

## Wenn die Nabelschnur um den Hals liegt...



familiengeburt.com/2016/10/20/wenn-die-nabelschnur-um-den-hals-liegt/amp/

Um diesen Blog zu starten, möchte ich mich mit einem oft gehörten, viel diskutierten und gefürchteten Phänomen befassen: Der um den Hals gewickelten Nabelschnur!

Wie oft hört man: "Mein Kind wäre fast gestorben, denn es hatte die Nabelschnur um den Hals!" oder „Der Kaiserschnitt musste sein, denn mein Baby hätte sich sonst an seiner Nabelschnur erdrosselt.“

Gehen wir der Sache mal auf den Grund und schauen, dass wir diesem „Schreckgespenst“ ein wenig seinen Schrecken nehmen.

### **Warum haben manche Babys die Nabelschnur um den Hals und wie geschieht dies?**

Es ist keine Seltenheit, das Babys mit ihrer Nabelschnur um den Hals geboren werden. Rund 1/3 aller Babys erblickt so das Licht der Welt. Wann, wie und warum es dazu kommt, ist bei jedem Baby anders. Interessant ist, dass es häufiger männliche Babys betrifft, aber das wahrscheinlich deswegen, weil Jungs sehr häufig eine längere Nabelschnur haben. Es kommt häufiger in fortgeschrittener Schwangerschaft vor, dass sich die Nabelschnur um den Hals wickelt. Wahrscheinlich schlicht deshalb, weil das Baby mehr Zeit hatte, sich einzuwickeln. Wenn es während der Schwangerschaft nicht vorkommt, kann die Nabelschnur auch erst während der Geburt den Hals umwickeln, denn wenn das Baby sich durchs Becken bewegt, dreht es sich und kann sich so die Nabelschnur umwickeln.

