisherige Erfahrungen mit Aspirin und anderen Medikamenten
T. Oney, Berlin

Hydro- und CO₂-Therapie als alternative Behandlungsmöglichkeiten einer Gestose
R. Kovarik, Aachen

Warum Selbsthilfegruppen bei Gestose?
C. Wingerath, Bottrop

Anschließend Geschäftsitzung

Arbeitsgemeinschaft Schwangerschaftshochdruck/ Gestose

Leitung: H. Kaulhausen, C. Goecke, Aachen

Bericht

C. Goecke, H. Kaulhausen

Aachen

Der 1. Teil der Sitzung stand unter dem Thema „Rechtliche Probleme bei Schwangeren mit Gestationshypertonie, Gestose/Präeklampsie und Eklampsie“.

Das juristische Referat von G. Solbach (Aachen) wird wegen seiner Bedeutung gesondert in diesem Band publiziert.

St. Niesert (Hannover) stellte in seinem Referat die Schwangerschaftshypertonie aus geburtshilflicher und gutachterlicher Sicht dar, und zwar anhand von Einzelfallanalysen und Entscheidungen der Gutachterkommission in den Schlichtungsstellen für Arzthaftpflichtverfahren. Es zeigte sich, daß die gutachterlichen Entscheidungen im Hinblick auf Diagnose und Therapie der Schwangerschaftshypertonie auf den Prinzipien beruhen, die in den Kongressen der Deutschen Gesellschaft für Gynäkologie und Geburtshilfe und speziell in den Tagungen der Gesellschaft für Schwangerschaftshypertonie erarbeitet und empfohlen wurden. Besondere Sorgfalt ist daher auf die Schwangerschaftsvorsorge, vor allem bei Risikopatientinnen, zu legen; regelmäßige Blutdruckkontrollen und Urinuntersuchungen sollten ebenso erfolgen, wie Ultraschallkontrollen zum Ausschluß einer Wachstumsretardierung. Hohe Blutdruckwerte sollten unter stationären Bedingungen medikamentös behandelt werden, eine ausführliche Labordiagnostik zum Ausschluß von Blutbildveränderungen, Leberenzymveränderungen oder einer eingeschränkten Nierenfunktion sind zu empfehlen. Im dritten Trimenon sind Cardiotokogramme zur Ergänzung der Ultraschalldiagnostik geeignet, um frühzeitig Zeichen einer Placentainsuffizienz zu erkennen.

Anschließend gab H. Kaulhausen (Remscheid) Hinweise zur Vermeidung juristischer Probleme bei der Betreuung von Schwangeren mit Gestationshypertonie und Präeklampsie.

Eine frühzeitige Diagnose ist von eminenter Bedeutung, ebenso wie die nur dann mögliche rechtzeitige stationäre Einweisung, intensive Überwachung und frühzeitige Entbindung.

Auf einige besonders wichtige Laborparameter wie z.B. Thrombozytenzahl, Transaminase-Aktivität (GPT) und Harnsäurekonzentration im Serum wurde eingegangen, insbesondere auf das oft nicht ausreichend beobachtete Symptom „Oberbauchschmerzen“. Es wurden Entscheidungshilfen zur Beurteilung des optimalen Entbindungszeitpunktes gegeben.

Der 2. Teil der Sitzung stand unter dem Thema „Prophylaxe von Schwangerschaftshochdruck und Gestose/Präeklampsie“.

Besondere Bedeutung bei der Verhütung einer Gestose kommt der Ernährung in der Schwangerschaft zu.

C. Goecke (Aachen) sprach in seinem einleitenden Vortrag über die richtige Ernährung der Schwangeren. – Bei normaler, abwechslungsreicher, mitteleuropäischer Kost besteht ab dem 4. Schwangerschaftsmonat ein Mehrbedarf von 300 Kcal (= 1260 KJ). In der Regel ist die Zufuhr von Kohlenhydraten und Fetten

ausreichend, so daß der Bedarf von allem in einer täglichen, zusätzlichen Menge von 30 g Proteinen bestehen soll. Tierisches Eiweiß (mageres Fleisch, Fisch, Milch) ist hierbei zu bevorzugen. Da die Darmtätigkeit während der Schwangerschaft häufig im Sinne einer hormonell-bedingten Obstipation beeinflusst ist, sollten Ballaststoffe (etwa 30 g) in Form von Vollkornprodukten, Hülsenfrüchten, Trocken- und Schalenobst zugeführt werden.

Ein Mehrbedarf besteht auch in der Zufuhr der Vitamine B₁, B₂, B₆ und C. Es sollten entsprechend täglich 0,3–0,5 mg Vitamin B₁, 0,3–0,8 mg Vitamin B₂ und 1–4 mg Vitamin B₆ mit der Nahrung zugeführt werden, wobei Vitamin B₁ vorwiegend in Vollkornprodukten, Schweinefleisch und Kartoffeln, Vitamin B₂ in Milch, Eiern, Getreideprodukten und Blattgemüse und Vitamin B₆ ebenfalls in Blattgemüse, Eiern, Fleisch und Getreideprodukten enthalten ist. Der Mehrbedarf von Vitamin C von 25–50 mg pro Tag sollte durch Obst und Gemüse gedeckt werden. Ein durchschnittliches, tägliches Folsäuredefizit von 200–400 mg kann durch Zitrusfrüchte, Blattgemüse, Milch und Vollkornprodukte gedeckt werden.

Darüber hinaus besteht in der Regel ein Defizit von etwa 400 mg Kalzium und von 4–7 mg Eisen täglich, was in der Nahrungsaufnahme zu berücksichtigen ist. Auch ein Defizit von Magnesium bis zu 150 mg und Phosphor bis zu 200 mg sollte ausgeglichen werden.

Es wurde auf die Schwierigkeiten hingewiesen, im Rahmen einer Großküchenverpflegung und auch im häuslichen Bereich für den Ausgleich dieser Defizite zu sorgen.

Zur Verhütung einer Gestose sollte in der Schwangerschaft eine eiweißreiche Kost empfohlen werden. Eine Beschränkung der Kochsalzzufuhr und der Flüssigkeitsmenge ist nicht notwendig.

Frau S. Kuse (Issum) – Geschäftsführerin der Gestose-Selbsthilfegruppe – sprach ebenfalls über die Bedeutung der Ernährung in der Schwangerschaft unter besonderer Berücksichtigung der Gestose. Sie führte aus, daß die Ernährungsempfehlungen seitens der Ärzte häufig unterschiedlich, wenn nicht gar divergierend sind. Dies betrifft im besonderen die Ernährungsempfehlungen bei bestehender Gestose. Sie weist darauf hin, daß aufgrund neuerer Literatur eine Kochsalzbeschränkung, auch bei bestehender Gestose, nicht angezeigt ist, und daß eine Flüssigkeitsbeschränkung eher zu einer Verschlimmerung des Krankheitsbildes führt, da hierdurch eine Hämokonzentration begünstigt wird. Ihre Empfehlung und auch dringende Bitte ging dahin, daß man sich, möglichst rasch, auf einheitliche Ernährungsempfehlungen bei Gestose einigen möge.

L. Spätling (Bochum/Herne) sprach über die Bedeutung der Substitution von Magnesium, Kalzium und hob ebenfalls hervor, daß eine Kochsalzzufuhr während der Schwangerschaft und bei bestehender Gestose nicht notwendig ist. Durch die Substitution von Magnesium können unter anderem die neuromuskuläre Erregbarkeit gesenkt und vorzeitige Wehen gehemmt werden. Die Behandlung mit Magnesium-Präparaten hat sich gerade bei drohender Gestose bewährt.

Der Bedarf an Kalzium ist in der Schwangerschaft durch den vermehrten Einbau in das fetale Knochengewebe erhöht. Es sollten täglich bis zu 400 mg substituiert werden, im besonderen durch Zufuhr von Milch und Milchprodukten.

T. Oney (Berlin) berichtete über seine Erfahrung mit Aspirin in der Verhütung einer Gestose. Durch niedrig dosiertes Aspirin (50–100 mg täglich) kann ohne wesentlichen Einfluß auf die Blutgerinnung die Thromboxan A₂-Synthese in den Thrombozyten vermindert werden, so daß die auslösende Ursache für zumindest einen Teil der Fälle mit Schwangerschaftshochdruck beseitigt ist. Der Antagonist des vasokonstriktorisch wirkenden Thromboxan ist das Prostazyclin, das in den Gefäßendothelien gebildet wird. Die Substitution mit Prostazyclinen hat jedoch bisher nicht die gewünschten Erfolge gebracht.

R. Kovarik (Aachen) berichtete über die Möglichkeiten der Hydrotherapie und CO₂-Behandlung bei Gestose. Bei mittelgradigen Ödemen empfiehlt er ein tägliches Vollbad (34° bis 36° C für 20 bis 30 Min.) Es wird dabei eine Diuresevermehrung von 400 bis 500 ml gemessen. Durch den hydrostatischen Druck kommt es vor allem zur Ausschwemmung der Beinödeme, wobei es jedoch nicht zu einer Hämokonzentration kommt, wie bei der Anwendung von Diuretika, sondern eher zu einer, bei der Gestose erwünschten, Hämodilution. Gleichzeitig wirkt ein isothermes Vollbad entspannend und beruhigend. – Täglich einmal wendet er auch eine geschlossene CO₂-Gas-Behandlung an. Hierbei kommt die Patientin in einen Plastiksack, der mit einem Klebeband oberhalb der Brüste verschlossen wird. In diesen Sack wird CO₂ eingeleitet. Die Patientin bleibt für etwa 1 Stunde in einem solchen Plastiksack. Durch das durch die Haut resorbierte CO₂-Gas kommt es zu einer Vasodilatation nicht nur der Hautgefäße, sondern auch, wie mit gepulstem Doppler-Ultraschall nachweisbar, der Gefäße innerer Organe und der Gebärmutter. Auch die Durchblutung der fetalen Gefäße wird verbessert, weshalb er die Anwendung auch bei Wachstumsretardierung des Feten empfiehlt. Eine negative Beeinflussung des Feten durch diese Art der CO₂-Behandlung konnte – u.a. durch fortlaufende CTG-Schreibung – nicht festgestellt werden.

