

*Brendow.*

MIRIAM  
STEINHAUER

# Neugeborenen

Berührende Momente aus dem  
Leben einer Hebamme und  
Sterbebegleiterin



MIRIAM STEINHAUER

# NEUGEBORGEN

Berührende Momente  
aus dem Leben einer Hebamme  
und Sterbebegleiterin

Miriam Steinhauer, Jahrgang 1978, arbeitet seit 2001 mit Leib und Seele als Hebamme und ist seit einigen Jahren auch ehrenamtlich in der Sterbebegleitung tätig. Mit ihrem Mann und den drei Kindern lebt sie in Neuss.



MIRIAM  
STEINHAUER

# Neugeborgen

Berührende Momente aus  
dem Leben einer Hebamme  
und Sterbebegleiterin

***Brendow.***



*Für  
Leonard, Marlene  
und Clemens*

*Ich wünsche mir,  
dass ihr ein Leben lang  
füreinander da sein werdet,  
so, wie ihr es heute  
seid.*

# INHALT

Vorwort .....	9
---------------	---

## Teil I

Annas Baby .....	12
Eine besondere Familie .....	23
Dreisam einsam .....	32
Die erste Geburt .....	37
Eleni .....	50
Entscheidung aus Liebe ... (Teil 1) .....	56
... für ein Geschenk (Teil 2) .....	61
Alles schien perfekt .....	65
Hurra, unser kleiner Prinz ist da .....	75
Wünsch mir Glück, mein Schatz .....	88
Was für eine Nacht .....	97

## Teil II

Liebe meines Lebens .....	120
Die Brautfrisur .....	126
Lebens-Weise .....	132
Ich bin für dich da .....	141
Viel zu früh .....	150
Septembermorgen .....	160
Das Sommerfest .....	166
Brief an den verlorenen Sohn .....	174
Herzensmensch .....	182
Was von uns bleibt .....	195
Ist Mama jetzt ein Engel? .....	200
Epilog .....	217
Dank .....	222

# VORWORT



Ich halte ihre Hand. Obwohl sie nicht warm ist, fühlt sie sich schwitzig an. Jedes Mal, wenn der Schmerz in regelmäßigen Abständen ihren Körper durchfährt, spüre ich, wie sich ihr Puls etwas beschleunigt, und nehme gleichzeitig wahr, dass ihr das Atmen wieder schwerer fällt. Auf ihrer Stirn haben sich kleine Schweißperlen gebildet. Vorsichtig wische ich sie mit einem kühlen Waschlappen fort und versuche sie zu beruhigen: „Keine Angst, alles wird gut. Sie haben es bald geschafft. Versuchen Sie wieder etwas ruhiger zu werden.“

Das Licht im Zimmer ist gedämpft und im Hintergrund läuft leise Musik. Es riecht angenehm nach Rose, einem ätherischen Öl, das für den Lebensanfang und das Lebensende steht. Ich habe es ausgewählt, damit es durch seine beruhigende Wirkung dabei hilft, dass sie sich besser entspannen kann.

Ihr Mann sitzt neben ihrem Bett. Er schaut hilflos und ich erkenne in seinem angespannten Blick die Unsicherheit. Unruhig rutscht er auf seinem Stuhl hin und her. Ich merke, dass er sich in diesem Moment nichts mehr wünscht, als einen Teil ihrer Schmerzen selbst tragen zu dürfen. Liebevoll küsst er die blasse Stirn seiner Frau.

„Halten Sie nun besser ihre Hand. Vielleicht hilft es auch etwas, wenn Sie mit sanftem Druck ihren Rücken massieren.“ Ich reiche ihm das kleine Fläschchen und lächle ihn aufmunternd an. Ich vermute, dass es nicht mehr lange dauern wird. Doch bis dahin werden wir versuchen, alles zu tun, damit es ihr gutgeht und sie sich aufgehoben fühlt ...

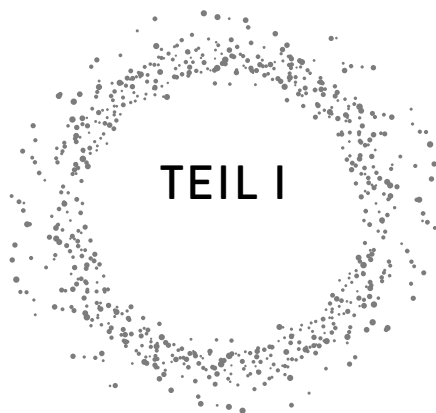
Vielleicht wird durch die Darstellung dieser fiktiven Begebenheit, bei der nicht ganz klar wird, wo sie sich abspielt, deutlich, wie viele Parallelen sich in der Betreuung und Begleitung einer Gebärenden und einer sterbenden Person finden. In beiden Situationen zeigen sich Augenblicke tiefster Emotionalität und Nähe sowie Schmerzen und Unsicherheit. Im Fall des Todes zumindest dann, wenn er nicht die unmittelbare Folge eines Unfalls ist. Sowohl dem Sterbenden als auch der Gebärenden wird vieles abverlangt, ebenso dem Neugeborenen, wenn auch nicht immer ersichtlich. Die Begleitung des Sterbe- und des Geburtsprozesses erfordert daher ein sachkundiges und einfühlsames Fachpersonal. Ein hohes Maß an Empathie wird genauso vorausgesetzt wie die Fähigkeit, den notwendigen Abstand zu wahren, um medizinisch erforderliche Prozesse nicht unnötig zu behindern.