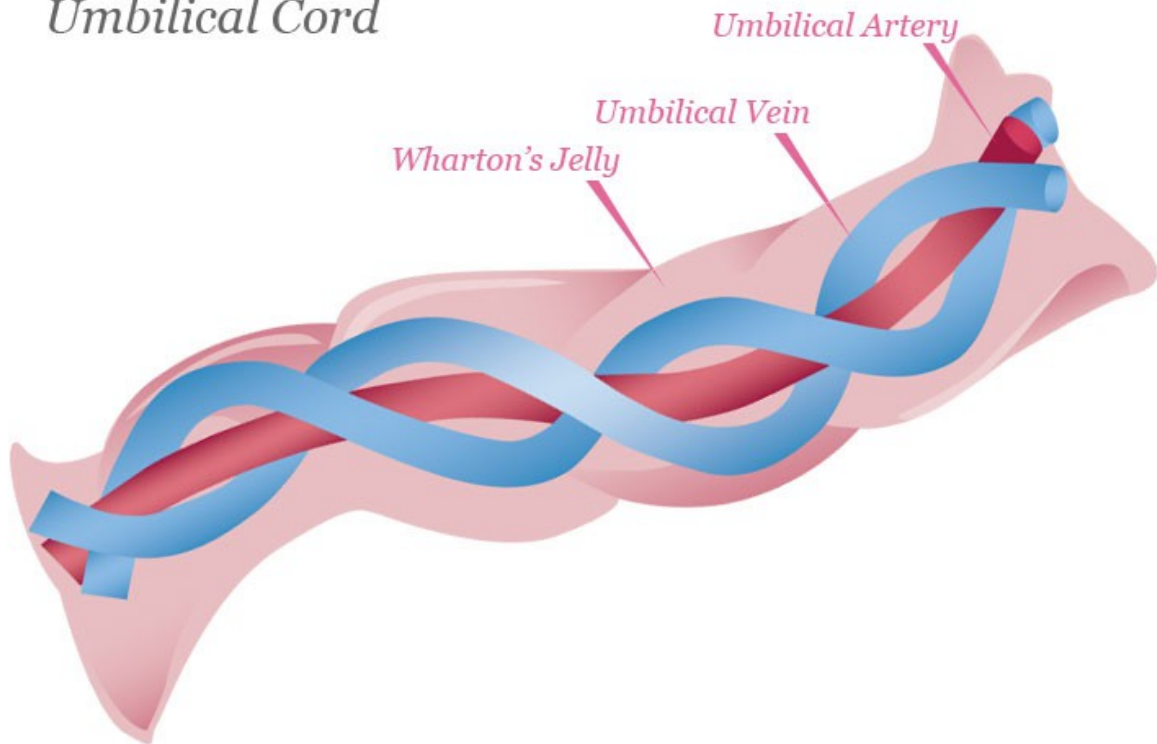
### **Ein oft genutzter Sündenbock**

Die um den Hals gewickelte Nabelschnur ist der perfekte Sündenbock, denn sie wälzt „die Schuld“ für den Geburtsverlauf an Mutter bzw. Kind ab, nicht an den Geburtshelfer oder das System. Das Ergebnis ist, dass die Angst vor einer um den Hals gewickelten Nabelschnur tief in unserer Kultur verankert ist. Meist, wenn man einen Bericht über eine plötzliche Geburt außerhalb der Klinik liest, kommt darin auch vor, dass das Baby die Nabelschnur um den Hals hatte. Die Geschichte handelt dann davon, wieviel Glück man doch hatte, dass das Baby gesund und am Leben ist, ohne dass die „Experten“ da waren, die sich mit sowas doch auskennen. Und nur zu oft gibt es Geschichten, in denen die Nabelschnur für allerlei Komplikationen verantwortlich sein sollte, weil sie um den Hals gewickelt war....zu Unrecht!

Bevor wir nun dem Mythos auf den Grund gehen, ganz kurz ein paar Worte zur Anatomie und Physiologie der Nabelschnur. Sie ist so konzipiert, dass sie um den Hals gewickelt sein kann und darf, ohne dabei ein Problem zu verursachen. Die Schnur ist mit Whartonscher Sulze (reifes Gallertgewebe -> dazu später noch ein Beitrag) ausgekleidet und in sich gedreht. Dies schützt die 3 Nabelgefäße davor, gequetscht oder überdehnt zu werden, wenn das Baby sich im Mutterleib bewegt. Außerdem ist die Nabelschnur durchaus lang genug (im Schnitt etwa 55cm) um sich bequem um den Hals des Babys zu legen. Es bleibt dennoch genug Schnur übrig, um sich frei im Uterus bewegen zu können.

[https://www.youtube.com/watch?v=i00Z22ZNe\\_8](https://www.youtube.com/watch?v=i00Z22ZNe_8)