In der Diskussion wurde nochmals betont, daß in der Ernährung der Schwangeren Eiweiß, Vitamine, Kalzium und Eisen substituiert werden sollten und daß eine Einschränkung der Flüssigkeits- und Kochsalzzufuhr nicht notwendig ist. Die prophylaktische Gabe von Aspirin wurde nochmals hervorgehoben und die Alternativen der von Kovarik dargestellten Behandlungsmethoden. Es wurde nochmals betont, daß eine Diuretika-Gabe bei Gestose nur selten in Betracht kommt und wenn, dann nur, wenn zuvor eine Hypoproteinämie, ggf. durch Albumin-Infusion, beseitigt werden konnte und nach 24stündiger Bettruhe die Ödeme nicht zur Ausschwemmung kamen.

Zum Abschluß sprach Frau C. Wingerath (Bottrop), eine Betroffene, die sich der Gestose-Selbsthilfegruppe angeschlossen hat und Vorsitzende der Gruppe ist, von den Erfahrungen bei der Behandlung ihrer Gestose, die mit dem Tod ihres Kindes endete.

Die Teilnehmer der Arbeitsgemeinschaft waren ergriffen von der ehrlichen Schilderung ihrer Erlebnisse und überhörten nicht die Bitte, mit dieser Selbsthilfegruppe enger zusammenzuarbeiten.

In der anschließenden Geschäftssitzung wurde die Satzung der Arbeitsgemeinschaft, die bereits bei der letzten Sitzung vor 2 Jahren zur Diskussion gestellt worden war, verabschiedet. Die Vorsitzenden der Arbeitsgemeinschaft wurden in ihrem Amt bestätigt.



Doris Wingerath spricht auf dem 48. Deutschen Gynäkologenkongress in Hamburg

1991

Im Frühjahr 1991 konnten wir unsere Gruppe erstmals im Radio vorstellen. Sehr aufgeregt erschienen wir am Pfingstsonntag bei Radio KW in Moers und hatten eine Stunde Zeit, über die Arbeit und Ziele zu "plaudern". Der Redakteur war als Ersatz eingesprungen, nicht vorbereitet und schlichtweg gesagt: mies. Wir haben versucht, das Beste daraus zu machen. Immerhin, wir haben Erfahrungen gewonnen, die uns bei späteren Sendungen zugute kamen.

Im siebten Jahr unseres Bestehens wuchsen die Aktenberge, die Anzahl der Briefe (der Briefträger stöhnte immer mehr) und die Anzahl der Anrufe während der Mahlzeiten. So ging es nicht weiter, ein richtiges Büro mußte her. Nach eingehenden Beratungen über die Frage der Finanzierung konnte die Suche beginnen, zwei Annoncen im örtlichen Mitteilungsblättchen hatten nach langer Zeit endlich Erfolg. Ein altes, leerstehendes Büro wurde gefunden. Es war in einem erbärmlichen Zustand; das Dach undicht, Tausende von Spinnen hausten dort, die Wände und der Boden waren feucht...

In vielen Wochen mühevoller Arbeit wurden alle Schäden beseitigt, tapeziert und gestrichen, viele Helfer machten dies möglich: Sylvia und Wilhelm Dahmen aus Kamp-Lintfort, Petra und Uwe Gollor, Doris Wingerath, junge Leute aus dem Ort, ein hilfreicher Nachbar, Freunde und Bekannte - und unsere Geschäftsführerin, die sich schon sehr auf ihr neues Büro freute. Die Firma bo*frost unterstützte uns hierbei finanziell mit einer Spende von DM 1.000,-

Am 1. September 1991 war es dann soweit, die Möbel und Akten zogen bei Kuses aus und in der Gelderner Straße 45 ein. Am 2. Oktober 1991 wurde die neue Geschäftsstelle offiziell eingeweiht.

Und noch ein wichtiges Ereignis fand am 01.09.91 statt, die lange geplante Arbeitsbeschaffungsmaßnahme wurde bewilligt und konnte an diesem Tag beginnen. Diese wurde mit dem Ziel eingerichtet, eine Fragenbogenaktion zu den Ursachen der EPH-Getose durchzuführen und wichtige Übersetzungen anzufertigen.



Gestose-AG hat in Issum nun neue Räume für die Beratung

In einer kleinen Feierstunde nahm die Gestose-AG in Issum ihre neue Geschäftsstelle auf der Gelderner Straße 45 (Hinterhof) in Besitz. Die Arbeitsgemeinschaft berät Frauen, die an der sogenannten EPH-Gestose („Schwangerschaftsvergiftung“) erkrankt sind oder waren und deshalb unsicher sind, ob sie eine weitere Schwangerschaft noch einmal wagen sollen. Im Laufe der vergangenen Jahre gab es rund 3500 Beratungen. Über die neuen Räume freute sich vor allem der Vorstand der Gestose-AG: Petra Gollor, Beate Bertling, Gründerin Sabine Kuse und Vorsitzende Doris Wingerath (von links). RP-Foto: Ralf Riese

Rheinische Post Geldern 4.10.91

An der Ausarbeitung der Fragen hatten Helga Helms und Sabine Kuse schon vorher einige Jahre gefeilt, immer wieder wurden sie den neuen Erfahrungen angepaßt und - erweitert. Im Frühjahr 1992 wurden 1524 Fragebögen für Gestose-Frauen und gleichlautende für die Kontrollgruppe (ohne Gestose) verschickt. Die Rücksendequote für dieses Mammutwerk (mit über 90 Fragen) war erstaunlich gut, über 30% bei den Gestose-Frauen und über 20% bei den Kontrollfrauen.

Während der ABM konnte diese Studie nicht mehr abgeschlossen werden und damit begann die Suche nach einem Geldgeber. Bis er gefunden war, verging fast ein Jahr. Dann endlich war klar, die Auswertung per EDV konnte beginnen. Mit Hilfe von Dr. Beer konnten wir zwei Mitarbeiter der RWTH Aachen gewinnen, die genug Erfahrung hatten, um dieses Werk dem Computer anzuvertrauen und ihm brauchbare Antworten zu entlocken. Im Rahmen der Feierstunde am 27. Mai 1995 sollen die Ergebnisse bekanntgegeben werden, eine schriftliche Zusammenfassung wird dann in der Geschäftsstelle erhältlich sein.

Aber zurück zum Herbst 1991. Beate Kube und Petra Gollor hatten im Sommer mit den Krankenkassen wiederum Kontakt aufgenommen, um unsere Arbeit vorzustellen.

NRZ 4.11.91

Vortragsabend zum Thema „EPH-Gestose“

Ursachen sind noch relativ unerforscht

Von GABI GRÜTERS

MOERS. Um Auswirkungen, Komplikationen und Behandlungsmöglichkeiten bei einer EPH-Gestose ging es in einer Veranstaltung im Bruder-Konrad-Haus in Scherpenberg. Unter der Schirmherrschaft der DAK hatte die Arbeitsgemeinschaft der Gestose-Frauen e.V. zu einem Vortragsabend eingeladen.

Horst Laux, Bezirksgeschäftsführer der DAK in Moers, machte in seiner Begrüßungsansprache deutlich, daß es gerade bei dem Thema „Risiko in der Schwangerschaft“ auch um Gesundheitsvorsorge geht. Die Ursachen der auch als Schwangerschaftsvergiftung bekannten Erkrankung sind bisher noch relativ unerforscht.

Den Gestose-Frauen geht es bei ihrer Arbeit vor allem um den Erfahrungsaustausch und die psychische Betreuung von Betroffenen, denn nicht selten kann die Gestose auch zum Kindstod führen. Wichtig ist den Frauen auch die Vermittlung eigener Erfahrungen. „Wir müssen weg von der salzarmen Kost hin zu einer ausgewogenen Ernährung in der Schwangerschaft“, so formuliert die zweite Vorsitzende Petra Gollor ein Anliegen, daß den Vereinsmitgliedern besonders am Herzen liegt.

In Vorträgen von Dr. Debus-

mann, Chefarzt der nephrologischen Abteilung des Knappschaftskrankenhauses in Bottrop, und Dr. Mertens, Chefarzt für Geburtshilfe und Gynäkologie am St. Josef-Krankenhaus in Moers, wurden spezielle Probleme, wie chronische Nierenerkrankungen und Gestose und das sogenannte HELLP-Syndrom näher erläutert. Das HELLP-Syndrom sei eine seltene, aber ernstzunehmende Komplikation der EPH-Gestose, so Dr. Mertens. „Die einzige Möglichkeit bei der Diagnose eines HELLP-Syndroms ist oft nur eine möglichst schnelle Entbindung, es gibt keine medikamentöse Therapie“, meint Chefarzt Dr. Mertens.

Nach den Vorträgen – der angekündigte Vortrag der Hebamme fiel zum großen Bedauern wegen einer Erkrankung aus – war für Betroffene und Interessenten noch die Möglichkeit zur Diskussion mit den Fachleuten.

Die DAK Moers war bereit, eine regionale Fortbildungsveranstaltung zu organisieren. Diese fand am 31.10.91 statt, nachdem Beate und Petra viele Stunden Arbeit hineinsteckt hatten.