Als Hebamme sind mir diese Parallelen durch den Austausch mit Kollegen und Kolleginnen anderer medizinischer Fachbereiche früh bewusst geworden. Ich fühlte mich herausgefordert und zugleich dazu in der Lage, meine bereits erworbenen Fertigkeiten auch für die Begleitung von Menschen am Ende des Lebens sinnvoll zu nutzen. So entschloss ich mich schließlich dazu, einen Qualifizierungskurs für die ehrenamtliche Sterbebegleitung zu besuchen und mich intensiver mit der letzten Lebensphase zu befassen.

Ich freue mich darüber, dass ich die Möglichkeit dazu erhalten habe, Ereignisse, die mir aus der Begleitung Gebärender und Sterbender besonders in Erinnerung geblieben sind, in diesem Buch festzuhalten und mit den Lesern und Leserinnen zu teilen.

Die Namen der Personen, die nicht meiner eigenen Familie angehören, wurden in allen Geschichten geändert. Darüber hinaus habe ich einzelne Details abgewandelt, um Rückschlüsse auf die realen Personen zu verhindern.





**TEIL I**



# Annas Baby

Das Telefon klingelte. Es war Schwester Gabi aus der Notaufnahme. Sie berichtete mir über eine fünfzehnjährige Patientin, die zur Abklärung ihrer starken, kolikartigen Bauchschmerzen in die Klinik gekommen war.

„Internistisch haben wir keine Auffälligkeiten feststellen können. Wir sind uns eigentlich sicher, dass die Ursache eher in euren Bereich fällt. Sie hat jedoch alle Nachfragen, die in diese Richtung gingen, zurückgewiesen.“

„Fünfzehn Jahre, sagtest du? Ist das Mädchen in Begleitung seiner Eltern?“, erkundigte ich mich bei der Ambulanzschwester.

„Sie war wohl zu Besuch bei ihrer Freundin, als die Schmerzen begannen. Gemeinsam haben sie sich dann auf den Weg in die Klinik gemacht. Ihre Mutter haben wir bereits telefonisch informiert. Es kann aber einige Zeit dauern, bis sie eintrifft, da ihr Weg von der Arbeit hierher wohl recht lang ist. Die Patientin heißt Anna Reimers.“

„Gut, dann schick sie mir schon mal hoch und ich verständige währenddessen die Gynäkologin. Bitte seid so lieb und kümmert euch um die Mutter, sobald sie ankommt. Es wäre wohl nicht gut, sie so ganz unvorbereitet bei uns im Kreißsaal zu empfangen. Zumal ja auch noch gar nichts feststeht.“

Wenige Minuten später klingelte es an der Tür und ich öffnete den beiden Teenagern. Sie sahen etwas verunsichert aus, als ich sie bat, mir in das Aufnahmezimmer zu folgen. Die Ärztin musste auf der Station noch einige Blutabnahmen durchführen, hatte aber versprochen, direkt im Anschluss zu kommen. Ich wollte diese Zwischenzeit nutzen, um bei der Patientin schon einmal

etwas vorzufühlen. Bevor ich allerdings dazu kam, ihr eine erste Frage zu stellen, wurde sie von einer heftigen Schmerzwelle erfasst. Ängstlich versuchte sie Halt in den Armen ihrer Freundin zu finden, doch diese war von der Situation völlig überfordert und blieb wie angewurzelt stehen. Ich reichte dem Mädchen, das sich nun hilfeschend im Raum umsah, meine Hand. Als es ihm schließlich wieder besser ging, forderte ich es auf, sich zu setzen, und wandte mich an seine Freundin.

„Es ist sehr lieb von dir, dass du mitgekommen bist. Vielleicht kannst du aber zunächst für den Zeitraum der Untersuchung in unserem Wartebereich Platz nehmen. Du darfst dich gerne an den Getränken bedienen und etwas zum Lesen findest du dort auch.“ Ich konnte von ihrem Gesicht ablesen, dass sie froh war, den Raum verlassen zu dürfen.

„Hallo, Anna, ich darf dich noch duzen, oder?“ Anna nickte zaghaft. „Seit wann hast du diese Schmerzen und in welchen Abständen kommen sie?“

„Eigentlich begann alles erst heute Mittag. Wir sind direkt nach der Schule zu Saskia gegangen, um bei ihr für die Englischarbeit zu lernen. Dann fingen die Schmerzen plötzlich an. Sie sind furchtbar unangenehm und ziehen mittlerweile von meinem Bauch bis in den Rücken hinein.“

Ich musterte Anna mit einem flüchtigen Blick. Sie war circa einen Meter siebzig groß, leicht untersetzt und trug weite Kleidung, die ihren Körper umhüllte. Ihre wahre Kontur konnte ich nur erahnen. Wirklich schwanger sah sie eigentlich nicht aus.

„Hast du in der letzten Zeit Veränderungen an dir wahrgenommen, eine Gewichtszunahme, Übelkeit oder das Ausbleiben deiner Periode?“ Ich erkannte, wie unwohl sie sich fühlte, und dennoch war es wichtig für mich, Antworten zu erhalten.