## Umbilical Cord

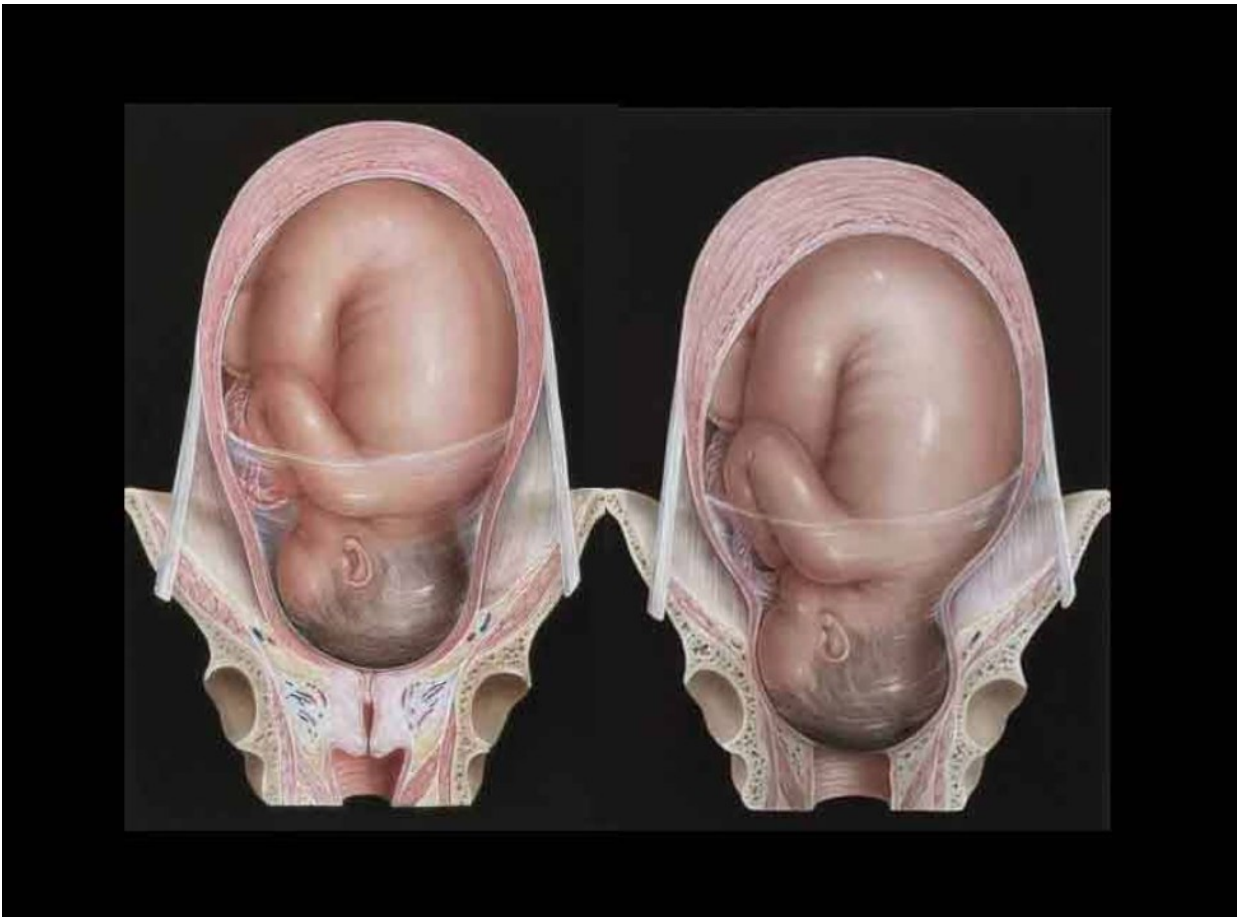


### *Schwangerschaft*

Es gibt keine Belege dafür, dass eine um den Hals gelegte Nabelschnur für einen Tod des Babys im Mutterleib verantwortlich ist. Tragischer Weise kommt es vor, das Baby noch im Bauch der Mama versterben, bevor die Wehen einsetzen. Oft gibt es keinen erklärbaren Grund für solch ein Unglück. Wenn diese Babys nun still geboren werden, sieht man häufig, dass sie die Nabelschnur um den Hals haben (wie eben 1/3 aller Babys!) Es ist ganz natürlich und verständlich, dass man für ein solches Trauma einen Grund sucht...oft genug wird dafür die Nabelschnur genannt, weil es das Offensichtlichste zu sein scheint. Es ist jedoch wenig hilfreich, den Eltern einen „falschen“ Grund zu nennen. Eltern solcher Babys brauchen ehrliche Antworten...auch wenn die Antwort dann eben lauten muss: „Wir wissen nicht warum ihr Baby verstorben ist.“ (Natürlich ist es in seltenen Fällen dennoch möglich, dass ein fester Nabelschnurknoten oder eine enorme Strangulierung durch die Nabelschnur den Tod herbei führten.)

### *In den Wehen*

Während der Wehen macht eine um den Hals gewickelte Nabelschnur keine Probleme. Entgegen der landläufigen Meinung hält sie das Kind nicht fest. Es wird durch sie nicht aufgehalten, denn ALLES – Fundus (Spitze der Gebärmutter), Plazenta und Nabelschnur – bewegen sich gemeinsam nach unten in Richtung Geburtskanal. Der Uterus zieht sich zusammen (kontrahiert), bewegt so das Baby nach unten...zusammen mit der Plazenta und der Nabelschnur. Erst wenn das Baby mit dem Kopf in der Scheide ist, könnten ein paar extra Zentimeter an Länge erforderlich werden.



