

Frequently Asked Questions - FAQ

Hypnobirthing

Was ist Hypnobirthing?

Hypnobirthing ist eine Form der Gehirnbeeinflussung. Die gebärende Frau soll sich durch Autosuggestion, also eine Selbstbeeinflussung des Unterbewusstseins, in einen tiefen Entspannungszustand, eine Art Trance versetzen können.

Für wen eignet sich Hypnobirthing?

Prinzipiell kann Hypnobirthing eine Methode der Geburtsbegleitung im Rahmen von entspannungs- und schmerzbeeinflussenden Maßnahmen darstellen. Eine pauschale Empfehlung kann aufgrund der unterschiedlichsten Erwartungen an die Methode nicht gegeben werden. Jede Gebärende sollte das Verfahren mit der individuellen Erwartung abgleichen.

Ist Hypnobirthing mit einer Klinikgeburt vereinbar?

Hypnobirthing und Klinikgeburt müssen keinen Widerspruch darstellen. Empfehlenswert ist, dass die Gebärende sich im Vorgespräch mit dem Klinikteam bezüglich der Durchführung abstimmt.

Wieso ist Hypnobirthing so beliebt?

Die Methode trifft den Zeitgeist. In einer Welt, die häufig auf Leistung, Kontrolle und Selbstoptimierung setzt, wollen auch viele Schwangere gern alles richtig machen. Die Geburt wird heute für viele zu einem Ereignis stilisiert, bei dem absolut alles stimmen muss.

Welche positive Wirkung kann Hypnobirthing auf die Geburt haben?

Positive mentale Beeinflussung kann tatsächlich einen großen Einfluss haben und Ängste nehmen, wenn man dabei nicht zu dogmatisch vorgeht.

Kann Hypnobirthing den Schmerz lindern?

Diese Frage kann nicht pauschal beantwortet werden. Schmerzempfinden ist etwas sehr Subjektives. Da jede Frau den Geburtsschmerz unterschiedlich wahrnimmt, hat Hypnobirthing hier auch einen sehr individuellen Einfluss.

Gibt es wissenschaftliche Studien zu Hypnobirthing?

Es gibt so gut wie keine wissenschaftlichen Belege für den Erfolg von Hypnobirthing. Trotzdem verweisen Kursanbieter immer wieder auf die wenigen, aber positiven Studien, die aufgrund ihrer Größe und ihrer Fragestellung allerdings angezweifelt werden können.

Korrespondierender Fachvertreter:

Dr. Ansgar Römer
AGG-Sprecher
Sektion Integrative Medizin

Die Arbeitsgemeinschaft für Geburtshilfe und Pränatalmedizin in der Deutschen Gesellschaft für Gynäkologie und Geburtshilfe e.V. (AGG)

Die AGG e. V. ist eine selbständige Untergliederung der Deutschen Gesellschaft für Gynäkologie und Geburtshilfe. Sie verfolgt die Förderung der Wissenschaft und Forschung sowie der Aus- und Weiterbildung von Medizinerinnen in den Themen- und Aufgabenbereichen der Pränatal- und Geburtsmedizin und befasst sich mit allen klinischen, wissenschaftlichen und organisatorischen Anliegen auf diesem Gebiet.

Mehr Informationen: <https://www.ag-geburtshilfe.de/>

Pressekontakt

Sara Schönborn | Heiko Hohenhaus | Laura Schulze | Manuela Rank
Pressestelle Deutsche Gesellschaft für Gynäkologie und Geburtshilfe e. V.
Jägerstraße 58-60
10117 Berlin
Telefon: +49 (0)30-514 88 3333
E-Mail: presse@dggg.de
Internet: www.dggg.de

Die Deutsche Gesellschaft für Gynäkologie und Geburtshilfe e. V. (DGGG)

Die DGGG e. V. ist eine der großen wissenschaftlichen Fachgesellschaften in Deutschland. Sie hat sich der Stärkung der Fachgebiete der Frauenheilkunde und Geburtshilfe verschrieben und fördert das gesamte Fach und seine Subdisziplinen, um die Einheit des Faches Frauenheilkunde und Geburtshilfe weiter zu entwickeln. Als medizinische Fachgesellschaft engagiert sich die DGGG fortwährend für die Gesundheit von Frauen und vertritt die gesundheitlichen Bedürfnisse der Frau auch in diversen politischen Gremien.