„Wozu stellen Sie mir all diese Fragen? Ich bin doch nicht schwanger!“, erwiderte sie und klang dabei fast ein wenig sauer.

„Ich wiege mich zwar nur selten, habe aber ganz bestimmt nicht viel zugenommen. Schließlich trage ich die Kleidung, die ich auch früher getragen habe. Übel war mir allerdings in letzter Zeit etwas häufiger. Ist ja auch wohl kein Wunder bei dem ganzen Schulstress. Und meine Periode? Na ja, die habe ich immer sehr unregelmäßig und schwach.“

Anna wehrte sich auch bei uns gegen die erkennbar eindeutigen Fragen. Ihrem Redeschwall nach zu urteilen, schien sie sich jedoch auch selbst nicht sicher zu sein, ob unsere Vermutung tatsächlich so unberechtigt war. Sie erweckte den Anschein, als versuche sie, den Zeitpunkt der gefürchteten Gewissheit unbewusst hinauszuzögern.

„Anna, ist es in Ordnung, wenn ich dich kurz untersuche? Ich würde dabei auch gerne deinen Bauch abtasten. Kannst du dich vielleicht an das Datum deiner letzten Periode erinnern?“

Sie legte sich hin, überlegte und starrte dabei abwesend an die Zimmerdecke. „Das ist schon einige Zeit her“, antwortete sie dann leise, sodass ich sie kaum noch verstehen konnte. Die Angabe war nötig, damit ich im Fall einer Schwangerschaft berechnen konnte, in welchem Monat sich Anna befand.

„Ich glaube, es war die erste Maiwoche. Eine Klassenkameradin hatte mich zu ihrer Geburtstagsfeier ins Schwimmbad eingeladen und ich konnte nicht hingehen.“

Vorsichtig schob ich nun Annas Pullover hoch, wärmte meine Hände, indem ich meine Handflächen aneinanderrieb, und tastete mit einigen Handgriffen ihren Bauch ab. Es waren eindeutig die Konturen eines Babys zu erspüren, welches offensichtlich auch nicht mehr ganz klein war. Ich sah Anna, die nun angespannt auf der Untersuchungsfläche lag, tief in die Augen und nahm ihre Hand in meine. Behutsam teilte ich ihr das vorläufige Untersuchungsergebnis mit. „Ich bin mir ziemlich sicher, dass du schwanger bist, Anna. Bei deinen Schmerzen handelt es sich mit hoher Wahrscheinlichkeit um Geburtswehen.“

Abrupt, nahezu panisch, richtete sie sich auf. Ihr Blick war dabei jetzt beschämt nach unten gerichtet. „Das ist nicht wahr. Bitte sagen Sie mir, dass es einen anderen Grund für meine Schmerzen gibt. Ich hatte doch nur zweimal ...“ Sie war plötzlich gespenstisch bleich, ihre Stimme zitterte und ihre Augen füllten sich mit Tränen der Verzweiflung.

„Möchtest du ein Glas Wasser? Ich werde dir etwas zu trinken besorgen und im Anschluss nachschauen, ob wir die Herztöne deines Kindes hören können.“

Ich verließ für einen Moment das Zimmer und kehrte mit einem Glas Mineralwasser und dem CTG-Gerät zur Beurteilung der kindlichen Herztöne zurück. Kurz darauf hörten wir dann zum ersten Mal den Herzschlag des Babys. Anna begann zu weinen.

Nun kam auch die Gynäkologin in den Kreißsaal. Nachdem sich Anna wieder etwas gefangen hatte, brachte ich meine Kollegin auf den aktuellen Stand. Anna bekam erneut eine kräftige Wehe. Intuitiv atmete sie tief in ihren Bauch und fand Halt an einem Seil über ihr, welches an einem Deckenhaken befestigt war.

Ihr Schmerz ließ allmählich nach. Die Ärztin begrüßte sie freundlich und erklärte den weiteren Ablauf: „Wir möchten gerne noch eine Ultraschalluntersuchung und eine Tastuntersuchung des Muttermundes durchführen. Es sieht ganz danach aus, als seist du bereits unter der Geburt.“

„Oh, mein Gott! Was soll ich jetzt tun, und wie kann ich das nur alles meiner Mutter beibringen? Sie hat eigentlich schon genug eigene Probleme am Hals seit der Scheidung von Papa.“

Ich konnte spüren, wie sehr die Entwicklung der Situation Anna emotional forderte und ihr kaum die Möglichkeit ließ, sich zu sammeln und wirklich zu begreifen, was gerade vor sich ging.

„Bitte mach dir nicht zu viele Gedanken. Das erste Gespräch mit deiner Mutter können wir übernehmen. Du solltest versu-

chen, dich erst mal auf dich selbst zu konzentrieren. Die nächsten Stunden werden ohnehin anstrengend genug werden.“ Ich versuchte sie zu beruhigen und ihr Mut zuzusprechen. „Wir haben ausreichend Zeit, zu entscheiden, was nach der Geburt passieren wird. Heutzutage gibt es etliche Hilfsangebote für junge Mütter. Du wirst also mit deinen Sorgen nicht allein gelassen. Auch für den Fall, dass du keine Möglichkeit sehen solltest, dein Baby zu behalten, kannst du mit ausreichend Unterstützung rechnen. Wir sollten zunächst die notwendigen Untersuchungen abschließen und dann gehen wir einfach einen Schritt nach dem anderen.“

Die Ultraschalluntersuchung zeigte ein gut entwickeltes Baby, dessen Maße ungefähr der 38. Schwangerschaftswoche entsprachen. Letztendlich stimmte dieses Ergebnis auch mit unserer Berechnung überein. Der Muttermund war knapp zwei Zentimeter weit geöffnet.