Die Veranstaltung wurde zwischen Moers, Geldern und Krefeld angekündigt, in Radiowelle Niederrhein und Radio KW (diesmal war der diensthabende Reporter dort besser vorbereitet...)

Zum Abschluß dieses arbeitsreichen Jahres fuhren wir zu einer Hebammenfortbildung in Zürich. Leider war die Zeit viel zu kurz, nur ein kleiner Bummel durch die Zürcher Altstadt am Abend war drin. Anschließend ein Novum - eine Vorstandssitzung im Ausland.

Nur durch Zufall entdeckten wir kurz vor der Abreise, daß es dort auch Berge gibt, sie hatten sich zwei Tage in dichtem Nebel versteckt gehalten!

1992

Am 01. Januar 1992 wurde eine weitere Mitarbeiterin für die Geschäftsstelle eingestellt. Seitdem führt Doris van Kilsdonk vor allem die Mitgliederverwaltung. Heute wagt sie sich auch an einfache Beratungen heran und organisiert alle täglich anfallenden Arbeiten.



Rückenstärkung bei Unsicherheiten geben wollen Bärbel Lange (rechts), Initiatorin einer Böblinger Arbeitsgemeinschaft Gestose-Frauen, und Roswitha Schmid. KRZ-Foto: Thomas Bischof

Im Januar 1992 fand die nächste regionale Veranstaltung statt, diesmal organisiert von der Regionalgruppe Böblingen und der AOK in Sindelfingen. Es kamen über 90 interessierte Zuhörer, betroffene Paare, viele Hebammen und auch einige Ärzte. Es war ein fruchtbarer Erfahrungsaustausch, der die Zusammenarbeit mit den Ärzten und Hebammen in der Region sehr gestärkt hat.

1992 sollte die Öffentlichkeitsarbeit weiter verstärkt werden. Ein Anlaß dafür bot der 1. Gesamtdeutsche Hebammenkongreß in Karlsruhe im Mai. Sylvia Eberhardt und Sabine Kuse hatten zwei Tage alle Hände voll zu tun, die vielen Fragen der Hebammen zu beantworten, Informationsmaterial abzugeben und vieles mehr. Außerdem gab es eine Arbeitsgruppe zum Thema "Hebammen forschen". Dort erhielten wir noch viele hilfreiche Tips für die Durchführung der Fragebogenstudie und einen Hinweis auf eine entsprechende Fortbildungsreihe der Hebammengemeinschaftshilfe.

Im April 1992 traf sich in Köln erstmals unter der Leitung der UNICEF Deutschland eine Gruppe von Organisationen, die an der weltweiten WHO/UNICEF-Initiative "Babyfriendly Hospital" (Stillfreundliches Krankenhaus) teilnehmen wollten. Damit soll weltweit das Stillen gefördert und erhalten werden. Wir haben länger überlegt, ob wir an dieser Initiative teilnehmen sollten und uns letztendlich dafür entschieden. Oft stehen bei den betroffenen "Gestose-Frauen" die Erlebnisse um die Gestose im Vordergrund, nur nebenbei wird erwähnt, daß frau ihr Baby eigentlich stillen wollte, es aber nicht ging, weil...

Bei uns geht es häufig um die Problematik des Stillens von Frühgeburten. Gerade für deren Entwicklung ist das Stillen besonders wichtig und für die Gestose-Mütter ebenso. Häufig ist es das Einzige, was ihnen nach Jahren als positive Erinnerung bleibt, die einzige Möglichkeit, sich mit dem unerwarteten Abschluß der Schwangerschaft halbwegs zu versöhnen. Die psychologische Bedeutung einer erfolgreichen Stillbeziehung für Gestose-Mütter und -Kinder darf nicht unterschätzt werden.

Sabine Kuse ist seit 1992 in der Arbeitsgruppe "Übersetzungen" in der BFHI (so die Abkürzung) aktiv.

Stillen- der beste Start ins Leben

UNICEF, WHO
und die
Initiative Babyfreundliches
Krankenhaus

Erstmals gab es auch eine Beratung über den halben Erdball hinweg. Eine werdende Großmutter aus Deutschland hielt über mehrere Wochen Kontakt zu uns, um ihrer schwangeren Tochter in Trinidad-Tobago unsere Tips weiterzureichen. Es waren aufregende Wochen; vor allem, weil es nicht möglich war, mit der werdenden Mutter selbst zu sprechen. Unsere Erleichterung war groß, als wir die Nachricht des glücklichen Ausgangs erhielten.

Dies war aber nicht unser einziger internationaler Kontakt, wir haben auch schon deutschsprachige Frauen in angrenzenden Ländern wie Tschechei, Belgien und den Niederlanden beraten, aber auch entfernt wohnende wie in Namibia, Australien und Hong Kong. Gerade erst erreichte uns eine Anfrage aus Kenia. Unsere Schirmfrau Lilo Edelmann ließ uns kürzlich wissen, daß wir sogar in Südafrika häufig zitiert werden.

Im Herbst 1992 fuhren Doris Wingerath und Sabine Kuse zum 49. Deutschen Gynäkologen-Kongreß nach Berlin, diesmal "nur" als Zuhörerinnen. Es wurden u.a. einige neue Kontakte zu Ärzten aus den Neuen Bundesländern geknüpft.

Ein Artikel in "Eltern" im September ließ keine Langeweile aufkommen. Bis kurz vor Weihnachten waren wir fleißig wie die Bienen, wiederum waren in kurzer Zeit knapp 800 Briefe zu beantworten und die Mitgliederzahl machte einen weiteren Sprung nach oben.

1993

Dieses Jahr begann alles andere als schön. Anfang Februar waren Doris Wingerath, Helga Helms und Sabine Kuse Teilnehmerinnen einer Hebammenfortbildung in Bad Boll/B.-Württ. Dort wurden im Anschluß an den Vortrag von Sabine schwere Vorwürfe gegen uns erhoben. Angeblich sollten wir durch unsere Beratung den Tod von fünf Frauen in nur kurzer Zeit verursacht haben. Und wir wußten nichts davon! Kein Wort davon war je zu uns gedrungen. Welche Mächte wollten unsere Arbeit in Mißkredit bringen?

Wir verlangten eine gründliche Klärung dieser Vorwürfe - sie waren allesamt falsch. Es hat unsere Arbeit für lange Wochen gelähmt und uns in tiefe Verzweiflung gestürzt. In einer öffentlichen Erklärung in der „Deutschen -Hebammen-Zeitung“ wurden diese Vorwürfe ausdrücklich zurückgenommen. Dies wurde von uns mit großer Erleichterung zur Kenntnis genommen. Trotzdem haben wir daraus auch gelernt: uns unserer großen Verantwortung gegenüber den Frauen immer wieder bewußt zu sein und unsere Arbeit und Aussagen immer wieder aufs Neue zu überdenken und zu überprüfen.

In Bad Boll wurde nicht zum ersten Mal von uns gefordert, unsere Aussagen wissenschaftlich zu beweisen. Aber das ist schwierig; mit großem finanziellem Aufwand verbunden und erfordert eine intensive Vorbereitung. Wir haben eine Studie in Planung und hoffen, daß es uns in den nächsten Jahren möglich sein wird, endlich die geforderten wissenschaftlichen Beweise zu erbringen. Aber welchen Sinn hat die Wissenschaft, wenn sie vieltausendfache gute Erfahrungen als einfach nicht vorhanden abtun will?! Auch Erfahrungswissen ist Wissen.

Im Mai 1993 verstärkte Frau Inge Bochnik das Team in der Geschäftsstelle; und die neue 2. Vorsitzende Sabine Otte mußte gleich nach ihrer Wahl eine weite Reise nach Suhl antreten, um uns bei einer Veranstaltung der deutschen Sektion der ISSHP (International Society for the Study of Hypertension in Pregnancy) zu vertreten.

Eine Premiere gab es im Juli 1993. Wir nahmen erstmals an einer Messe teil. Zusammen mit der Gesellschaft für Geburtsvorbereitung e.V., der Arbeitsgemeinschaft freier Stillgruppen e.V. und der La Leche League Deutschland e.V. hatten wir einen Gemeinschaftsstand auf der Frauenmesse „TOP '93“ in Düsseldorf. Es waren anstrengende Tage, deren Wirkung in der Öffentlichkeitsarbeit oft erst später auffällt. Im November gab es gleich darauf die nächste Messe in Düsseldorf, die „MEDICA '93“. Bei allen Messen haben uns neben Sabine Otte und Sabine Kuse Mitgliedsfrauen aus der näheren Umgebung tatkräftig unterstützt.

top 93
DÜSSELDORF 1.-4. JULI



von links: Lorraine Caukin, Dagmar Müller (beide GfG), Beate Bertling

Im Winter 1993 regten wir an, daß sich möglichst viele Mitgliedsfrauen in ihrer Region in die Adreßbroschüren der Gleichstellungsstellen oder Selbsthilfe-Kontaktbüros (KISS) o.ä. eintragen lassen sollten. Viele sind dieser Bitte gefolgt, bei manchen Kreisen/Ämtern klappt es oftmals erst viel später, wenn die alten Auflagen vergriffen sind.

1994

Anfang des Jahres trat in der Geschäftsstelle eine Änderung ein. Sabine Kuse begann wieder halbtags als Fremdsprachensekretärin zu arbeiten und stand dem Verein nur noch drei Nachmittage in der Woche zur Verfügung. So wurde eine weitere Aushilfskraft eingestellt, Richarda Maas.

Veröffentlichungen in verschiedenen Zeitschriften oder Magazinen bringen immer wieder jede Menge Arbeit mit sich. Jetzt teilen sich Frau Maas und Frau Bochnik die Beantwortung der täglichen Anfragen und Nachbestellungen. Frau van Kilsdonk betreut die Mitglieder und macht leichte Beratungen und Frau Kuse kümmert sich um den „Rest“.

