

## **Oxytocin – unerlässlich für physiologische Geburten**

Vortrag von Kerstin Uvnäs Moberg am 30.10.2018 in Ede/NL

Notizen von Yvonne Piehler

Zum Hormon Oxytocin wurde viel geforscht. Dabei hat sich die schwedische Biochemikerin und Professorin der Physiologie Kerstin Uvnäs Moberg weltweit einen Namen gemacht. Sie ist eine Pionierin auf dem Gebiet der Frauengesundheit und hat als eine der ersten die psychologische und physiologische Wirkung von Oxytocin auf das Verhalten während der Geburt, beim Stillen und in der Menopause erforscht. Sie arbeitet seit mehr als 30 Jahren auf diesem Gebiet.

### **Wie Oxytocin während der Geburt wirkt**

Endogenes (körpereigenes) Oxytocin wird - angepasst an den Bedarf des jeweiligen Stadiums der Geburt - in hoher Konzentration stoßweise ins Blut abgegeben. Dort sorgt es im Zusammenspiel mit anderen Hormonen dafür, dass die Wehen für die Frau erträglich sind und die Erinnerung an den Geburtsschmerz weniger stark abgespeichert wird.

Oxytocin bewirkt die physiologische Anpassung der Mutter an die Geburtssituation. Dabei sinkt der Angst-Level. Interaktionsfähigkeit und Feinfühligkeit nehmen zu. Diese Fähigkeiten konnten bei stillenden Frauen noch 2 bis zu 6 Monate nach der Geburt nachgewiesen werden.

Nach der Geburt des Kindes erreicht die Oxytocinausschüttung ihren Höhepunkt. Während des Hautkontakts von Mutter und Kind zeigen sich vielfältige Wirkungen: Die Körpertemperatur von Mutter und Baby gleicht sich an. Die Bewegungen des Babys auf und an der Brust der Mutter aktivieren die Milchproduktion. Entzündungswerte sinken. Die Bindung zwischen Mama und Kind wird intensiver. Das Gehirn der Mutter verändert sich; sie stellt sich auf die Mutterschaft und deren Aufgaben ein.

### **Die Wirkungsweise von künstlichem Oxytocin**

Bei Geburtseinleitungen und durch Wehentropf mit künstlichem Oxytocin, kommt es zu mehr Schmerzen, weil Menge und Abgabe dem natürlichen Ablauf nicht entsprechen. Die Wehen werden schmerzhafter: Durch die Medikation wird eine Kontraktion der Muskeln erreicht. Aber die Kommunikation zwischen Uterus und Gehirn funktioniert nicht mehr, so dass die Ausschüttung der körpereigenen Schmerzmittelhormone (Endorphine) außer Kraft gesetzt ist.

Mit einer PDA, so fand Frau Moberg heraus, sind die ausgeschütteten Mengen natürlichen Oxytocins deutlich reduziert. Die Dauer der Geburt verlängert sich.

Die Forschung ergab, dass bei sekundären Kaiserschnitten (nach Einsetzen der Wehen) eine Oxytocingabe bei Hautkontakt nach der Geburt positiven Einfluss auf Mama und Baby hat. Die Werte bei einem primären/geplanten Kaiserschnitt (ohne vorherige Wehen, d.h. ohne dass der Körper hormonell auf die Geburt eingestellt ist) zeigen im Vergleich gravierende Nachteile. Hautkontakt und Saugen werden nicht mit einer Oxytocinausschüttung beantwortet. Es erfolgt auch keine geistig-seelische Anpassung der Frau an ihre Aufgaben als Mutter. Die Temperatur- und Blutdruckregulation bei MutterBaby ist schlechter. Die Bewegungshäufigkeit des Neugeborenen, die die Milchproduktion anregt, ist niedriger. Das führt zu Stillproblemen. Der Bindungsaufbau ist erschwert, die Wundheilung erfolgt langsamer.

Durch Infusion von künstlichem Oxytocin kann nach sekundärem Kaiserschnitt bei der fehlenden Anpassung im Gehirn der Mutter an die neue Lebenssituation möglicherweise nachgeholfen werden.

Unterstützung durch kompetente und achtsame GeburtsbegleiterInnen fördert die während der Geburt notwendige „Oxytocinblase“. Dadurch werden Geburt, Stillbeziehung und die Bindung zwischen Mutter und Kind erleichtert. Die Wundheilung wird verbessert. Wochenbettdepressionen treten seltener auf.

Wenn bei Müttern und ihren Kindern ein hoher Oxytocinspiegel vorgefunden wird, ist dieser Ausdruck ihrer Bindung. Kinder viel am Körper zu tragen und zu stillen hilft beim Bindungsaufbau. Dabei ist Hautkontakt ausschlaggebend. Kleidungsstücke oder Wickeltechniken wirken als Isolatoren, die die Oxytocinausschüttung verhindern bzw. stark mindern.

### **Weitere Wirkungen von Oxytocin**

Bei Hautkontakt bewirkt Oxytocin einen Bindungsaufbau. Darum wird es auch als „Liebeshormon“ und als „Hormon der Nähe“ bezeichnet. Es

- verstärkt alle visuellen, hörbaren, fühlbaren Eindrücke sowie Geruch und Geschmack. Alles, was ein Mensch unter Oxytocineinfluss erlebt, fühlt, riecht, hört, hat lebenslang Bedeutung.
- verstärkt die Speicherung von Eindrücken und unterstützt dadurch das Wiedererkennen bekannter Menschen/Situationen.
- stimuliert die Freisetzung von Hormonen, die Wohlbefinden auslösen, z.B. von Dopamin, Endorphinen und Serotonin.
- senkt den Stresslevel (HPA-Achse und sympathisches Nervensystem).
- verbindet Zeichen/Signale mit bestehenden Erinnerungen.

### **Langzeiteffekte**

- Oxytocin wirkt angstlösend.
- Es erhöht die Schmerzunempfindlichkeit ,
- wirkt entzündungshemmend,
- senkt den Blutdruck,
- senkt den Cortisolspiegel,
- erhöht den Tonus des Vagusnervs,
- verbessert die Lernfähigkeit,
- verbessert die Selbstregulation,
- erhöht die psychische Widerstandskraft (Resilienz) gegen Stress,
- verbessert die Wundheilung.

### **Fazit**

Oxytocin sorgt für eine gute soziale Interaktion zwischen Menschen, z.B. können nonverbale Äußerungen besser verstanden werden.

Angst und Depressionen treten seltener auf.

Das Wohlbefinden ist erhöht.

Das Selbstbild ist positiver,  
das Schmerzempfinden geringer.

Oxytocin fördert die Vertrauensbildung.

Es sorgt für Gewichtsabnahme,  
eine bessere Hypnotisierbarkeit,  
reduziert das Verlangen nach Alkohol  
und erhöht die sexuelle Erlebnisfähigkeit.