„Ich werde nun erst einmal deine Freundin nach Hause schicken. Du kannst ihr später ganz in Ruhe berichten, sobald du dir selbst darüber klar geworden bist, wie es für euch weitergeht. Anschließend werde ich mich erkundigen, ob deine Mutter schon in der Klinik eingetroffen ist, und auch mit ihr sprechen. Ist das für dich in Ordnung?“

Anna stimmte meinen Vorschlägen erleichtert zu. Ich informierte ihre Freundin, dass wir noch einige Untersuchungen durchführen müssten und Anna sich zeitnah bei ihr melden werde. Durch einen anschließenden Anruf in der Notaufnahme erfuhr ich, dass die Mutter soeben eingetroffen war. Es folgte ein langes, bewegendes Gespräch mit ihr, welches deutlich die Selbstvorwürfe der Mutter erkennen ließ. Sie wirkte bestürzt und ebenso verunsichert. Auch wir waren überrascht, dass sie während der vergangenen Wochen nicht den leisesten Verdacht geschöpft hatte.

„Ich habe sie in der letzten Zeit häufig gefragt, ob etwas mit ihr nicht stimme. Sie kam mir seltsam vor, oftmals in sich gekehrt

und gar nicht mehr fröhlich. Sie hat aber immer nur gesagt, dass der Schulstress sie belaste. Ich wusste bis heute nicht einmal, dass sie einen Freund hatte.“ Sie wirkte traurig und mir tat es leid, dass kein Vertrauter an ihrer Seite war, um ihr in diesem Augenblick Halt zu geben. „Ich habe einfach immer viel zu wenig Zeit für sie. Hat sie selbst denn auch nichts von ihrer Schwangerschaft geahnt? Das kann doch eigentlich gar nicht sein. Sie muss doch Kindsbewegungen gespürt haben.“

„Wir denken, dass sie zumindest befürchtet haben muss, schwanger zu sein. Vielleicht wollte sie Ihnen, solange es irgend ging, die Sorgen ersparen. Sie sagte, dass Sie momentan ohnehin ziemlich belastet seien. Es gibt aber das Phänomen der Schwangerschaftsverdrängung tatsächlich. Äußerlich sieht man Ihrer Tochter ihren Zustand ja auch kaum an.“

Frau Reimers war blass und in ihre Gedanken versunken.

„Es wäre jetzt sicherlich hilfreich, wenn Sie Anna bei ihrer Entbindung begleiteten und versuchten, ihr möglichst wenig Vorwürfe zu machen. Danach werden wir alle gemeinsam weitersehen. Könnten Sie das schaffen?“

Die Mutter wischte sich die Tränen mit ihrem Handrücken fort und befeuchtete ihr Gesicht am Waschbecken mit kühlem Wasser.

„Sie ist meine Tochter. Ich werde sie jetzt sicherlich nicht noch einmal allein lassen. Das habe ich offensichtlich schon viel zu lange getan.“ Ihre Stimme klang nun fest und entschlossen. Ich führte sie in den Kreißsaal. Unsicher sahen sich Mutter und Tochter in die Augen und ich verließ zügig den Raum, um ihnen Zeit zu zweit zu geben.

Als ich später zurückkehrte, saß Anna mit ihrer Mutter auf dem Entbindungsbett. Ich konnte deutlich erkennen, dass beide geweint hatten, doch sie wirkten erleichtert und einander zugewandt.

„Geht es Ihnen ein wenig besser?“

Frau Reimers streichelte liebevoll die Hand ihrer Tochter. Dann sagte sie mit ruhiger Stimme: „Wir werden jetzt alles dafür tun, dass wir die anstehende Geburt meistern. Über die Zukunft machen wir uns später Gedanken.“

„Hast du eigentlich noch Kontakt zu dem Vater deines Kindes?“, wollte ich wissen.

„Er geht auf meine Schule und ist eine Klasse über mir. Ich war mit Nick aber eigentlich nie wirklich zusammen. Er wird nicht begeistert sein, zu erfahren, dass er Papa wird.“ Sie seufzte. „Aber daran denke ich jetzt erst einmal nicht.“

Die Entbindung verlief unkompliziert. Die werdende Großmutter unterstützte ihre Tochter tatkräftig und wich, mit der Ausnahme einiger kurzer Toilettengänge, nicht mehr von ihrer Seite. Nach zehn Stunden brachte Anna eine kleine, gesunde Tochter zur Welt.

Ich musste die eigentliche Geburt damals leider an die Kollegin des Nachtdienstes abgeben, besuchte Anna aber während meines nächsten Dienstes auf unserer Wochenstation. Hier wurden sie und ihr Kind noch einige Tage lang versorgt und Anna konnte sich unter fachkundiger Aufsicht langsam an ihre neue Rolle als Mutter gewöhnen. Es freute mich, dass sie sich dazu entschlossen hatte, ihr Baby zu behalten.

