



Erholung für Kugel-Bäuche ...

„Haus an der Sonne“ – die einzige medizinische Vorsorgeeinrichtung ausschließlich für Schwangere

Paul ist geduldig. Er lässt sich ausziehen und waschen, abtrocknen und wickeln, drehen und hochheben, ohne

einen Mucks

von sich zu geben. Er nimmt es auch nicht übel, wenn manche Handgriffe der Baby-pflege noch nicht gleich auf Anhieb

sitzen ... Paul, die Babypuppe, ist im Dauereinsatz im „Haus an der Sonne“ in Bad Saarow, denn Tipps rund um die Baby-Pflege gehören genau so zum Programm der Schwangerenkur wie Arzt- oder Hebammensprechstunden, geburtsvorbereitende Kurse, Entspannungs- und Bewegungstherapie, Massagen oder Gesundheitsberatungen.

Das Haus am Ufer des Scharmützel-sees macht seinem Namen alle Ehre: warme Farben an den Wänden, die März-Sonne flutet durch große Fenster die Räume, bunte Blumensträuße stehen auf den Tischen. In einer

Couch-Ecke auf dem hellen Flur sitzen acht junge Frauen mit Baby-Bäuchen. Sie haben sich's bequem gemacht, die Füße hochgelegt, schwatzen und klappern mit den Stricknadeln. Blaue Wollschuhe für winzige Füßchen und bunte Decken entstehen.

Ruhe und Erholung in erster Linie dafür kommen werdende Mütter aus ganz Deutschland ins „Haus an der Sonne“. Denn das Kurangebot ausschließlich für Schwangere ist bundesweit einmalig, berichtet Leiterin Anke Müller. Den dreiwöchigen Aufenthalt beschreibt sie als „gesunde Mischung aus Belastung und Entspannung“. Im Mittelpunkt stehe die Vorsorge. Die dreiwöchige stationäre Vorsorgemaßnahme biete mit ihrer Vielseitigkeit und Intensität eine Wirksamkeit, die ambulant nicht erreicht werden könne.

Medizinische Untersuchungen werden angeboten oder veranlasst, jedoch nicht grundsätzlich in den Vordergrund gestellt. Die ärztliche Beratung sowie die Betreuung durch das medizinische Personal des Hauses verleihen den Kurgästen Sicherheit und Geborgenheit.

Auf der Tagesordnung steht eine breite Palette an Bewegungs- und Entspannungstherapien: Wassergymnas-

tik, Atem- und Haltungsschule, Yoga, Schwangerschaftsgymnastik oder progressive Muskelentspannung gehören beispielsweise dazu. Für die psychologische Betreuung sowie für die Beratung in sozialrechtlichen Aspekten ist gesorgt, ebenso für ganz persönliche Gespräche bei Bedarf. Physiotherapeutische Massagen sowie eine Reihe fakultativer Angebote runden das Angebot ab. Es bleibt aber auch genügend Zeit zur freien Verfügung und zum „einfach nur schwanger sein“ oder auch zum „Kreativ sein“. So werden von vielen Kurgästen kleine Dinge selbst gebastelt oder Gips-Bauch-Abdrücke angefertigt, gestaltet und mit nach Hause genommen.

„Unseren Gästen soll es nach dem Aufenthalt bei uns besser gehen“,

bringt es die Einrichtungs-Chefin auf den Punkt. „Und in den meisten Fällen gelingt es uns auch, dass die Frauen gestärkt abreisen.“



Leiterin Anke Müller

Der Weg dahin könne manchmal jedoch schwierig sein. Und sie erzählt von dem Teenager, verängstigt, mit der Schwangerschaft überfordert, weil selbst noch ein halbes Kind. Oder der energischen Karriere-Frau Mitte 30, der es wahnsinnig schwerfällt, einen Gang herunterzuschalten und zur Abwechslung einmal nichts zu tun. Und ja, es komme zwar selten, aber auch vor, dass Frauen ihren Aufenthalt abbrechen, weil sie

sich auf das Thema „Kur“ mental nicht einlassen können oder gar zu großes Heimweh verspüren.