1994 war auch das Jahr der „Hebammen“. Am 5. Mai 1994 nahmen die 1. Vorsitzende Helga Helms und Sabine Kuse auf Einladung des Bundes Deutscher Hebammen am Internationalen Hebammentag in Bonn teil.



Es gab eine mehrstündige Veranstaltung auf dem Bonner Münsterplatz. Wir hatten ein großes Transparent gemalt; gemäß dem Motto „Starke Frauen - starke Hebammen“ hieß unser Slogan „Gestose-Frauen brauchen starke Hebammen“.

„Starke“ Arme und wundte Füße gab es an diesem Tag gratis. Es war für uns ein großer Spaß, wenngleich der Anlaß für die Hebammen eher ernst war. Sie wollten vor allem auf die lange ausstehenden Gebührenerhöhungen aufmerksam machen.

Obwohl wir mehrmals von verschiedenen Fernsehanstalten gefilmt wurden, haben wir uns leider nicht im Fernsehen wiedergefunden. Aber, wir müssen ja auch für die Zukunft noch Träume haben...

Im Herbst waren wir zu mehreren Hebammen-Landestagungen eingeladen. Besonders gern erwähnen wir die Tagung in Kiel, die sehr feierlich verlief und bei der erstmalig ein (ernsthafter) Autogrammwunsch an uns herangetragen wurde - von einem Arzt! Dieser Bitte sind wir mit großer Freude nachgekommen!

Im Oktober 1994 fand in Düsseldorf die Messe „EXPOPHARM“ statt, zu der wir zusammen mit anderen Selbsthilfegruppen auf Kosten der Werbegemeinschaft Deutscher Apotheker eingeladen wurden. Die Apotheker erwiesen sich als sehr aufgeschlossene Menschen und wir haben viele unserer neuen Faltblätter verteilen können. Die Arbeit teilten sich die beiden Sabines wieder mit einigen Mitgliedsfrauen (ein Dankeschön an dieser Stelle an Beate Bertling, Bärbel Reuter, Heike Schröder-Berg, Ulrike Möller-Schinkels, Elke Schmitz und die Damen der GfG: Lorraine Caukin, Christiane Schnura und Felicitas Möller). Wir sind nun schon ein eingespieltes Messe-Team!

Während dieser Messe gab es ein kleines Erlebnis, welches uns die Tränen in die Augen trieb (was auch sonst öfter vorkommt, aber hier war es so unerwartet): Ein Ehepaar, ca. Mitte 40, offenbar Apotheker, kam auf unseren Stand zu; beide waren ganz ergriffen. Die Frau sagte leise zu ihrem Mann: „Schau mal, das kommt 10 Jahre zu spät für uns...“ Sie hatten damals ebenfalls ein Kind durch Gestose verloren und danach keine weiteren mehr bekommen.

1995

Schon seit Herbst 1994 dreht sich bei uns alles um unser Fest zum zehnjährigen Bestehen. Und völlig unbemerkt ging er an uns vorüber, der eigentliche Jubiläumstag im Oktober 1994.

Das Ergebnis unserer 10-jährigen Arbeit wollen wir hier in dieser Festzeitschrift und auf unserer Feier präsentieren.

Heute werden im Jahr ca. 1.100 Anfragen bearbeitet, zusätzlich unzählige Nachbestellungen, Bücherwünsche, Kontaktwünsche usw. Der Rundbrief muß alle drei Monate fertiggestellt und versandt werden, täglich möchten Betroffene beraten werden. Unsere Mitgliederzahl beträgt (im März 1995) ca. 480 betroffene Frauen/ Paare, Organisationen "rund um Schwangerschaft, Geburt und Stillzeit", viele Hebammen und auch einige Gynäkologen.

Es ist uns immer wieder wichtig zu betonen, daß wir die Zusammenarbeit mit den Hebammen und Gynäkologen zum Wohle der Schwangeren brauchen und wünschen, damit so vielen wie möglich geholfen werden kann. Vielleicht gelingt es uns eines Tages, die Gestose-Rate unter die immer noch 3 - 10% zu senken.

Unsere Pläne für die Zukunft sind immer noch vielfältig und wiederholen sich doch immer wieder. Da nach wie vor überwiegend Erstgebärende von Gestose betroffen sind, ist es wichtig, ständig Kontakt zur Presse zu halten. Für Frauen, die erst kürzlich betroffen waren, sollen immer wieder Regionaltreffen organisiert werden.

Und wir wollen Studien vorbereiten und durchführen, wobei zwei Themen schon in nächster Zeit auf unserer Wunschliste stehen: Erhöhter Salzverbrauch in der Schwangerschaft und der mögliche Einfluß immunologischer Ursachen auf den Verlauf der Gestose und des HELLP-Syndroms.

Allen Mitgliedern, ehrenamtlichen Helfern, Spendern und Freunden der Arbeitsgemeinschaft Gestose-Frauen e.V. gilt an dieser Stelle ein ganz besonderer Dank!



HANS RIPPMANN 1896 - 1971

Mit freundlicher Genehmigung von
Dr. E.T. Rippmann, Basel und Familie

VORSTELLUNG DES AKTUELLEN VORSTANDES

1. Vorsitzende Helga Helms, Bremen

im Vorstand seit 1993
verh., eine Tochter (7 Jahre),
Speditionskauffrau

In der Schwangerschaft „nur“
Bluthochdruck, (essentielle Hypertonie
mittlerweile bestätigt), Geburt in der 41.
SSW. durch Kaiserschnitt,
Mirja, 3300 g, 53 cm.



Schwerpunkt der Arbeit: Spendenwerbung und Betreuung von
Informationsständen bei Hebammenfortbildungen, Beratung.

2. Vorsitzende Sabine Otte, Dörverden

im Vorstand seit 1993
verh., ein Sohn (10 Jahre),
Dipl.-Verw. Wirtin

In der Schwangerschaft EPH-
Gestose, Geburt in der 37. SSW.
durch Kaiserschnitt,
Julian, 2960 g und 50 cm



Schwerpunkt der Arbeit: Kontakte zur Presse, Bewerbung bei
Gesundheitspreisen u.ä., Betreuung von Messeständen,

Schriftführerin Beate Bertling, Ahaus

Im Vorstand seit 1991 verh.,
ein Sohn (9 Jahre), Altenpflegerin
und z.Z. Ausbildung zur
geronto-psychiatrischen Fachkraft



Schwere Prä-Eklampsie und
Plazentainsuffizienz, Geburt in der
34. SSW. durch Kaiserschnitt,
Christoph, 1400 g und 43 cm.

Tochter Stephanie wurde in der 32. SSW. mit 830 g und 34 cm 1989
geboren, verstarb mit 7 Monaten nach Lungenentzündung aufgrund
einer Beatmungslunge 4. Grades.

Nach einer Untersuchung wurden immunologische Ursachen nicht
ausgeschlossen.

Schwerpunkt der Arbeit: Presseartikel, Kontakte zu Krankenkassen,
Aktion „Diuretika in der Schwangerschaft kontraindiziert“ mit
Pharmafirmen.

VORSTELLUNG DER MITARBEITERINNEN DER GESCHÄFTSSTELLE

Geschäftsführerin
Buchhaltung
schwierige Beratungen,
BFHI-Unicef-Projekt
Kontakte zu anderen
Organisationen
Hebammenfortbildungen
Rundbriefgestaltung
Messebetreuung

Sabine Kuse



Doris van Kilsdonk



Mitgliederverwaltung
Beitragseinzüge
Zahlungsverkehr
Lohn- und Gehaltsabrechnungen
leichte Beratungen

Richarda Maas



Bearbeitung der Anfragen
Nachbestellungen
Bibliothek
Ablage
Mahnungen
Fertigstellen von Infoschriften

Inge Bochnik



Bearbeitung der
Anfragen
Nachbestellungen
Bibliothek
Ablage
Fertigstellung von Infoschriften

Marlies Hackstein



Bearbeitung von Anfragen
Nachbestellungen
Mahnungen
z.Zt. durch längerfristige
Erkrankung ausgefallen

Außer Sabine Kuse hat keine unserer Mitarbeiterinnen unter einer Gestose gelitten. Deswegen an dieser Stelle ihnen allen ein besonderer Dank für ihr großes Engagement in unserer Geschäftsstelle!

BISHERIGE VORSTANDSFRAUEN

Ulrike Möller-Schinkels, Grafikerin, Krefeld

verh., zwei Töchter

1. Vorsitzende 1988

Sohn Bruno verstarb nach 9 Tagen, nachdem er 1986 in der 28. SSW. nach schwerer Prä-Eklampsie mit 1430 g und 39 cm zur Welt kam.

Nach zwei darauffolgenden Fehlgeburten ließ Ulrike eine Untersuchung mit Verdacht auf immunologische Ursachen vornehmen, nach Bestätigung wurde eine entsprechende Behandlung vorgenommen. Danach kamen Töchter Pauline 1990 mit 3670 g und 52 cm und Linda 1992 mit 3350 g und 53 cm zur Welt.

Ulrike hat das Plakat unseres Vereins sowie die Umschlagseite dieser Festschrift entworfen. In ihrer Zeit als Vorstandsfrau gestaltete sie den Rundbrief mit und verwaltete die Rundbriefnachbestellungen. Jetzt ist sie oft Ansprechpartnerin für Frauen mit Verdacht auf immunologische Ursachen.