Anna saß in ihrem Bett. Ihre kleine Tochter lag in eine kleine Wolldecke eingewickelt in ihren Armen. Glücklicherweise lächelte sie mich an. „Sie ist ziemlich süß, oder?“

„Oh ja, das ist sie. Sie sieht dir ähnlich. Ich habe gehört, wie tapfer du warst.“ Anerkennend zwinkerte ich ihr zu.

„Es tat höllisch weh. Aber das ist ja jetzt zum Glück vorbei.“ Zärtlich streichelte sie ihr Baby. „Mama hat mir sehr geholfen. Ich war froh, dass sie bei mir war.“

Ich warf einen Blick auf das rosafarbene Namensbändchen des Kindes.



„Jule, das ist ein sehr schöner Name.“

„Danke ... Auch für Ihre Hilfe.“

Ich nahm in dem Besuchersessel neben Annas Bett Platz. Sie berichtete mir, dass ein erstes Gespräch mit dem Jugendamt bereits stattgefunden habe. Ihre Mutter würde die Vormundschaft für ihr Kind übernehmen, bis sie selbst volljährig sei.

„Alle haben so toll reagiert. Mama hat sich für die nächsten Wochen Urlaub genommen, um mir mit dem Baby zu helfen, und auch Oma war regelrecht begeistert, jetzt unerwartet so jung Urgroßmutter zu sein.“ Sie schmunzelte. „Meine Klassenlehrerin weiß übrigens auch Bescheid und ist zum Glück ziemlich optimistisch, dass ich die Schule trotzdem beenden kann.“

„Hast du mit dem Vater von Jule gesprochen?“

„Ja, Nick weiß seit gestern von seiner Tochter. Er war ehrlich gesagt ziemlich fertig. Vielleicht kann er sich aber ja irgendwann doch noch freuen. Falls nicht, schaffen wir es auch ohne ihn.“

Die Worte sprudelten nur so aus Anna heraus und neben ihrer spürbaren Freude zeigte sich, dass die Lüftung des lang gehegten Geheimnisses ein befreites Gefühl in ihr hervorgerufen hatte.

In den folgenden Wochen wurde Anna von einer sehr netten Nachsorgehebamme begleitet. Ihre Familie kümmerte sich liebevoll um sie und auch das Jugendamt stand ihr mit hilfreichem Rat zur Seite.

Anna besuchte uns ein gutes Jahr später noch einmal im Kreißaal. Sie hatte zu diesem Zeitpunkt ihre Schulausbildung wieder aufgenommen und Jule konnte bereits einige Schritte laufen. Laut ihrer Mutter war sie ein fröhliches, völlig unkompliziertes Kind. Anna erzählte, dass Nick gelegentlich bei ihr vorbeischaue, sich jedoch anders als seine Eltern nur wenig in Jules Erziehung einbringe.

Während unseres Gesprächs entdeckte das kleine Mädchen den großen Pezziball in der Ecke des Flurs. Es lief auf ihn zu

und klopfte mit seinen kleinen Händchen lautstark auf ihm herum.

„Komm, Mäuschen! Wir gehen besser schnell wieder, bevor du hier noch alle Schwangeren und Hebammen in den Wahnsinn treibst.“ Anna schnappte sich ihre Tochter und kitzelte sie liebevoll mit ihrer Nase unter dem Kinn, bis Jules fröhlich-quietschendes Kinderlachen erklang.

Das Mädchen von damals war plötzlich erwachsen geworden und ganz offensichtlich auch eine verantwortungsbewusste, liebende Mutter.



*Es war das erste Mal, dass ich eine Schwangerschaftsverdrängung bis zum Entbindungstermin erlebte. Ich war damals davon begeistert, wie Anna und ihre Mutter mit dieser belastenden Situation umgingen, nach dem ersten Schock zusammenrückten und die mutige Entscheidung trafen, das Baby mit vereinten Kräften großzuziehen.*

*Die Zahl minderjähriger Mütter sinkt in Deutschland immer weiter ab. Laut dem Statistischen Bundesamt waren bereits im Jahr 2017 nur noch 0,5 Prozent der Frauen zum Zeitpunkt ihrer Entbindung unter achtzehn Jahren. In diesem jungen Alter stellt die Mutterrolle zweifelsfrei eine erhebliche Herausforderung für die betroffenen Frauen dar. Eine gute Unterstützung ist für sie besonders wichtig, damit sie und ihre Kinder in eine positive Zukunft blicken dürfen. Ich war froh, dass Anna Liebe und Verständnis von ihrer Mutter erfuhr, denn die Fürsorge vonseiten des Kindsvaters war ihr zum damaligen Zeitpunkt nicht sicher.*

*Heutzutage gibt es zahlreiche Beratungsstellen und Informationsmöglichkeiten für junge Mütter. Die Internetseite „Jung und Schwanger“ der Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung fasst die*

unterschiedlichen Hilfsangebote für sie zusammen. Ebenso finden ratsuchende Mütter hier Kontaktdaten wohnortsnaher Hilfseinrichtungen. Zu ihren möglichen Anlaufstellen gehören unter anderem das Jugendamt, die Caritas, das Deutsche Rote Kreuz und die Diakonie.