Zwischen 17 und 45 Jahren sind die Gäste des „Haus an der Sonne“. Die Gründe, die für einen Kuraufenthalt sprechen, sind vielfältig, so Anke Müller. Seelische und körperliche Überforderung, Komplikationen in der Schwangerschaft wie Blutungen oder Hyperemeses, geringe Gewichtszunahme oder vorzeitige Wehentätigkeit gehören genauso dazu wie Adaptionsprobleme an die Schwangerschaft beispielsweise aufgrund des Alters der Frau, bei genetisch belasteter Anamnese oder nach einer früheren Fehlgeburt.

Einen „Ideal-Zeitpunkt“ für die Kur im „Haus an der Sonne“ gäbe es nicht. Den sollte die Frau nach ihren Befindlichkeiten einschätzen oder sich dazu von ihrem Arzt oder von vertrauten Menschen beraten lassen. Die Kur sollte jedoch bis zum Beginn des Mutterschutzes beendet sein, bei Zwillingen bis zur 28. Woche.

Viele Schwangere wüssten gar nicht, dass es derartige Kurangebote überhaupt gibt. Der Hinweis komme entweder von den Hebammen, der Schwangerenberatung oder den Gynäkologen. Letztere spielten dabei eine entscheidende Rolle, betont Frau Müller. Deshalb sei sie auch oft unterwegs, auf Gesundheitsmessen, Gynäkologen-Kongressen oder in Praxen, um auf das Angebot aufmerksam zu

machen. Denn, obwohl bundesweit einmalig, ein Selbstläufer sei das „Haus an der Sonne“ nicht.

Insgesamt 13 Mitarbeitende kümmern sich um maximal 24 Gäste, die in Einzelzimmern wohnen. Zum medizinischen Personal des Hauses gehören zwei Hebammen und drei Krankenschwestern. Die Anwesenheit einer medizinischen Fachkraft rund um die Uhr ist an jedem Tag abgesichert.

Weiterhin gehören zum Team die Verwaltungskraft, die Mitarbeiterinnen aus Küche und Hauswirtschaft, sowie ein Hausmeister, „der beinahe einzige Mann, den wir hier über die Woche dulden“, sagt die Chefin und lacht. „In der Woche genießen die Frauen nämlich eine besonders geschützte Atmosphäre ohne Besucher und können z.B. im Bademantel durch das Haus oder in den Bad- und Sauna-Bereich laufen.“ Dies würde von den Kurgästen sehr geschätzt. An den Wochenenden seien jedoch Partner oder Familienangehörige der Frauen gern als Besuch gesehen und könnten bei freier Kapazität auch im Haus übernachten.

Zweimal pro Woche kommt mit Dr. Hans Schlosser ein weiterer sehr wichtiger und gern gesehener Mann hinzu. Der langjährige ehemalige Chefarzt der Frauenklinik Bad Saarow ist der verantwortlich leitende Arzt der Vorsorgeeinrichtung. Er führt die Abschlussprechstunde durch, unter-

sucht die Neuankömmlinge und informiert die Frauen im Rahmen der gesundheitsberatenden Angebote des Hauses über die „Selbstuntersuchung der Brust“.

Und sollte es zwischendurch einmal einen Notfall geben, sei der engagierte Doktor selbstverständlich sofort zur Stelle. Denn es kam durchaus schon vor, dass es ein Baby besonders eilig hatte, auf die Welt zu kommen. Erst im vergangenen Jahr, erzählt Anke Müller, sei ein kleiner Junge während der Kur geboren worden. Er erblickte im nahe gelegenen Klinikum das Licht der Welt.

Seit über zehn Jahren gibt es die durch die Krankenkassen finanzierte Kur für Schwangere in Trägerschaft der Arbeiterwohlfahrt (AWO) nun schon in Bad Saarow. Fast von Anfang an dabei ist auch Schwester Susanne Ziehm. In ihrem ersten Leben sei sie Erzieherin gewesen, im zweiten Krankenschwester, erzählt sie, während sie Babypuppe Paul, die kleine Plastikwanne, Badetücher und Windeln zusammenräumt. „Und es macht immer noch Spaß, die Arbeit ist immer noch schön.“ Bekannte würden sie gelegentlich fragen, ob es ihr nicht langweilig werde. „Nein“, sagt sie dann. Und schüttelt auch jetzt ihren Kopf. „Jede Frau, die zu uns kommt, ist doch anders. Und jede Schwangerschaft ist es auch.“

Text und Fotos: Ute Leschner