

Nr. **250**
März 2024

Die Zeitschrift der
Schweizerischen Vereinigung
Ja zum Leben
AZB – 8730 Uznach

Ja zum Leben



Kinder sind das **Herz der Menschheit**

Neonatalogie

Neonatalogie heisst kurz gesagt medizinische Versorgung von Frühgeburten. Wenn ein Kind vor der 37. Schwangerschaftswoche zur Welt kommt, spricht man von Frühgeburt (auch etwa von Frühchen). In der Schweiz gibt es pro 8 Geburten rund eine Frühgeburt, Tendenz steigend. Die Fortschritte in der Neonatalogie haben dazu geführt, dass in den Perinatalzentren bereits Babys ab der 22./24. Schwangerschaftswoche eine Überlebenschance von 70 bis 85 % haben.

An der Front (sprich in den Perinatalzentren) müssen die Frühgeburten wann immer möglich zusammen mit den Eltern und gegebenenfalls Geschwistern rund um die Uhr betreut werden. Eine moderne apparative Ausstattung wird von speziell ausgebildeten Ärzten und dem Pflgeteam bedürfnisgerecht eingesetzt.

Dazu kommt eine weitere Front:

Zurzeit kämpfen zahlreiche Mitmenschen aus Graubünden und Glarus für den Erhalt der KIPS (Kinder-Intensiv-Pflege-Station, deren Bestandteil auch das Perinatalzentrum ist) in Chur. Es müsse gespart werden! Das würde heissen, dass schwerstkranke Kinder und Frühgeburten z. B. nach St. Gallen oder Zürich transportiert und dort

behandelt werden müssten. Wer kann sich wirklich vorstellen, was dies für die Familienmitglieder bedeutet, wo doch deren leibliche Nähe z.B. für das Gedeihen eines Frühchens unbedingt notwendig ist!

Beispiel:

Es geht auch ohne diese Front!

Glücklicherweise ist optimale Behandlung und Pflege von Frühgeburten auch in einer kleineren Kantonshauptstadt (33 400 Einwohner) vorhanden. Zentrale Lage ermöglicht den Angehörigen eine möglichst lange Präsenz beim Kind. Hautkontakt mit Mutter und Vater und das Hören ihrer Herztöne sind wesentliche Elemente, die dem Kind Sicherheit vermitteln und die Entwicklung fördern. Falls sich die Mutter für eine Ernährung mit Brustmilch entscheidet, benutzt sie möglichst regelmässig eine Milchpumpe, um den Milcheinschuss zu fördern. Das Kind wird alle drei Stunden mit Muttermilch versorgt. Nach und nach saugt das Kind selber genug, es kommt in eine Isolette, mit genügend warmer Umgebung, nicht nur auf Vaters und Mutters Brust. Dann wird gewickelt und werden weitere Bedürfnisse gestillt, bald wird die Magensonde überflüssig. Und dann darf das Baby zusammen mit der ganzen Familie nach Hause...



©AdobeStock

Impressum

Ja zum Leben ist eine interkonfessionelle und überparteiliche Vereinigung zum Schutze des ungeborenen Menschen und für die Hilfe an die werdende Mutter.

- Offizielles Organ der Schweizerischen Vereinigung Ja zum Leben, deutschsprachiger Teil
- Redaktionsadresse und Inserate: Ja zum Leben, Redaktion Postfach 37 5054 Kirchleerau-Moosleerau
- Abdruck erwünscht, aber nur mit Angabe der Quelle gestattet
- Abonnementspreis: jährlich Fr. 8.–
- Erscheint alle drei Monate
- Adressänderungen: an Sektionsadresse
- Gestaltung/Druck: www.jordibelp.ch
- Auflage: 40 000 Exemplare
- Die nächste Ausgabe des Bulletins Ja zum Leben erscheint Ende Juni 2024
- Redaktionsschluss: 10. Mai 2024
- www.ja-zum-leben.ch
- Titelbild: © AdobeStock

Unser regionales Hilfetelefon in Ihrer Nähe

Aargau.....	056 221 55 57
Basel.....	056 221 55 57
Bern.....	031 961 27 27
Freiburg.....	026 322 03 30
Genf.....	022 792 00 92
Glarus.....	079 521 41 50
Graubünden.....	071 352 27 27
Jura.....	032 422 26 26
Neuenburg.....	032 842 62 52
Oberwallis.....	027 923 40 40
Ostschweiz.....	071 352 27 27
Solothurn.....	032 622 50 92
Tessin.....	091 966 44 10
Wallis.....	027 322 12 02
Waadt.....	021 617 21 00
Zentralschweiz.....	041 370 00 10
Zürich.....	044 342 02 28
AGAPA.....	077 520 80 34

Deutsche Schweiz: Hotline Auskunfts- und Beratungsstelle für Menschen, die unter Missbrauch oder Schwangerschaftsverlust leiden.