Gerade junge Mütter haben aufgrund ihrer Unerfahrenheit viele Ängste und Sorgen und benötigen zuverlässigen Rat und Begleitung. In den meisten Fällen ist die Inanspruchnahme einer Familienhebamme sinnvoll. Diese kann schon während der Schwangerschaft hilfreich zur Seite stehen und die junge Mutter nicht nur in den ersten zwölf Lebenswochen, wie es normalerweise der Fall ist, sondern bis zum ersten Geburtstag ihres Kindes besuchen. Die Kosten für eine Familienhebamme werden vom Jugendamt, der Gemeinde oder dem Sozialamt übernommen.

Für minderjährige Mütter gibt es verschiedene geförderte Wohnmodelle. Sind Eltern, anders als Annas Mutter, nicht dazu bereit oder in der Lage, ihrem Kind mit dem Enkelkind Wohnraum zur Verfügung zu stellen, können diese Frauen in der Regel in einer Mutter-Kind-Einrichtung unterkommen.

Der Einsatz eines Vormundes, so wie in Annas Fall, ist gesetzlich vorgeschrieben und dient der Kontrolle wesentlicher Entscheidungen zugunsten des Kindeswohls. Auch das Jugendamt selbst kann Vormund sein, sollte sich innerhalb der Familie niemand für diese Aufgabe finden.

Unterhalt für ihr Kind erhält die Mutter vom Vater des Kindes oder, bei dessen Zahlungsunfähigkeit, vom Jugendamt in Form eines Vorsschusses.

Der Mutterschutz und die Elternzeit gelten auch für minderjährige Mütter. Schülerinnen haben zwar keinen Anspruch auf eine Elternzeit, können jedoch die Befreiung von ihrer Schulpflicht erwirken, sollte kein Angehöriger die Betreuung ihres Kindes übernehmen können. Interessant und hilfreich zu wissen ist sicherlich auch, dass seit 2009 auch Großeltern die Möglichkeit geboten wird, eine „Großelternzeit“

zu beantragen, wenn ihre Kinder minderjährig sind oder während ihrer Schul- beziehungsweise Ausbildungszeit ein Kind bekommen.

Geschichten wie die von Anna zeigen, wie wichtig es im Leben ist, in schwierigen Situationen die Fürsorge und Unterstützung anderer Menschen zu erfahren. Sie können helfen, an den eigenen Herausforderungen zu wachsen und davor schützen, voreilig aufzugeben und später mit falschen Entscheidungen leben zu müssen.

Die zahlreichen Hilfsangebote erleichtern es jungen Frauen heute, sich für ihr Kind entscheiden zu können, ohne dabei die eigenen Lebensplanungen vollständig verwerfen zu müssen. Häufig sind es ihre eigenen Mütter, die ihnen Kraft spenden, sie ermutigen und die ihnen vermitteln, dass sie selbst dazu in der Lage sind, eine gute Mutter werden zu können.



## Liebe meines Lebens

Sanft streichelte sie über die Wange ihres Ehemannes und zog mit dem Kamm einen geraden Scheitel in sein schneeweißes Haar. „Jetzt werde ich dich noch rasieren, damit du besonders gut aussiehst für deinen Besuch am Nachmittag. Unsere Tochter hat sich für heute angekündigt, mein Schatz.“ Liebevoll verteilte sie den Rasierschaum auf der Haut seines Gesichts und entfernte mit dem Rasierer die kurzen Bartstoppeln von der noch erstaunlich glatten Haut.

Jeden Tag kam Frau Engels auf die Palliativstation, um ihren Mann, der nun schon seit fast zwei Wochen Patient dort war, zu besuchen und ihm Gesellschaft zu leisten. Sie wachte täglich von frühmorgens bis in die tiefen Abendstunden an seinem Bett und überließ dabei nur äußerst ungern seine Pflege einer anderen Person als sich selbst.

Sie lächelte zaghaft, als ich das Zimmer betrat, um das Frühstückstablett wieder einzusammeln: „Er hat kaum etwas gegessen. Selbst das weiche Frühstücksei hat er heute verschmägt.“

Sie schaute besorgt und reichte mir den nahezu unangetasteten Teller ihres Ehemannes.

„Möchten Sie nicht ein wenig davon essen?“, fragte ich sie. „Sie haben doch sicherlich heute noch keine Zeit für Ihr eigenes Frühstück gefunden?“ Ich war davon überzeugt, dass ich mit meiner Vermutung richtig lag.

Die alte Dame sah zunehmend erschöpft aus und schien immer häufiger zu vergessen, sich auch um ihre eigenen Bedürfnisse zu kümmern. Zwar konnte ich erkennen, dass sie sich vor jedem ihrer Besuche große Mühe gab, sich hübsch herzurichten, jedoch

wurde deutlich, wie sehr die letzten Wochen körperlich an ihr gezehrt hatten.

„Nein, vielen Dank. Ich habe kaum noch Appetit. Es bereitet mir auch keinerlei Freude, allein zu essen.“

Sie wandte sich wieder ihrem Mann zu und beendete die Rasur. Anschließend schüttelte sie sein Kopfkissen auf und versuchte ihn möglichst bequem darauf zu betten. Er sah sie zufrieden an und schenkte ihr ein dankbares Lächeln. Frau Engels beugte sich über sein Gesicht und küsste zärtlich seine Wange.

