

## Unter Mühen sollts du Kinder gebären Von der Vertreibung aus dem Paradies bis zur Geburt Jesu

### ¡Parirás con dolor y con el sudor de tu frente! ¿La expulsión del paraíso versus el nacimiento de Jesu Cristo?

Als Adam und Eva aus dem Paradies ausgestoßen wurden, wurde das Weib dazu verdammt, mit Mühen ihre Kinder zu gebären. Diese Verdammung ist uns gegenwärtig seit 2000 Jahren. Bis wann sollen wir diese Ursünde noch bezahlen? Diese Frage ist sehr wichtig, speziell wenn wir uns die selbe Bibel noch einmal vornehmen und die Weihnachtsgeschichte lesen. Ich erinnere kein Leiden während dieser Geburt, ja es ist sogar das zentrale Symbol der Liebesbotschaft.

Nun, bevor wir diese Frage beantworten, lasst uns die Bedeutung der Mühen und des Schmerzes bei der Geburt analysieren. Wir reden von der «Geburtsarbeit», weil den meisten Geburten viele Stunden intensive und rhythmische Wehen vorangehen. Die Arbeit ist ohne weiteres vergleichbar mit der eines Schweißarbeiters. Das Problem ist, dass wir heute in einer Gesellschaft leben, die alles, was Arbeit ist verdammt und das Nichtstun beglückwünscht. Es ist allerdings so, dass eine Gesellschaft, die nicht arbeitet, auch nicht funktioniert, und ein Mensch der nicht arbeitet auch nicht wächst, und ein Organ unseres Körpers, welches nicht arbeitet, verkümmert. Wir könnten also annehmen, dass die Arbeit ein wesentliches Element für jeden Menschen ist, und dass auch die Geburtsarbeit wesentlich für Mutter und Kind ist.

Die Geburtsarbeit, wie auch jede andere Arbeit, zeichnet sich durch Mühen und Schmerz aus. Genau wie ein Marathonläufer sein Ziel hat, so kommt er doch an einen Punkt an, wo der Schmerz und die Mühen ihn zum Zweifeln bringen. Doch der Wille ist stärker und so überwindet er seine Zweifel und geht dem Ziel entgegen. Die Belohnung ist immer sehr groß und meistens ist sie umso größer, je stärker der Aufwand ist.

Wir können beobachten, dass unsere Mutter Natur mit sehr viel Weisheit uns Menschen ein inneres Werkzeug geschenkt hat, mit dem wir mit unseren Schmerz ertragen können.

Zuerst ist es wichtig zu sehen, dass der Schmerz die Funktion eines Warnsignals übernimmt; ohne ihn würden die Frauen ihre Kinder irgendwo ohne Vorbereitung auf die Welt bringen, was für beide negativ wäre.

Zweitens kommen Mutter und Kind sich ganz nahe und fließen sozusagen ineinander, indem die Mutter ihr Kind bei diesem schwierigen Augenblick des «auf die Welt kommen» mit völliger Hingabe begleitet. Durch ihren Schmerz ist sie dem Schmerz des Kindes so nahe wie niemand anders.

Drittens kommt der Schmerz anfänglich nur langsam und seicht. Wenn sie vertraut und ruhig bleibt, wird im Blut das Adrenalin tief gehalten und Endorfine in Mengen ausgeschüttet. Diese Tatsache hilft der Frau in einen Trancezustand zu gelangen, in dem sie ihre Wehenschmerzen als rhythmisch, wichtig und überwindbar empfindet, obwohl sie objektiv immer intensiver, länger und schneller hintereinander sind. Wenn am Ende die Schmerzen und der Trancezustand am höchsten Punkte angekommen sind, wird die Adrenalinreserve ausgeschüttet, die der Frau die Kraft zum Herauspressen ihres Kindes gibt. Vom Instinkt geleitet nimmt sie ihr Kind in die Arme und legt es an ihren Busen. Das Adrenalin geht über die Plazenta auch in den Blutkreislauf des Kindes über und gibt diesem Energie, um die physischen Veränderungen des Anfangs zu meistern: das erste Atmen, die Umkehrung des Blutdruckes und die Abnabelung der Nabelschnur.