Wenn nun ein Kaiserschnitt wegen „fetalem Stress“ oder Geburtsstillstand gemacht wird, gibt man häufig der Nabelschnur die Schuld. „ Oh, sehen Sie...ihr Kind war so gestresst, weil die Nabelschnur um den Hals gewickelt ist“ oder „...so konnte es nicht tiefer rutschen ! Die Nabelschnur hat es zurück gehalten.“

Es ist unwahrscheinlich, dass tatsächlich die Nabelschnurumschlingung etwas damit zutun hatte. Höchstwahrscheinlich waren irgend welche Interventionen Schuld an einem unglücklichen Geburtsverlauf (wie z. B. die Gabe von Wehenmitteln oder einfach die Unfähigkeit, der Mutter Zeit zu lassen und abzuwarten.

#### *Geburt (die letzten Wehen)*

Die Nabelschnur verbleibt um den Hals des Babys, während er sich durch Gebärmutter und Scheide bewegt. Normalerweise ist sie lose umwickelt, so dass noch viel „Spielraum“ auf dem Weg nach draußen vorhanden ist. Eine lose umwickelte Nabelschnur verursacht keinerlei Probleme. Das Blut fließt weiterhin durch die Gefäße, wie schon während der Schwangerschaft und der Wehen.

Gelegentlich wird die Nabelschnur während der letzten Wehen fest zugezogen und stark gedehnt – während der Kopf geboren wird. Entweder ist sie nicht mehr „lang“ genug oder sie hängt zwischen Baby und Becken fest...ist also eingeklemmt. So etwas kann passieren, wenn die Nabelschnur kürzer als gewöhnlich und mehrfach um den Hals des Babys gelegt ist. Wie dem auch sei : Das Baby wird dabei trotzdem nicht stranguliert, weil es schlicht zu diesem Zeitpunkt noch nicht atmet...es holt keine Luft im klassischen Sinne. Der Sauerstofftransport erfolgt über die Nabelschnur , nicht über die Atemwege. Wird die Nabelschnur nun stark gedehnt und komprimiert (zusammen gedrückt) kommt weniger Sauerstoff zum Kind (weniger bedeutet nicht gar keiner!!! Es kommt noch immer etwas an Sauerstoff an!) Dies führt zu einer kurzfristigen Hypoxie (Sauerstoffarmut) , die sofort ausgeglichen wird, wenn die Nabelschnur nach der Geburt entwirrt und gelöst wurde. Es

kommt wieder zum vollen Blutfluss in den Gefäßen, so dass das Kind wieder vollständig versorgt ist. Babys, die so geboren werden, sind meist etwas schlaff und geschwächt, erholen sich aber sehr schnell – wenn die Nabelschnur nicht durchtrennt wird!

Leider ist die Art und Weise, wie normalerweise mit so einer Situation umgegangen wird, völlig anders...schlichtweg falsch. Das kann dann zu weiteren Problemen führen. Die daraus resultierende Notwendigkeit der Wiederbelebung beim Baby wird dann auf die Nabelschnur-Umschlingung geschoben, statt auf die Fehler, die der Geburtshelfer gemacht hat.

### **Risiken im Zusammenhang mit dem vorzeitigen abklemmen und durchtrennen einer eng umschlungenen Nabelschnur**

Wenn die Nabelschnur abgeklemmt wird, wird der Blutfluss zwischen Baby und Plazenta gestoppt. Das führt zu geringerem Blutvolumen und KEINER (!!!) Sauerstoffversorgung beim Baby. Dies wiederum führt dazu, dass eine Wiederbelebung notwendig wird, wenn das Baby geboren ist. Jede Verzögerung im Geburtsverlauf (zb Schulterdystokie) erhöht natürlich das Risiko einer Hypoxie (Sauerstoffmangel). Während man nun wartet, dass das Baby geboren wird, hat es keinerlei Blutversorgung mehr, was logischer Weise schlimmer ist, als wenn es eben durch die gespannte aber intakte Nabelschnur „nur“ eine schlechtere Versorgung gehabt hätte.