Wie schaffte man es, diese tiefen Gefühle füreinander über die vielen Jahre aufrechtzuerhalten? Sicherlich war es eins der größten Geschenke, einen Partner zu haben, den man ein Leben lang lieben konnte und dessen Zuneigung man sich in gleicher Weise sicher war.

Nahezu alle Patienten, mit denen ich mich an ihrem Lebensende unterhielt, hatten erkannt, dass es die geliebten Menschen und die schönen Momente mit ihnen waren, die ihrem Leben Qualität verliehen hatten. Wie schwer musste es wohl für Frau Engels sein, ihren wichtigsten Menschen bald verlieren zu müssen?

Ich verließ mit dem Tablett in meiner Hand das Zimmer und schloss leise die Tür hinter mir. Ein wenig war ich überrascht, wie sehr es mich selbst berührte, diese Zuneigung zweier Menschen zu erleben, die durch ein langes gemeinsames Leben so unvergleichlich vertraut miteinander waren.

Einige Stunden vergingen. Dann verließ auch Frau Engels das Zimmer ihres Mannes. „Ich möchte kurz nach Hause gehen, um dort nach dem Rechten zu schauen. Pünktlich zum Mittagessen werde ich aber zurück sein und dann auch meine Tochter mit in die Klinik bringen. Bitte schauen Sie doch gelegentlich bei meinem Mann vorbei. Er war heute deutlich stiller und schwächer als gestern noch. Ich Sorge mich wirklich sehr um ihn.“

„Möchten Sie sich, bevor Sie gehen, vielleicht kurz setzen und eine Tasse Tee mit mir trinken?“

Frau Engels zögerte und warf einen flüchtigen Blick auf ihre Armbanduhr. Schließlich nahm sie neben mir in einem der Besuchersessel Platz.

„Wie lange kennen Sie und Ihr Mann sich eigentlich?“, fragte ich neugierig.

„Wir sind seit fast achtundsechzig Jahren verheiratet. Kennengelernt haben wir uns sogar bereits vor siebzig Jahren. Wir trafen uns bei einer Veranstaltung unserer Universität. Es war tatsächlich Liebe auf den ersten Blick. Auch damals war er schon ein stattlicher und gut aussehender Mann, so wie heute.“

Frau Engels lächelte verschmitzt.

„Es stellte sich aber bald heraus, dass er aus einer protestantischen Familie stammte. Ich ahnte, dass dieser Umstand für mich als Tochter streng katholischer Eltern unangenehmen Ärger bedeuten könnte. Zumindest stand es außer Frage, dass eine derartige Verbindung schwierig sein würde. Doch dieser Mann mit den wunderschönen blauen Augen und dem Benehmen eines echten Gentlemans ließ mich gedanklich nicht mehr los. Zunächst verabredeten wir uns nur heimlich, doch letztendlich vertraute ich mich meiner Mutter an. Es dauerte einige Zeit, bis unsere Elternhäuser den anfänglichen Widerstand aufgaben und einsahen, dass unsere Liebe viel zu stark war, um sie noch verhindern zu können.“

Mit leicht zittriger Stimme fuhr sie fort: „Wir haben immer alles gemeinsam gemacht. Wir teilten nicht nur die schönen Dinge des Lebens, sondern gaben uns ebenso in den schweren Zeiten gegenseitig Halt und Trost. Das letzte Jahr war sehr hart für uns beide. Im Sommer ist unser Sohn nach einem tapferen Kampf seinem Krebsleiden erlegen. Wir haben dieses große Unglück nur deshalb überstehen können, weil wir uns hatten. Jetzt aber muss

ich bald lernen, meinen letzten Weg allein zu gehen. Ich weiß ehrlich gesagt nicht, wie mir das gelingen soll.“

Ich spürte, wie sehr Frau Engels mit ihren eigenen Tränen kämpfte, und nahm behutsam ihre Hand.

„Ich finde es schön, wie sehr Sie für Ihren Mann da sind. Sie kümmern sich wirklich rührend um ihn. Denken Sie aber auch etwas an Ihre eigenen Kräfte.“

Sie seufzte und senkte dabei ihren Blick.

„Ich würde ihn so gerne mit nach Hause nehmen und ihn in seiner gewohnten Umgebung versorgen. Doch in den vergangenen Wochen spürte ich immer mehr, dass ich ohne eigene Erholungsphasen körperlich einfach nicht mehr kann.“

„Glauben Sie mir, er schätzt es sehr, wie liebevoll Sie für ihn da sind. Ich denke aber auch, dass es ihn erleichtern könnte, wenn Sie selbst mehr Hilfe in Anspruch nähmen. Er weiß, wie belastend die Situation für Sie ohnehin ist, und er wird feststellen, dass Sie langsam an Ihre Grenzen stoßen.“

„Ich habe immer Angst, dass etwas passiert, wenn ich nicht bei ihm bin.“

„Ich kann Ihre Sorge gut verstehen. Letztendlich hat er aber mehr von Ihnen, wenn Sie mit Ihren eigenen Reserven haushalten und nicht irgendwann ganz ausfallen. Gehen Sie für ein paar Stunden nach Hause und ruhen Sie sich mal richtig aus. Ich verspreche Ihnen, dass ich regelmäßig nach Ihrem Mann sehen werde.“

Herr Engels schlief ruhig, als ich kurze Zeit darauf sein Zimmer betrat. Ich wollte es gerade wieder verlassen, da öffnete er seine Augen und forderte mich auf, neben seinem Bett Platz zu nehmen.