Wenn wir diesen Trancezustand unterbrechen, indem wir zum Beispiel mit der Frau reden, oder sie in einen kalten Raum

Quando Adán y Eva son expulsados del paraíso, la mujer es condenada a parir con dolor y con el sudor de su frente. Esta condena ha estado presente a lo largo de los 2000 años de historia del cristianismo. ¿Hay que seguir pagando el precio por el pecado original? La pregunta es válida, más aún analizando la misma biblia más adelante cuando relata el nacimiento de Jesu Cristo. No recuerdo ningún sufrimiento durante este parto, más bien es el símbolo central del mensaje de amor.

Pero antes de contestar esta pregunta, analizaremos los significados del dolor y del sudor durante el trabajo de parto. Decimos «trabajo de parto», porque la mayoría de los partos son antecedidos durante varias horas por una ardua labor con intensas y rítmicas contracciones uterinas. Este trabajo es comparable sin lugar a duda con el esfuerzo que realiza cualquier obrero de cargas pesadas. El problema es que actualmente vivimos en una sociedad occidental, en la cual se maldice cualquier trabajo y se bendice el ocio. Pero resulta que una sociedad en la cual no se trabaja no funciona, un ser humano que no trabaja se estanca, y un órgano funcional de nuestro cuerpo que no trabaja se atrofia. Podemos concluir entonces que el trabajo es un elemento esencial para todo ser humano y el trabajo de parto es esencial para toda madre y recién nacido.

El trabajo de parto como cualquier otro trabajo se manifiesta a través del sudor y el dolor. Igual que un ciclista que tiene su meta por delante, llegará al punto donde el dolor y el sudor lo hacen dudar en seguir adelante. Pero más puede la voluntad, por lo cual logra sobreponerse a sus dudas y avanzar hacia la meta deseada. La recompensa es muy grande; y generalmente es más grande mientras mayor haya sido el esfuerzo.

Ante esto podemos observar que la madre naturaleza ha pensado con gran sabiduría, proveyendo a los seres humanos de herramientas internas sumamente útiles para enfrentar el dolor.

Primero, el dolor cumple la función de señal de aviso, ya que sin este dolor las mujeres darían a luz en cualquier lugar y sin preparación previa, lo cual sería perjudicial para los dos.

Segundo resulta que madre e hijo se unen íntimamente en este instante tan difícil de la «llegada a este mundo». A través de su dolor ella acompaña el dolor del recién nacido como ningún otro ser.

Tercero, el dolor se inicia lentamente y con poca intensidad. Si la mujer tiene confianza está relajada, se mantiene la hormona Adrenalina en un nivel sérico mínimo y eleva a los neurotransmisores endorfinicos. Esto permite a la mujer entrar en un estado de trance en el cual percibe los dolores de manera rítmica necesaria y superable, aunque objetivamente son cada vez más frecuentes, intensos y duraderos. Cuando finalmente llega al punto culminante del dolor y del trance, el cuerpo descarga las reservas adrenergicas permitiéndole a la mujer realizar el esfuerzo de la expulsión. Ella, guiada por el instinto, levanta al bebé y lo pega contra su pecho. La Adrenalina también pasa la placenta y circula en la sangre del recién nacido, dándole la energía necesaria para realizar los cambios fisiológicos del inicio de la vida: la primera inhalación, el cambio de presiones arteriales y cardíacas, la independización de la madre a través del cordón umbilical.

Si interrumpimos el estado de trance de la parturienta, por ejemplo conversando con ella, o colocándola en un ambiente contraproducente con frío, luces intensas y mucho ruido, producimos un aumento de la Adrenalina al comienzo del trabajo de parto. Esta hormona en este momento exalta las dudas y los

mit viel Licht und Lärm legen, kommt ein Ausstoß von Adrenalin am Anfang der Geburtsarbeit. Dieses Hormon produziert in diesem Moment nur Zweifel und Angst. Die Folge ist, dass keine Endorfine ausgestoßen werden und die Muskeln sich anspannen, was wiederum zu einem verstärkten Schmerzempfinden führt. Der Schmerz wird immer intensiver und unerträglicher. So landet die Frau endlich in einem Kreislauf: mehr Spannung produziert mehr Schmerz und mehr Schmerz mehr Spannung.