*Für ein Baby mit fest zugezogener Nabelschnur um den Hals ist das schlimmste was man tun kann, die Nabelschnur abzuklemmen oder zu durchtrennen !!!!*

### **Risiken beim Versuch, eine Nabelschnur-Umschlingung zu entwirren**

Eine durchaus gängige Praxis ist es, an einer umschlungenen Nabelschnur zu ziehen oder sie zu entwirren oder der Versuch, sie vom Hals zu lösen. Die meisten Hebammen lernen dies auch in ihrer Ausbildung. Jede Stimulation der Nabelschnur führt aber dazu, dass sich die Gefäße verengen und somit die Blut- und Sauerstoffversorgung reduziert wird. Beim Versuch, die Nabelschnur zu lösen, wird meist ein bestimmter Zug auf diese ausgeübt. Dies birgt die Gefahr, dass die Nabelschnur reißt (und somit das Blutungen vom Baby provoziert werden) oder die Plazenta vorzeitig gelöst wird.

Beides ist äußerst unschön...

### **„Rumfummeln“ an einer umschlungenen Nabelschnur???**

Wenn wir nun also weder vorhaben die Nabelschnur abzuklemmen noch sie zu durchtrennen, welchen Sinn würde dann machen, an dieser herumzufummeln oder sie zu kontrollieren? Diese Intervention stört nur den natürlichen Geburtsverlauf. Außerdem könnte man nun wieder denken, diese Umschlingung sei gefährlich, was sie nun einmal nicht ist. Es ist einfach eine Situation, die Mutter und Kind gemeinsam durchstehen können und müssen. Der Frau nun zu erzählen, sie müsse aufhören mit zu schieben und ihr stattdessen eine Finger in die Scheide zu stecken, kann sehr verstörend und schmerzhaft sein. Die Kraft der Geburt geht verloren. Außerdem bräuchte man dafür normalerweise eine Zustimmung der Gebärenden – Wie viele Hebammen fragen wirklich um Zustimmung für eine solche Prozedur???. Ich denke, es sind die wenigsten...

### **Vorschläge für den Umgang mit einer Nabelschnurumschlingung**

\* Den Eltern schon vor der Geburt erzählen, dass eine Nabelschnur-Umschlingung vorkommen kann und durchaus normal ist

\* Während der Geburt: NICHTS TUN!

\* Wenn die Nabelschnur verhindert, dass das Baby tiefer rutscht, wenn der Kopf bereits geboren ist (extrem selten), die ‚Somersault technique‘ (Schorn & Blanco 1991) -> Das

„Salto-Manöver“ anwenden (siehe unten)

\* Sobald das Baby geboren ist, entwirren sie die Nabelschnur (die Mutter/Familie kann das selbst tun)

\* Wenn das Baby nach der Geburt geschwächt und schlaff ist, ermutigen Sie die Eltern, mit ihm zu reden, während die Plazenta die normale Versorgung des Babys wieder übernimmt (Das Blutvolumen steigt und die Sauerstoffversorgung erfolgt sofort wieder, nachdem die Nabelschnur „entwickelt“ wurde)