Kaum zu glauben!

Und doch gibt es aus meiner Sicht Fälle mit einer weiteren Front: Wenn eine Mutter, die stillen könnte, sich für Kunstmilch entscheidet, obwohl das Stillen sehr wichtig wäre und die Kunstmilch kein vollwertiger Ersatz für die Muttermilch ist, weil die mütterlichen Antikörper fehlen. Doch das Baby erhält ausschliesslich Kunstmilch...

Und einmal mehr

Werden wir uns bewusst, dass wir als Lebensschützer auch weiterhin aufmerksam unsere Mitwelt verfolgen müssen, damit nicht mehr oder weniger oppositionslos lebensbedrohliche Verfahren kampflos eingeführt werden können. Umso mehr dürfen und müssen wir beten und hoffen, dass die göttliche Gnade viel Frucht bringen wird.

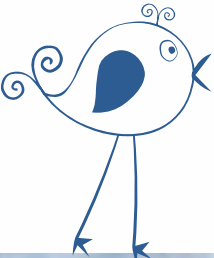
Heinz Hürzeler



Liebes Ja zum Leben Team

Erstmal möchte ich mich von Herzen bedanken, das es so eine tolle Stiftung gibt die uns Familien helfen die es Finanziel nicht so einfach haben. Hier mit Schicke ich Ihnen die Winterkleider zurück die ich von Ihnen für meine Tochter erhalten habe. Ich habe zusätzlich noch kleide dazu gelegt und ein 2 Packet mit kleider von meinen Zwilling Buben die Ihnen zu klein sind mit geschickt. Ich hoffe das einer Anderen Familie damit geholfen werden kann.

Mit freundlichen
Grüssen
Jasmin Graf



Vielen herzlichen Dank! Liebe Freunde und Wohltäter

Wir danken Ihnen für Ihre Spenden und Gaben, die Sie uns auch im letzten Jahr wiederum zukommen liessen, im Dienste der ungeborenen, auch behinderten Kinder.

Mit unserer Beratung, der Abgabe von Ausstattungsgegenständen für das Kind und auch finanziellen Beiträgen konnten Mütter und Kinder erleben, dass die Zukunft wieder heller werden kann.

Ihnen und Ihren Angehörigen wünschen wir von Herzen einen guten Start in den Frühling und eine segensreiche Zeit.

Ja zum Leben



Schutz des menschlichen Lebens von der Empfängnis bis zum natürlichen Tod schwindet



Die Angriffe auf das RECHT AUF LEBEN der Ungeborenen, der betagten Menschen, den Schutz des einzigartigen Wesens der Familie nehmen immer mehr zu. Was sind nun die verheerenden Folgen?

Demokratie, Freiheit und Menschenwürde

Ehe und Familie sind die vom Schöpfer gegebene Ordnung, aus denen menschliches Leben in Geborgenheit entsteht, heranreift und die Grundpfeiler für die Gesellschaft sind, so dass christliche Werte in unserer europäischen Gesellschaft uns zu Frieden und Wohlstand führen konnten. Es lohnt sich auch heute noch, an den bewährten verankerten Grundsätzen festzuhalten, die leider oft pauschal in Frage gestellt werden.

Gott hat den Menschen zu seinem Ebenbild geschaffen. Diese Würde zeichnet ihn vor allen anderen Geschöpfen aus. Liebe und Vergebung können die Wunden in Familie und

Gesellschaft heilen, sind auch die Grundlage für Glück und Wohlstand jedes Menschen.

Es ist unsere dringende Aufgabe, die Anerkennung der unantastbaren Würde des Menschen zu verteidigen! Respekt und Achtung vor den Mitmenschen sind nicht mehr selbstverständlich. Wovon wollen wir uns inskünftig noch leiten lassen?

Jeder Christ ist berufen, ProLife zu sein! Es muss uns doch ein grosses Anliegen sein, eine Kultur des Lebens aufzubauen! Mutter und Kind haben Anspruch auf besondere Fürsorge und Unterstützung (Art. 25.2 Allg. Erklärung der Menschenrechte von 1948)!

Abtreibung soll aus dem Strafgesetzbuch verschwinden?

Abtreibungen als verpflichtenden Lerninhalt im Medizinstudium verankern?

Wollen wir Ärzte, die gelernt haben, wie man ungeborene Kinder tötet? Damit

wird die Tötung einer bestimmten Menschengruppe legal. Für uns heisst das: Es gibt Menschen zweiter Klasse, über die man nicht sprechen darf und die dann auch keine Rechte haben!

Abtreibung löst keine Probleme – Mütter in Not brauchen unsere Hilfe und unsere Unterstützung

Wir erleben doch tagtäglich in unserer Hilfs- und Beratungsarbeit: ABTREIBUNG löst niemals die schwerwiegenden Konsequenzen. Unsere Hilfen sind weiterhin dringend notwendig und nehmen immer mehr zu.