Doris Wingerath, Beamtin/TELEKOM, Bottrop

und Geburtsvorbereiterin der Gesellschaft für Geburtsvorbereitung

verh., Zwillinge,

2. Vorsitzende 1988,

1. Vorsitzende von Herbst 1988 bis 1993

Tochter Marina wurde 1985 in der 28. SSW. nach schwerer Prä-Eklampsie tot geboren, mit 800 g. 1987 wurden die Zwillinge Viola (2850 g und 48 cm) und Heiko (1850 g und 48 cm) geboren.

Doris führte viele Jahre die Bibliothek und machte während ihrer Zeit als 1. Vorsitzende eine Ausbildung zur Geburtsvorbereiterin. Seitdem betreut sie auch immer wieder Gestose-Frauen aus ihren Kursen. Jetzt auch Kursleiterin der Selbsthilfegruppe "Frühgeborene Kinder - Frühgeborene Eltern".

1990 war sie Referentin beim 48. Deutschen Gynäkologenkongreß in Hamburg. (Thema: "Warum Selbsthilfe bei Gestose?")

Sabine Kuse, Fremdsprachensekretärin, Issum

verh., zwei Söhne

Gründerin der AG Gestose-Frauen 1984

Schriftführerin von 1988 bis 1990

Sohn Bernd wurde 1983 in der 36. SSW. mit 2610 g und 48 cm geboren. Hauptsymptome waren generalisierte Ödeme und HELLP-Syndrom. Sohn Carsten kam 1987 mit 3850 g und 52 cm in der 38. SSW. zur Welt.

Seit Beginn der Aktivitäten Geschäftsführerin, Übersetzungen, schwierige Beratungen, ständiges Literaturstudium vieler Fachzeitschriften, Kontakte zu Hebammenverbänden und anderen Organisationen, Fortbildungen für Hebammen, Organisation der jährlichen Fortbildungen, Rundbriefgestaltung und vieles mehr.

1990 Referentin beim 48. Deutschen Gynäkologenkongreß in Hamburg. (Thema: "Ernährung bei Gestose").

Karin Helbing, Erzieherin, Kerken

verh., ein Sohn

2. Vorsitzende von Herbst 1988 bis 1991

Tochter Jessica wurde 1984 in der 28. SSW. nach Eklampsie und HELLP-Syndrom mit 950 g tot geboren.

Sohn Jan kam 1989 mit 3540 g und 52 cm in der 38. SSW. zur Welt.

Unser erstes Treffen fand 1986 bei Karin und Peter statt. Danach organisierte Karin viele Regionaltreffen privat und im St. Josef-Krankenhaus.

Karin gestaltete und verschickte mit ihrem Mann Peter einige Jahre den Rundbrief.

Peter Helbing ist seit 1988 Kassenprüfer.

Beate Kube, Justizbeamtin, Moers

verh., zwei Söhne
Schriftführerin von 1990 bis 1991

Sohn Marco wurde 1986 in der 36. SSW. mit 2660 g und 48 cm nach Prä-Eklampsie geboren, Sohn Jens 1990 in der 37. SSW. mit 2980 g und 49 cm.

Beate gestaltete in ihrer aktiven Zeit den Rundbrief mit, stellte den Kontakt zur Staatsanwaltschaft Moers her; von dort bekommen wir seitdem regelmäßig Bußgelder zugesprochen.

1991 organisierte sie mit Petra Gollor die Fortbildungsveranstaltung der DAK Moers. Sie stellte Kontakte zur Presse her und kümmerte sich um Spendenwerbung und Zuweisung von Zuschüssen der Sparkasse Moers.

Petra Gollor, Arzthelferin, Moers

verh., zwei Söhne,
2. Vorsitzende von 1991 bis 1993

Sohn Pascal wurde 1988 in der 38. SSW. mit 2860 g und 50 cm nach Prä-Eklampsie geboren, Sohn Marvin 1990 in der 40. SSW. mit 3990 g und 55 cm.

Petra gestaltete zusammen mit ihrem Mann Uwe den Rundbrief. Sie organisierte 1991 mit Beate Kube die Fortbildungsveranstaltung der DAK Moers und half viele Male in der Geschäftsstelle bei der Bewältigung der Anfragen aus.

Petra und Uwe halfen im Sommer 1991 tatkräftig bei der Renovierung der Geschäftsstelle mit.

BISHERIGE FORTBILDUNGEN

1. Bundesweite Fortbildung am 29. - 30. November 1986 im Haus Kauzenberg in Bad Kreuznach, 15 TeilnehmerInnen

Referenten:

Sabine Kuse, Issum:

„Das neue Behandlungskonzept von Dr. Thomas Brewer/USA und PETS England“

Dr. Heinrich Mertens, Moers, Gynäkologe:

„Schwangerschaftsvorsorge bei EPH-Gestose“

2. Bundesweite Fortbildung vom 4. - 5. März 1989 im Jugendgästehaus Köln, 43 TeilnehmerInnen

Referenten:

Dr. Heinrich Mertens, Moers:

„Die Plazenta - das zentrale Organ der Schwangerschaft“

Sabine Kuse, Issum:

„Die Symptome der EPH-Gestose und ihre möglichen Ursachen“

Dr. E.R. Debusmann, Bottrop, Nephrologe:

„Chronische Nierenerkrankungen, chronischer Bluthochdruck und Schwangerschaft“



von links: Karin und Peter Helbing, Yvonne Decken, Helga Reiche,
Monika Ackermann, Heike Schröder-Berg

**3. Bundesweite Fortbildung vom 11. - 13. Mai 1990 im Edith-Stein-Haus
in Kamp-Lintfort, 44 TeilnehmerInnen**

Referenten:

Dr. Heinrich Mertens, Moers:

„HELLP-Syndrom, die schwerste Komplikation der EPH-Gestose: Symptome und Behandlung“

Uschi Biesken, Krefeld, Selbsthilfegruppe „Regenbogen“:

„Vorstellung der Arbeit der Gruppe Regenbogen“

Agnes Gimnich, Kleve, Hebamme:

„Einbindung der Hebammen in die Vorsorge von Risiko-Schwangeren“

Sabine Kuse, Issum:

„EPH-Gestose, die Symptome, ihre Ursachen und Behandlungsmöglichkeiten“

**4. Bundesweite Fortbildung vom 24 - 26. Mai 1991 im Edith-Stein-Haus
in Kamp-Lintfort, 82 TeilnehmerInnen**

Referenten:

Sabine Kuse, Issum:

„Einführung in das Thema EPH-Gestose“

Prof. Dr. Wolfram Niedner, Moers, Gynäkologe:

„Aspirin als mögliche Prophylaxe“

Prof. Dr. Helmut Kaulhausen, Remscheid, Gynäkologe:

„Bluthochdruck in der Schwangerschaft“

Dr. Uwe Peisker, Duisburg, Gynäkologe:

„Doppler-Ultraschall-Untersuchungen bei EPH-Gestose“

Doris Wingerath, Bottrop, AG Gestose-Frauen:

„Entspannungsübungen für die Schwangerschaft“

Dr. Bernhard Hojnacki, Rüsselsheim, Gynäkologe:

„Immunologische Ursachen für EPH-Gestose“



von links: Beate und Ewald Bertling, Dorothee Partner
Sabine Kuse, Beate Kube

**5. Bundesweite Fortbildung vom 27. - 29. März 1992 im Edith-Stein-Haus
in Kamp-Lintfort, 43 TeilnehmerInnen**

Referenten:

Sabine Kuse, Issum:

„Sieben Jahre Erfahrungen mit der Arbeit der AG Gestose-Frauen, Einführung in das Thema“

Gitta Berg-Königs, Dipl. Psychologin und Geburtsvorbereiterin der GfG, Kempen:

„Angstbewältigung nach Gestose in Bezug auf weitere Schwangerschaften“

Doris Wingerath, Bottrop:

„Körperwahrnehmung und Entspannungsformen“

Elke Jacobson, Dipl. Oecotrophologin, Bottrop:

„Gesunde Ernährung in der Schwangerschaft - Wie geht das?“

(in Anlehnung an den Ernährungsplan der Gestose-Frauen)

Hannegret Leuchtenberger, Lehrhebamme und ehemalige Familienhebamme, Bremen:

„Aromatherapie - ein Naturheilverfahren für Sexualität, Schwangerschaft, Geburt und Wochenbett“

6. Bundesweite Fortbildung vom 30. April - 2. Mai 1993 im St. Hedwig-Haus in Bad Honnef-Rhöndorf, 80 TeilnehmerInnen

Referenten:

Prof. Dr. Herbert Brüster, in seiner Eigenschaft als Leiter des Heilpädagogischen Zentrums am Kivitzbusch, Neuss:

„Folgen der Gestose bei den Kindern“ (Minimalpareesen u.a.)