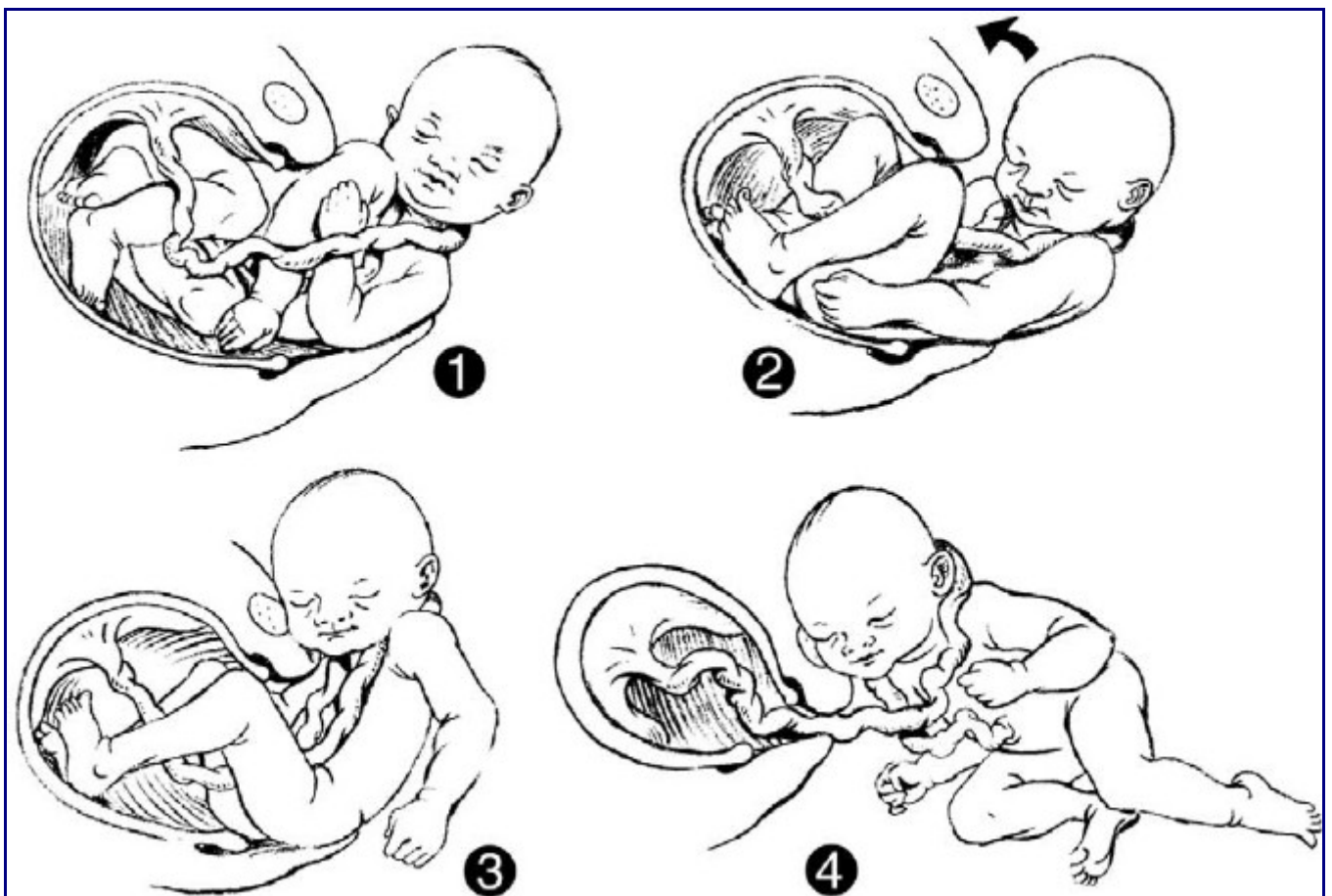
Sollten weitere Wiederbelebensmaßnahmen notwendig werden, tun sie dies mit intakter Nabelschnur!

Das Baby auf dem Foto oben (aus Platzgründen entfernt Anm. GreenBirth) hier im Beitrag wurde zuhause im Wasser geboren. Seine Nabelschnur war 2x fest um den Hals gewickelt. Die Hebamme beginnt mit dem Abwickeln, während sie ihn aus dem Wasser hebt und direkt auf Mamas Brust legt. Es dauerte etwa 30 Sekunden, bevor er zu atmen begann. In dieser Zeit brachte die Plazenta seine Sauerstoffversorgung und sein Blutvolumen in Ordnung und versorgte ihn. Sein Vater blies ihm sanft ins Gesicht und er tat seinen ersten Atemzug.

