

## Unabhängige Studien zur Wirksamkeit von Hypnose vor und während der Geburt

Mehrere wissenschaftliche Studien belegen die positive Wirkung einer Hypnose vor und während der Geburt. Es zeigt sich, dass

- die Geburtszeit bei Erstgebärenden verkürzt wird (1, 2)
- weniger Schmerzmittel verwendet werden (1)
- Mütter zufriedener mit dem Verlauf der Geburt sind (1)
- Babies in Steißlage häufiger in Kopflage drehen (3), sowie
- dass Entspannung dazu führt, dass das Baby bei vorzeitigen Wehen länger ausgetragen werden kann (4)

### Statistik des HypnoBirthing Institute (5)

Das HypnoBirthing Institute führt eine Statistik über die Geburten, welche mit der Methode HypnoBirthing vorbereitet wurden. Im Vergleich zu Geburten ohne diese Vorbereitung zeigen sich folgende Unterschiede:

- die Kaiserschnitttrate ist bei HypnoBirthing-Geburten deutlich geringer als bei herkömmlichen Geburten,
- während der Wehen waren wesentlich seltener medikamentöse Interventionen notwendig (Schmerzmittel, Wehenmittel etc.)

- die Wahrscheinlichkeit von Frühgeburten und niedrigem Geburtsgewicht ist deutlich geringer als bei herkömmlichen Geburten. So gut wie alle Mütter, die in dieser Statistik erfasst wurden, sagten aus, sie seien mit HypnoBirthing "zufrieden" oder "sehr zufrieden" und würden HypnoBirthing weiter empfehlen.

1 - Jenkins, M. W., Pritchard, M. H.; „Hypnosis: practical applications and theoretical considerations in normal labour“; British Journal of Obstetrics and Gynaecology, 1993, Vol. 100, 221-226

2 - Brann, L. R., Guzvica, S. A.; „Comparison of hypnosis with conventional relaxation for antenatal and intrapartum use: a feasibility study in general practice“; Journal of the Royal Collage of General Practitioners, 1987, Vol. 37, No. 303, 437-440

3 - Mehl, L. E.; „Hypnosis and conversion of the breech to the vertex presentation“; Archives of Family Medicine, 1994, Vol. 3, No. 10, 881-887

4 - Omer, Haim, Friedlander, Dov  
Palti, Zvi; „Hypnotic relaxation in the treatment of premature labor“  
Psychosomatic Medicine, 1986, Vol. 48, No. 5, 351-361

Quelle (1-4): MEG Uni Tübingen, Link: <http://www.meg-tuebingen.de/downloads/WAK-Hypnose-Studien%20Tabellarisch.pdf> (S.22-26)

5 - HBI, Kathie Dolce, 2010