Christiane Schwarz, freiberufliche Hebamme, Hildesheim:

„Naturheilverfahren: Homöopathie, Akupunktur, Bachblütentherapie und mehr in Schwangerschaft, Geburt und Wochenbett“

Doris Wingerath, Bottrop:

„Entspannungsübungen nach Feldenkrais u.a.“

Sabine Kuse, Issum:

„Erfahrungen nach 8 Jahren Beratung über EPH-Gestose aus unserer Sicht“

Dr. Robert Kovarik, Gynäkologe und Balneologe, Aachen:

„Balneologische Behandlungsmöglichkeiten der EPH-Gestose (Bäder, geschlossene CO₂-Behandlung und mehr)“

7. Bundesweite Fortbildung vom 8. - 10. April 1994 im St. Hedwig-Haus in Bad Honnef-Rhöndorf, 57 TeilnehmerInnen

Referenten:

Dr. Peter Tönnies, Gynäkologe in Moers:

„EPH-Gestose, HELLP-Syndrom und Aspirin“

Sabine Kuse, Issum:

„EPH-Gestose aus der Sicht der Betroffenen“

„Erfahrungen mit immunologischen Ursachen, Untersuchungen und Behandlungen“

Dr. Robert Kovarik, Gynäkologe und Balneologe, Aachen:

„Geschlossene CO₂-Behandlung bei EPH-Gestose, Plazentainsuffizienz und mehr“

Dr. André-Michael Beer, Gynäkologe in Aachen:

„Neue wissenschaftliche Erkenntnisse zur Entstehung und Behandlung der EPH-Gestose unter besonderer Berücksichtigung ernährungswissenschaftlicher Erkenntnisse“



Ausflug unserer Kinder

zum Drachenfels:

oben: (von links):

Heiko Wingerath

Mirja Helms

Viola Wingerath

Bernd Kuse

Christoph Bertling

unten: Sandra

und Ingo Mangelmann,

Carsten Kuse

8. Bundesweite Fortbildung vom 26. - 28. Mai 1995 im St. Hedwig-Haus in Bad Honnef-Rhöndorf, ? TeilnehmerInnen

Sabine Kuse, Issum:

„Einführung in das Thema EPH-Gestose aus unserer Sicht“

Dagmar van Lindt-Eßeling, Blaustein (PEKIP-Ausbildung); „Massage-Techniken für Babys und Kinder“

„Fingerspiele und mehr zur Förderung der Fein- und Grob-Motorik von Gestose-Kindern“

Sabine Otte, Dörverden:

Leiterin der „Männer-Gesprächsrunde“

Feierstunde zum 10-jährigen Bestehen der AG Gestose-Frauen e.V.

Vorstellung der Ergebnisse der Fragebogenstudie ABM 36/91 durch:

Dr. André-Michael Beer, Gynäkologe in Aachen

Sabine Kuse, Issum, AG Gestose-Frauen e.V.,

Britta Faßbender, Statistikerin an der RWTH Aachen

Ralf Minkenber, Dipl.-Phys. und Statistiker an der RWTH Aachen (beide am Institut für medizinische Informatik und Biometrie)

STATISTIK

Am 15. März 1995 hatten wir 470 Mitglieder.

Wir führen bei den Anfragen seit Beginn eine Statistik, bei den Beratungen und Nachbestellungen unserer Informationsschriften seit Januar 1991:

8.100 Anfragen zwischen Januar 1985 und Mitte März 1995

1.270 Beratungen zwischen Januar 1991 und Mitte März 1995

Im Rahmen der ABM 36/91 wurden zwei für unsere Arbeit wichtige Übersetzungen angefertigt:

„*Neubewertung der Salzeinschränkung in der Schwangerschaft*“

(Originaltitel: „Re-Appraisal of Sodium Restriction in Pregnancy“ von Ruth Pike und Helen Smiclikas 1972)

Dieser Artikel wurde seither 880 x angefordert.

„*Mütterliche Nährstoffaufnahme und Geburtsgewicht*“

(Originaltitel: „Maternal Nutrition and Birth Weight“ von Doyle/Crawford/Wynn/Wynn, Nuffield Laboratories of Comparative Medicine, Institute of Zoology, London/GB)

Dieser Artikel wurde seither 560 x angefordert und erschien zusätzlich in folgenden Zeitschriften/Rundbriefen:

„Die Hebamme“ vom Enke-Verlag 5/92

AFS-Rundbrief 4/92

BFHD Hebammen-Info 2/92

unserem Rundbrief Nr. 27, 1/92

Die Übersetzung des Buches „*Was jede schwangere Frau wissen sollte*“ von Gail Sforza Brewer und Dr. Thomas Brewer wurde bisher 375 x gewünscht (Originaltitel: What every pregnant woman should know - The truth about diet and drugs in pregnancy“).

Weitere Zahlen:

HELLP-Broschüre 740 x

„EPH-Gestose“ 3.350 x

(zusätzlich zu den 8.100 Anfragen)

Rundbriefe 625 x

Ernährungspläne 400 x

Unsere Rundbriefe erscheinen vierteljährlich; seit 1994 in einer Auflage von 1.000 Stück. Seitdem wird allen Anfragen ein Rundbrief beigelegt.

„Never doubt that a small group of committed citizens can change the world: Indeed, it's the only thing that ever has“.

Margaret Mead

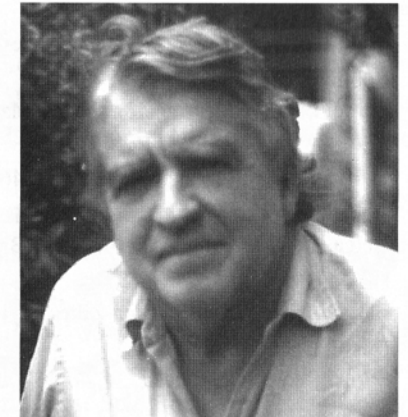
„Stelle niemals infrage, daß eine kleine Gruppe von engagierten Bürgern die Welt verändern kann: In der Tat sind es die Einzigen, die es jemals geschafft haben“.

Margaret Mead

zugesandt von Dr. Thomas Brewer
zur Ermunterung während vieler harter Arbeitsstunden

Leitsatz von Dr. Thomas Brewer:

„Egal, wie wenig oder viel man von dem positiven Einfluß der Ernährung auf den Verlauf der Schwangerschaft überzeugt ist - es gibt keinen Grund, gute Ernährung für gefährlich zu halten. Sie hat mit Sicherheit keinerlei schädigende Wirkung und sollte deswegen unbedingt von jeder schwangeren Frau berücksichtigt werden.“



Dawn James, die 1981 die englische Selbsthilfegruppe von Gestose betroffener Frauen „Pre-Eclampsia-Society“ gründete, kann leider nicht an dieser Jubiläumsveranstaltung teilnehmen. Ihr Mann und sie sind Berufsmusiker und haben schon seit langer Zeit für Ende Mai entsprechende Verpflichtungen. Sie bedauert es sehr, daß sie diese Feier verpassen wird und sendet uns herzliche Grüße und Wünsche für ein gutes Gelingen und viele weitere Jahre erfolgreicher Arbeit.



ADRESSEN REGIONALGRUPPEN

Aachen:

Regina Jung-Vosding, Bismarckstr.119, 52066 Aachen

Ahaus:

Beate Bertling, Eichendorffstr.15, 48683 Ahaus

Ahrensburg:

Birgit Hoffmann, Spechtweg 16, 22926 Ahrensburg

Altkreis Lübbecke:

Heike Bergmann-Henke, Pr. Ströhen 316, 32369 Rahden

Berlin:

Jutta Adam, Imbrosweg 70 f, 12109 Berlin

Böblingen:

Bärbel Lange, Stöckring 58, 71088 Holzgerlingen

Bottrop:

Doris Wingerath, Randebrockstr. 14, 46236 Bottrop

Bremen:

Helga Helms, Heidbergstr. 14, 28239 Bremen

Dresden:

Bärbel Arlt-Müller, Heinrich-Zille-Str. 11, 01219 Dresden

Düsseldorf:

Bärbel Reuter, Benrodestr. 14, 40597 Düsseldorf

Essen:

Barbara Jahns, Maasstr. 27, 45239 Essen

Freudenstadt:

Sylvia Eberhardt, Lerchenberstr. 16, 72250 Freudenstadt

Heidelberg:

Angelika Schmidt-Lang, Urnenstr. 16, 67071 Ludwigshafen

Kassel und Umgebung:

Heike Knabe-Schneider, Steinbachstr. 43, 34320 Söhrewald

Leipzig:

Veronika Albrecht-Birkner, Georg-Schumann-Str. 117, 04155 Leipzig

Mühlheim/Ruhr:

Ira Hogenacker, Kölner Str. 389, 45481 Mühlheim/Ruhr

Münster:

Roswitha Wermter, Buxtrup 21, 48167 Münster

Ulm:

Dagmar van Lindt-Eßeling, von-Stadion-Str. 9, 89134 Blaustein

Persönliches Nachwort

Fast sechs Wochen habe ich mit der Zusammenstellung dieser Chronik verbracht. Dabei zogen die 10 Jahre an mir vorüber; viele kleine und große Ereignisse haben ihre prägenden Eindrücke hinterlassen.

Die großen Ereignisse sind hier überwiegend festgehalten, viele „kleine“ leben nur in meiner Erinnerung: Die täglichen Beratungen, das Begleiten vieler Mütter durch manche bangen Monate ihrer Schwangerschaft. Und dann meistens die erlösende Nachricht - „das Baby ist gesund geboren, keine Gestose!“

10 Jahre haben mich mit viel Leid konfrontiert, das ich oft lieber nicht kennengelernt hätte. Und haben mich mit vielen Menschen in Kontakt gebracht, deren Bekanntschaft mein Leben geprägt und mir viel gegeben hat.

Es gab einige Phasen, in denen ich mich innerlich von dieser Arbeit entfernt hatte, entfernen mußte, um mit neuer Kraft und Motivation weiterarbeiten zu können.

Für die Zukunft habe ich noch viele Pläne, von denen ich vor fünf Jahren noch nicht einmal geträumt hätte. Wir haben einen festen Platz in der Gesellschaft eingenommen, das ist mir beim Schreiben der Festzeitschrift klargeworden.

An diese Stelle gehört mein herzliches Dankeschön an meinen Mann Heinz-Dieter und meine Söhne Bernd Martin und Carsten Michael, die so oft auf mich verzichten müssen, wenn mein „drittes Kind“ nach mir verlangt, die Arbeitsgemeinschaft Gestose-Frauen.

Ich sage allen „DANKE“, die mich auf diesem Weg begleitet haben und hoffentlich noch viele Jahre begleiten werden, damit wir 15-, 20- und 25-jähriges Jubiläum feiern können.