„Meine Frau mutet sich zu viel zu“, stellte er beunruhigt fest.

„Sie möchte nur für Sie da sein. Das ist ihr sehr wichtig.“

„Ich weiß. Uns beiden hat immer sehr daran gelegen, uns gegenseitig das Leben zu erleichtern. Wir hatten stets das Interesse



des anderen im Blick. Vielleicht war genau das der Grund für unsere glückliche Ehe. Heute ist nur noch sie dazu in der Lage, mich zu unterstützen. Ich kann im Gegenzug kaum etwas für sie tun. Das tut verdammt weh.“

Traurig schaute er auf das Hochzeitsfoto auf der Fensterbank, welches ihn als sportlichen jungen Mann zeigte. „Ich hoffe aber, dass ich ihr noch dabei helfen kann, langsam von mir loszulassen. Ich bin ihr unendlich dankbar, dass ich all die vielen Jahre der Mann an ihrer Seite sein durfte. Nun aber wäre es, denke ich, die beste Entscheidung, für meine letzten Tage in ein Hospiz zu gehen. Ich möchte, dass sie wieder zur Ruhe findet.“

Ich war gerührt von dieser selbstlosen Erkenntnis und konnte an Herrn Engels' Augen ablesen, dass er wirklich meinte, was er sagte. Seine Sorgen galten nicht mehr sich selbst und seiner Situation. Ihm war es am wichtigsten, dass seine Ehefrau einen Weg fand, mit dem Abschied von ihm zurechtzukommen, und dass sie sich selbst nicht überforderte.

Ich versprach ihm, seine Überlegung, in ein Hospiz zu wechseln, dem Stationspersonal mitzuteilen. Ich selbst befand diese Idee für gut, da Herr Engels dort noch intensiver betreut werden konnte. So hatte seine Frau vielleicht die Möglichkeit, sich mit einem besseren Gewissen von ihm zu verabschieden. Ich vermutete, dass die Schwestern seine Gedanken Frau Engels auch besser vermitteln konnten als er selbst.

Er sah mich erleichtert an. Dann öffnete er die Lade seines Nachttisches und griff nach einer kleinen, rechteckigen Pappschachtel. Sie war mit einem einfachen Gummiband verschlossen.

„Könnten Sie diese eventuell für mich öffnen? Ich habe so zitterige Hände.“ Ich nahm die Box entgegen und entfernte vorsichtig ihren Deckel. Zum Vorschein kam ein in schwarzes Leder eingebundenes Büchlein.

„Ist das ein Tagebuch?“ , fragte ich interessiert.

„Nein, nicht direkt. Ich habe hier nur die schönsten Momente meines Lebens festgehalten. Einige erst nachträglich, während der letzten Tage. Fast jeder von ihnen hat mit meiner Frau zu tun. Ich wollte ihr noch gerne etwas schenken und ihr zeigen, dass sie die große Liebe meines Lebens war. Dieses Buch wird sie hoffentlich an uns erinnern, wenn ich nicht mehr da bin.“

Ich war von seiner Idee, die so viel Liebe für seine Frau ausdrückte, gerührt und dachte plötzlich an mich und mein eigenes Leben. Ich war froh, dass es Menschen gab, mit denen auch ich Momente teilte, die in Erinnerung bleiben würden.

„Sie sind noch so jung. Darf ich Ihnen etwas mit auf den Weg geben?“, unterbrach Herr Engels meine Gedanken. Ich nickte und erwartete gespannt, was er mir sagen wollte.

„Versuchen Sie im Alltag immer auch die kleinen schönen Augenblicke wahrzunehmen und wertzuschätzen. Beginnen Sie damit möglichst früh, denn die Erinnerung an sie wird irgendwann Ihr größter Schatz sein.“

Ich sah in seine gütigen Augen und erahnte, dass dies für ihn der Schlüssel zu seinem erfüllten Leben gewesen war.

## Wo mir das Leben ganz nah ist

Als Hebamme und ehrenamtliche Sterbebegleiterin erlebt Miriam Steinhauer hautnah Geburt und Tod, die wohl extremsten Erfahrungen im Leben. Einfühlsam und authentisch erzählt sie von kleinen Wundern, großen Gefühlen und traurigen Momenten, die auch sie selbst sehr bewegt haben. Dabei wird deutlich, wie wichtig Anteilnahme und gegenseitige Fürsorge sind.

*„Am Ende ist es ein wenig so wie am Anfang des Lebens. Unsere Bedürfnisse sind klein und auf das Wesentliche beschränkt, doch wir brauchen andere Menschen, um sie zu stillen, da wir selbst dazu nicht in der Lage sind.“*

Miriam Steinhauer



Miriam Steinhauer arbeitet seit vielen Jahren als Hebamme und ist heute auch hingebungsvoll als ehrenamtliche Sterbebegleiterin tätig. Mit ihrem Mann und den drei Kindern lebt sie in Neuss.

**Brendow.**

[www.brendow-verlag.de](http://www.brendow-verlag.de)

ISBN 978-3-96140-209-0



9 783961 402090