Hier ein beeindruckendes Video von einer Geburt, bei der die Nabelschnur mehrfach fest um den Hals des Babys liegt. Die Mutter hat das so wundervoll gelöst...

[https://www.youtube.com/watch?v=i00Z22ZNe\\_8](https://www.youtube.com/watch?v=i00Z22ZNe_8)

Hier das „Salto-Manöver“ – ‚Somersault technique‘, das nur bei äußerst wenigen Geburten zum Einsatz kommen muss: Rachel Reed wendete es 2 Mal in hunderten von Geburten an.



Weitere Literatur dazu (englisch)

[Cord around the Neck – what Parents and Practitioners should know](#)



## On Trial – cutting the Nuchal Cord

Geburtsberichte:

Erfahrungen von Müttern, bei denen die Nabelschnur vorzeitig durchgeschnitten wurde:

[Birth Story – Cutting the nuchal cord](#)

[Birth Experience – cutting the nuchal Cord before Birth](#)

[Welcome to the World Gabriel Thomas](#)

Erfahrungen von Müttern, bei denen die Nabelschnur intakt gelassen wurde:

[The Birth Story of Edward John](#)

[Cord around the neck is NOT automatic emergency](#)

*Anmerkung in eigener Sache:*

*Aufgrund vieler teils bössartiger Kommentare im GB möchte ich etwas anmerken: Mit keinem Wort wird erwähnt, dass es nie vorkommt! Es gibt nichts, was es nicht gibt! Ganz sicher gibt es wenige Babys die leider tragischerweise, und das tut mir wirklich sehr Leid, anhand eines festen Nabelschnurknotens oder eben auch einer äußerst seltenen, festen Umschlingung gestorben sind. Und ganz sicher sollte hier niemand verletzt werden. Die betroffenen Eltern haben mein vollstes Mitgefühl.*

Dennoch muss man festhalten, das dies nun einmal extrem selten ist und keinesfalls so häufig vorkommt, wie gern getan wird. Eine Nabelschnur-Umschlingung ist weder eine häufige Todesursache, noch wäre sie eine Indikation für einen Kaiserschnitt, aber da findet sich ja heutzutage ganz sicher etwas Anderes.

Quellen sind angegeben. Der Blogtext ist aus dem englischen übernommen, um diese Informationen auch deutschen Frauen zugänglich zu machen. Das Original ist von einer australischen Hebamme und wurde lediglich übersetzt. Und nochmal...NIEMAND hat gesagt, dass es diese tragischen Fälle nicht gibt....es gibt sie nur bei weitem nicht so oft, wie es uns gern weiß gemacht wird.

Alle meine Kinder hatten die Nabelschnur mehrfach um Körper und Hals...es gab nie auch nur annähernd Probleme. Sehr zu empfehlen an dieser Stelle, auch für kopfschüttelnde Ärzte, ist das Buch „Gebären ohne Aberglaube“ von Dr. Alfred Rockenschaub, ein renommierter Geburtsmediziner, der in seiner Klinik eine Kaiserschnitttrate von unter 2% erzielen konnte, ohne schlechteres Outcome für Mütter und Babys. Auch er hat einen sehr interessanten Abschnitt zu genau diesem Thema in seinem Buch!

Quellen:

[https://dl.dropboxusercontent.com/u/19684636/Publications/2009\\_ncord\\_bjm.pdf](https://dl.dropboxusercontent.com/u/19684636/Publications/2009_ncord_bjm.pdf)

[http://research.usc.edu.au/vital/access/manager/Repository/usc:5776?queryType=vitalDismax&query=Reed&f0=sm\\_creator%3A%22Reed%2C+R%22](http://research.usc.edu.au/vital/access/manager/Repository/usc:5776?queryType=vitalDismax&query=Reed&f0=sm_creator%3A%22Reed%2C+R%22)

<http://research.usc.edu.au/vital/access/manager/Repository/usc:10789>

<http://midwifethinking.com>

Der letztgenannte Link funktioniert nicht, wurde darum entfernt. (Anm. GreenBirth)