Eure Sabine Juse

Hebamme - aktiv für die Familie

Viele Menschen denken, daß Hebammen "nur" für die Geburt eines Kindes wichtig sind. Familien, die bereits Erfahrung mit Hebammenhilfe in der Schwangerschaft, bei der Geburt und im Wochenbett haben, wissen es besser.

Auch heute, um nicht zu sagen gerade heute, ist es für werdende Eltern außerordentlich wichtig und beruhigend, eine Fachfrau an ihrer Seite zu wissen, die ihnen umfangreiche Unterstützung zuteil werden läßt.

Die Hebamme ist ausgebildet und hiermit zuständig für die Überwachung der normalen Schwangerschaft, Begleitung der Schwangerschaft mit Komplikationen in Zusammenarbeit mit dem ärztlichen Beistand, die Leitung der normalen Geburt und die Überwachung des Wochenbettes, das acht Wochen dauert.

Für Schwangere, Gebärende und Wöchnerinnen mit ihren Familien bedeutet dieses:

Sicherheit und Geborgenheit für Mutter und Kind

Die Arbeit der Hebamme



Schwangerschaft Geburt Wochenbett

- in der Schwangerschaft:

- * persönliche und telefonische Beratung zu allen Fragen, auf Wunsch auch zuhause
- * Mutterschaftsvorsorge (auch als Hausbesuch)
- * Hilfe und Betreuung bei Schwangerschaftsbeschwerden
- * Hilfe bei Komplikationen in Zusammenarbeit mit der ärztlichen Betreuung, z.B. Ernährungshinweise und Tips zur Lebensführung bei Gestose
- * Geburtsvorbereitung mit und ohne Partner
- * Säuglingspflegekurse
- * Stillvorbereitung
- * individuelle Unterstützung

- unter der Geburt:

steht sie ihnen als autorisierte Fachkraft mit ihrer medizinischen Kompetenz und persönlichem Engagement zur Seite. Dieses ist unabhängig vom Ort der Geburt. Ob im Krankenhaus, Geburtshaus oder zuhause - die Leitung der normalen Geburt liegt bei ihrer Hebamme.

- im Wochenbett:

- * medizinische Überwachung und Unterstützung der Rückbildung
- * Tips und Beratung zum Stillen, Pflege und Umgang mit dem Kind
- * Beobachten des kindlichen Gedeihens
- * Wochenbettgymnastik
- * Rückbildungsgymnastikkurse
- * individuelle Unterstützung

Jede Wöchnerin hat Anspruch auf Hebammenhilfe, unabhängig von ihrer Verweildauer in der Klinik. Manche Frauen verlassen zwei Stunden nach der Geburt das Krankenhaus oder das Geburtshaus, um im Kreise der Familie von Anfang an das Wochenbett zu verbringen. Andere entscheiden sich für einen Aufenthalt von sechs Tagen nach der Geburt und manche hatten einen Kaiserschnitt, nach dem sie u. U. erst nach zwei Wochen entlassen werden.



Gratulation

Die Arbeitsgemeinschaft Freier Stillgruppen Bundesverband e.V. gratuliert zum 10-jährigen Bestehen der Arbeitsgemeinschaft Gestose Frauen e.V.

Nachdem Sylvia Brunn damals Hebammenhilfe zur Gründung der Arbeitsgemeinschaft Gestose Frauen e.V. geleistet hat, blicken wir nun auf eine 10-jährige gute Zusammenarbeit zurück.

Zusammen mit der Gesellschaft für Geburtsvorbereitung e.V. bilden Gestose e.V. und Arbeitsgemeinschaft Freier Stillgruppen e.V. eine sich gut ergänzende Dreieckskombination. So haben wir verschiedene Aktivitäten gemeinsam in Angriff genommen und durchgeführt. Erwähnen möchte ich die Frauenmesse (TOP) in Düsseldorf und die Initiative Stillfreundliches Krankenhaus (BFHD). Möglich war dies natürlich auch durch die Kontinuität der Vereinsvertretung und ich möchte Sabine Kuse an dieser Stelle herzlich für die vergangenen Jahre danken.

Mit unserem gemeinsamen Ziel das Stillen zu fördern, das Unterstützen der stillwilligen an einer Gestose erkrankten Mutter, kämpfen wir um ein besseres Verständnis für die Mutter in den Reihen des Fachpersonals.


Immer noch ist viel zu wenig bekannt, daß das Krankheitsbild Gestose kein Grund zum Abstillen darstellt. Stillen ist möglich und notwendig um die Mütter zu stärken. Diesem Wissen stehen vielerorts alte Lehrmeinungen entgegen.

Die Arbeitsgemeinschaft Freier Stillgruppen verweist betroffene Eltern an die Gestose e.V., da wir wissen, daß Eltern dort qualifizierte Beratung und Unterstützung erhalten.

So hoffe ich auf weitere gute Zusammenarbeit im nächsten Vereinsjahrzehnt.

Für die Arbeitsgemeinschaft Freier Stillgruppen

März 1995


Brigitte Benkert
Präsidentin

Bankverbindung:
Bezirkssparkasse
Graben-Neudorf
BLZ: 660 513 26
Kto.-Nr. 4 800 480

Bund freiberuflicher Hebammen Deutschlands e. V

BfHD

Geschäftsstelle
Gabriele Schippers
Freiheitsstr. 11 41352 Korschenbroich
Telefon & Fax: 02161/ 648577

Korschenbroich, den 10. 04 1995

Liebe Gestose-Frauen,

vieles ändert sich z.Z. in der medizinisch beherrschten Schwangerenvorsorge und Geburtshilfe. Hatte man bis vor kurzem noch geglaubt, daß bei 90% der kindlichen Hirnschädigungen die Geburt als Ursache anzusehen ist, so nähert man sich heute mehr und mehr der Erkenntnis, daß wahrscheinlich nur in 10% der Fälle die Geburt als Hauptfaktor in Frage kommt, womit die Verhinderung noch lange nicht beschrieben ist.

Hatte man bis vor kurzem bzgl. der EPH-Gestose-Behandlung noch an der Symptom-Therapie der Ödeme (Reis- und Obsttage sowie salzarme Kost) festgehalten, mußte man relativ rasch zugeben, daß damit wohl eher Eklampsien gefördert als verhindert wurden.

In diesem Zusammenhang ist es für orientierungslos gewordene freiberufliche Hebammen eine logische Entscheidung, sich Euch als der einzigen Selbsthilfegruppe auf diesem Gebiet zuzuwenden, die es (nun seit 10 Jahren!) gibt.

Wer, wenn nicht Selbst-Betroffene, sollte besser Hinweise über die Behandlung einer Erkrankung geben, die die akademische Wissenschaft offensichtlich überfordert -zumindest, was den praktischen Umgang betrifft.

So haben wir uns z.B. in Unna sehr bald auf Eure Ratschläge berufen und fahren bis heute mit gutem Erfolg ein modifiziertes Konzept: Wir halten weitgehend an Euren Ernährungshinweisen fest, wobei wir die Kohlehydratzufuhr allerdings eher etwas beschränken. Zusätzlich achten wir sehr auf hochwertige Fette bei der Ernährung, verabreichen bei Hypertonie/Hyperreflexie in Maßen Magnesium und versuchen, daneben zu ergründen (s. Ulrike Hauffe) was sich vielleicht psychosomatisch hinter den gezeigten Symptomen verbirgt.

Seit etwa 12 Jahren betreiben wir Schwangeren-Vorsorge und außer einigen grenzwertigen EPH-Gestosen, die problemlos entbunden, haben wir lediglich bislang zwei Frauen zur Einleitung in die Klinik einweisen müssen.

Wir stoßen mit Euch auf Euer 10jähriges Jubiläum an und wünschen Euch weiterhin guten Erfolg!

Anna Rockel-Loenhoff

Bund freiberuflicher
Hebammen Deutschlands e.V.
(1. Vorsitzende)



Gesellschaft für Geburtsvorbereitung
Bundesverband e.V.

Postfach 22 01 06 · 40608 Düsseldorf
Dellestraße 5 · 40627 Düsseldorf
Telefon 02 11 / 25 26 07



GfG

Vorstand

Gesellschaft für Geburtsvorbereitung Bundesverband e.V. · Postfach 22 01 06 · 40608 Düsseldorf

GRATULATION

Nun ist es auch bei Euch soweit - Ihr feiert 10-jähriges Bestehen! Wie bei der Gesellschaft für Geburtsvorbereitung e.V. und der Arbeitsgemeinschaft freier Stillgruppen e.V. (die beide in diesem Jahr auf 15 Jahre ihres Bestehens zurückblicken), war die Gründung all dieser Gruppen erforderlich, weil eine einseitig schulmedizinisch geprägte Unterstützung in der Zeit der Schwangerschaft, der Geburt und der ersten Zeit mit dem Kind, Frauen und Paare immer stärker in die Rolle inkompetenter, nicht zuständiger Eltern drängte.

Frauen (und Männer) spürten in den 70er und 80er Jahren, daß ihnen etwas genommen wurde, für das sie und ihr soziales Umfeld zuständig waren. Sie erlebten, daß Schwangerschaft, Geburt und die erste Zeit mit dem Baby nicht nur medizinische Fragen und Probleme aufwarfen, sondern daß es um ihren Alltag ging. Viele organisierten sich selbst: so z.B. Paare, die sich gemeinsam und umfassend (also nicht nur mit Gymnastik) auf die Geburt und die Zeit danach vorbereiten wollten. Diese gemeinsame Grundlage führte betroffene Eltern und engagierte Fachleute zusammen. Aus der ersten Arbeitsgruppe entstand die Gesellschaft für Geburtsvorbereitung.