Wir könnten denken, dass der Aufwand der Schwangerschaft und der ersten Geburtsstunden genug Arbeit gewesen sind, damit sie endlich die Belohnung, das Kind in Empfang nehmen darf. So sollte es gerechtfertigt sein, die Schmerzen mit ein wenig Betäubungsmittel zu beheben. Aber wir wissen alle, dass diese Betäubungsmittel nicht nur im Nervensystem der Mutter, sondern auch in dem des Kindes Erschlaffung produziert. Während es bei der Frau nur den Schmerz lindert, vermindert es bei dem Neugeborenen die funktionelle Kapazität, kommt also im Halbschlaf auf die Welt und hat weniger Energie, um die Veränderungen seines Körpers zu meistern.

Wir können so beschließen, dass die Epiduralanästhesie nur für die Patienten benutzt wird, die einen größeren Eingriff benötigen, aber nicht für alle, denn für die Schmerzen von Mutter und Kind, die so weise von der Mutter Natur ausgesucht wurden, gibt es die vom eigenen Körper produzierten schmerzlindernden Hormone, die auch von der selben Mutter Natur gegeben sind.

Vielleicht ist also die anfängliche Frage «Bis wann sollen wir diese Ursünde noch bezahlen?» falsch gestellt. Irgendjemand hat uns glauben lassen wollen, dass der Schmerz nur Leid bedeutet. Er hat nicht gemerkt, dass er ein großes Geschenk für den Menschen und für die Frau ist, ein Weg zur Verbesserung, zur Reifung und zur Glückseligkeit. Vielleicht ist gerade deswegen das leuchtendste Symbol der christlichen Liebe eine Geburt, das «Zur-Welt-Kommen» Jesus Christus in Bethlehem.

Dra. Angela Brocker

miedos. Como consecuencia no se segrega la Endorfina y los músculos se tensan, hecho que produce aumento de la percepción dolorosa. El dolor se hace cada vez más notorio y menos aguantable. Así la mujer entra en un círculo vicioso: más tensión produce más dolor, y más dolor produce más tensión.

Podríamos pensar que el esfuerzo del embarazo y de las primeras horas de trabajo de parto son suficientes para que la mujer merezca recibir en recompensa a su hijo. De tal manera se justifica el alivio de sus dolores de parto con un anestésico externo como la epidural. Pero sabemos que todos los anestésicos afectan no sólo el sistema nervioso de la parturienta, sino también el del recién nacido, produciendo sedación en ambos casos. Mientras que en la mujer sólo disminuye la sensación dolorosa, en el feto disminuye la capacidad funcional general, por lo cual nace medio dormido y tiene menos energía para realizar los cambios corporales necesarios.

Podemos concluir que la anestesia epidural sólo la usaremos para las parturientas que necesitan una intervención mayor, pero no de manera masiva. Para ayudar a la madre y al recién nacido en este dolor y este sudor, tan necesarios y tan sabiamente elegidos por la madre naturaleza, podemos trabajar con las hormonas anestésicas propias, también proporcionadas por la misma naturaleza.

Entonces, tal vez la pregunta inicial ¿Hay que seguir pagando el precio por el pecado original? estaba mal planteada. Alguien nos ha hecho creer que el dolor es algo malo y sólo significa sufrimiento. No nos hemos dado cuenta que es un gran regalo dado a los seres humanos y a la mujer, un camino hacia la superación, la madurez y la felicidad. Es, tal vez por lo mismo, que el símbolo más luminoso del amor cristiano es un parto, el nacimiento de Jesu Cristo en el establo de Belén.

Dra. Angela Brocker