Zunächst war da ein ganz anderes, ganzheitliches Konzept der Begleitung von werdenden Eltern. Sehr bald erwuchs daraus der Bedarf nach Weiterbildung und Ausbildung von Kursleiterinnen. Diese beiden "Säulen" bestimmen auch heute noch die Arbeit der GfG:

- * auf der einen Seite Veränderungen im Bereich "rund um die Geburt" zu fördern - mit dem Ziel, Eltern zu stärken, ihren Weg zu gehen und einen guten Kontakt zu ihrem Kind zu finden
- * auf der anderen Seite die Aus- und Weiterbildung von Kursleiterinnen, die Eltern darin unterstützen, das für sie Richtige herauszufinden.

Die GfG hat sich dabei immer für die interdisziplinäre Zusammenarbeit und die Vernetzung aller in diesem Bereich arbeitenden Initiativen eingesetzt.

Auch wenn wir unterschiedliche Themen haben, so ist uns doch allen gemeinsam, daß wir aus eigenen Erfahrungen heraus anderen Eltern Unterstützung und Begleitung anbieten wollen.

In einer besonderen Belastungssituation, die in der Schwangerschaft auftreten kann, tun das die "Gestose-Frauen". Dafür danken wir Euch allen und wünschen weiterhin viel Kraft für die vielfältige und schwere Arbeit. Ganz besonders danken wir auch für die gute Zusammenarbeit in all den Jahren.

Ines Albrecht-Engel
Bundesvorsitzende

Gesellschaft für Geburtsvorbereitung
Bundesverband e.V.
Genehmigter Verein
Sitz Düsseldorf
Amtsgericht Düsseldorf, VR 6806

Bankverbindungen:
Postgiroamt Hamburg
Konto-Nr. 796 73-203
BLZ 200 0020

Bank für Sozialwirtschaft, Köln
Konto-Nr. 705 4300
BLZ 370 205 00

Ausbildungskonto:
Bank für Sozialwirtschaft, Köln
Konto-Nr. 705 4301
BLZ 370 205 00

Mitglied im Paritätischen Wohlfahrtsverband

HILFREICHE ADRESSEN

ABC-Club e.V.
Internationale Drillings-
und Mehrlingsinitiative
Strohweg 55, 64297 Darmstadt
Tel. 06151 / 55430

Arbeitsgemeinschaft freier
Stillgruppen Bundesverband e.V.
Postfach 11 12
76141 Karlsruhe

Arbeitskreis Kunstfehler
i.d. Geburtshilfe e.V.
Rosental 23 - 25
44135 Dortmund
Tel. 0231 / 525872

Bund Deutscher Hebammen e.V.
Postfach 1724
76006 Karlsruhe
Tel. 0721 / 26497

Bund freiberuflicher
Hebammen Deutschlands e.V.
c/o Gabriele Schippers
Freiheitsstraße 11
41352 Korschenbroich
Tel. 02161 / 648577
(montags 17.00 - 19.00 Uhr)

Bundesverband
„Das frühgeborene Kind“ e.V.
z. Hd. Eva Vonderlin
Von-der-Tann-Str. 7
69126 Heidelberg

Gesellschaft für
Geburtsvorbereitung e.V.
Dellestraße 5
40627 Düsseldorf
Tel. 0211 / 252607

Familienselbsthilfverein
Kinderbegleitung
Christa Gruber
Pelzgasse 22/1
A-1150 Wien
Tel. 0043-222 / 9824729

Frühchen Eltern Initiative
Susanne Beck
Antonigasse 20/1
A-1180 Wien
Tel. 0043-222 / 4210343

Regenbogen-Kontaktkreis
für verwaiste Eltern
c/o Jürgen Kempf
v.-Galen-Straße 74
51063 Köln

Verein zur Förderung von
Früh- und Risikogeborenen
„Das Frühchen“ e.V.
Christa Hofmann
Dittmannswiesen 6
76646 Bruchsal
Tel. 07251 / 18293

Wolfgang Rosenthal Gesellschaft e.V.
Selbsthilfvereinigung für Menschen
mit Lippen-, Kiefer-, Gaumen-,
Segelfehlbildungen
Donaustraße 6
35625 Hüttenberg

„Zwillinge“
c/o Marion von Gratkowski
Postfach 1717
86887 Landsberg



NATURWAREN ZUM SICH WOHLFÜHLEN

VIVAS · WASCHBARE SLIPEINLAGEN,
BINDEN, WOCHENBETTBINDEN
AUS BAUMWOLLE UND SEIDE

STILLKISSEN · DINKELFÜLLUNG

WICKELSYSTEME

SCHAFFELLE

ERSTLINGSAUSSTATTUNG · DEMETER
GREEN COTTON

AUSFÜHRLICHE BERATUNG + BETREUUNG

55118 Mainz
Forsterstraße 13

Tel. 06131/61 83 12
Fax 06131/61 64 87



**CORPO
MED**
Gesundheitskissen GmbH

Für Mutter und Kind . . .
Das CorpoMed Gesundheitskissen ist sowohl als
Ruhekissen wie auch als Schlafkissen während der
Schwangerschaft eine gute Hilfe. Auch während
der Geburtsvorbereitung dient es der werdenden
Mutter als hervorragende Entspannungshilfe. Beim
Stillen sorgt das CorpoMed Gesundheitskissen für
eine entspannte Haltung bei Mutter und Kind.



Informieren lohnt sich! Senden Sie mir bitte:

Prospektmaterial Preislisten Patienten - Informationsblatt mit Bestellkarte

CorpoMed Gesundheitskissen GmbH
Vierlander Straße 14 · 21502 Geesthacht · Tel. 0 41 52/8 25 72 · Fax 0 41 52/8 31 51

DIE LOTTIES...



Probeset Gr. S od. L
DM 24,90
(incl. Versandkosten)

...KOMMEN MIR NICHT IN DIE TONNE.

Wickelsysteme aus Baumwolle

- 100% naturbelassene Baumwolle
- kochfeste, maschinenwaschbare Windelhosen
- kochbare, atmungsaktive Überhosen
- für mehr als nur 1 Kind geeignet
- Öko-Testergebnis 4/93 „empfehlenswert“

LOTTIES®

Postfach 40, 93354 Biburg
Tel. 01 30/84 90 90 (zum Nulltarif), Fax 0 94 44/93 04

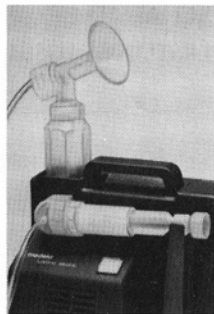
Für stillende Mütter

Muttermilch ist die beste Nahrung für das Baby. Wenn beim Stillen Probleme auftreten, bieten wir ein komplettes Programm an Stillhilfen.

Elektrische Brustpumpen zum Mieten, Medela Mini Electric, Medela Hand-Brustpumpe, umfangreiches Sortiment an Medela Stillhilfen.

Informationen bei: Medela Medizintechnik Postfach 11 48 D-85378 Eching Telefon 089/319 50 55

Elektrische Brustpumpen zum Mieten: In über 1.700 Apotheken oder Sanitätshäusern. Regulierbare Saugstärke für sanftes, wirkungsvolles Abpumpen. Vollautomatische Funktionsweise mit physiologisch natürlichem Saugrhythmus.



medela

TRIAS



Brüggemann, H.J.

Zu früh ins Leben

Was Eltern über Risiko- und Frühgeburt wissen sollten

240 S., 21 Abb., 36,00 DM

ISBN 3-89373-220-9

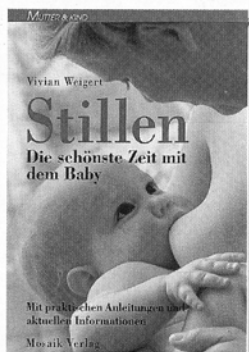
Ausgehend von der Schwangerschaft spannt das Buch den Bogen von der absehbaren oder überraschenden Frühgeburt hin zur Erstversorgung des Frühgeborenen. Ausführlich geht der Ratgeber auf die Intensivbe-

treuung im Krankenhaus ein: Welche Geräte und Medikamente helfen dem Kind, wie verläuft die Gewöhnungsphase auf der Überwachungsstation. Der Autor beschreibt die Entlassungsphase, die ersten häuslichen Erfahrungen und wie sich betroffene Eltern gegenseitig helfen können.

Mosaik-Bücher helfen weiter!



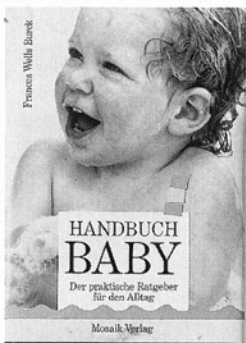
44,- DM



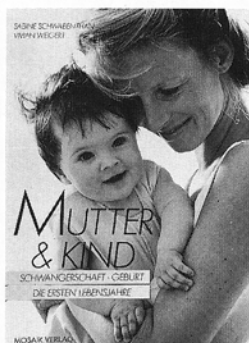
29,90 DM



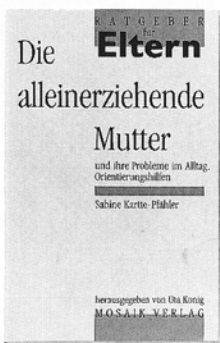
29,90 DM



39,90 DM



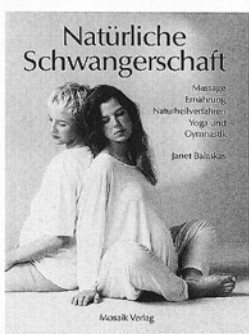
39,90 DM



18,- DM



29,90 DM



26,- DM



29,90 DM
Ab März lieferbar!

Erhältlich überall dort, wo es Bücher gibt.



Bücher fürs Leben