Schuld – Schuldgefühle – Verlust des abgetriebenen Kindes

Die meisten Frauen und auch Männer leiden unter der Schuld, ihr Kind abgetrieben zu haben. Unsere Beratungsstelle konnte oft Frauen in grosser seelischer und psychischer Not konkrete, wertvolle Hilfe anbieten, auch Zusammenarbeit mit erfahrenen Fachstellen ,Psychotherapie und Psychologen.

Nichts davon bringt mir meine Kinder zurück!

Nachstehend ein eindrücklicher Bericht der international bekannten Pop-Sängerin Kaya Jones zu Ihrem immer noch seit Jahren grossen, seelisch-psychischen Leid, nach Ihrer Abtreibung mit 16 Jahren:

Die frühere Pop-Sängerin Kaya Jones bedauert Ihre Entscheidung sehr, als 16-Jährige ihr ungeborenes Kind abgetrieben zu haben. Jones, die mit der Band «The Pussycat Dolls» berühmt geworden war, hielt eine Rede beim «Walk for Life» in San Francisco:

«Egal wieviel Geld du hast oder wie berühmt du bist – nichts bringt mir meine Kinder zurück», bedauerte die 39-Jährige die sehr falschen Entscheidungen ihres Lebens. Weder riesige Erfolge ihrer



Wir setzen uns für das uneingeschränkte Lebensrecht jedes Menschen ein – ob geboren oder ungeboren, behindert oder nicht, krank oder gesund, alt oder jung. Gemeinsam schaffen wir eine Kultur des Lebens, damit die Bedeutung der Familie wieder ins öffentliche Bewusstsein rückt.





Ca. 11 Wochen alter Fötus, 4 bis 6 cm gross.

Band noch ein Grammy hätten ihr geholfen, über ihr Leid und ihre Trauer hinwegzukommen, gestand sie.

Schliesslich haben ihre Freunde begriffen, welches negative Vorbild sie für ihre jungen Fans sei, und sich intensiv mit ihrer Vergangenheit immer noch befasst:

«Nach einer Abtreibung bräuchten Frauen Empathie, da viele ein grosses Trauma haben. Wesentlich ist, dass man Gott um Vergebung bitte!

Es ist kein Witz. Es ist kein Spiel. Der Geist, von dem Gott mich befreit hat, von einem antichristlichen Geist» sagte sie. Jones rief dazu auf, für die Gegen-Demonstranten zu beten, da sie nicht erkennen könnten, wie schwerwiegend die Folgen einer Abtreibung sind.» «Wenn du ein Kind abtreibst, tötetest du ein Stück von Gott», mahnte Kaya Jones.

Ein Recht auf assistierten Suizid?

Der Begriff assistierter Suizid meint die Bereitstellung einer tödlichen Substanz für eine erwachsene Person, die bei Bewusstsein ist und sich diese selbst verabreicht. Das Schweizerische Strafgesetzbuch entkriminalisiert die Beihilfe zum Suizid weitgehend, was dazu geführt hat, dass unser Land zu einem beliebten Reiseziel für Menschen geworden ist, die ihrem Leben ein Ende setzen wollen. Viele Pfleger jedoch, die durch ihren Eid darauf verpflichtet sind, nicht zu töten, weigern sich, plötzlich zu «Giftmördern» zu

werden. Die Verantwortung für das Einleiten des Todes fällt dann auf Organisationen wie Dignitas und Exit zurück.

Das Schweizer Bundesgericht und der Europäische Gerichtshof für Menschenrechte (EGMR) vertreten den Standpunkt, dass jeder Mensch selbst bestimmen darf, wie und zu welchem Zeitpunkt er sein Leben beenden will. Diese Sichtweise ist mit der menschlichen Würde nicht vereinbar. Das Grundrecht auf Leben ist auch eine Wertentscheidung für das Leben, für eine lebensbejahende Gesellschaft, die hier entschieden Position bezieht.

Die vom Bundesgericht (und EGMR) vertretene Position widerspricht dem menschlichen Standpunkt, Natur und Würde und setzt der menschlichen Freiheit durch das Recht auf einen selbstbestimmten Tod ein Ende.

Die Rechtsauslegung der Gerichte widerspricht diametral dem ursprünglichen Gedanken der «Allgemeinen Erklärung der Menschenrechte (AEMR) und der «Europäischen Menschenrechtskonvention».

Die AEMR und EMRK gaben kurz nach dem Zweiten Weltkrieg eine klare Antwort auf die menschenverachtenden, Ideologien des Nationalismus und des Kommunismus. Keine Ideologie sollte fortan das Leben für ihre Zwecke missbrauchen. Doch wo stehen wir heute? Der Damm ist gebrochen und wenn ein

Damm bricht, dann fallen im Laufe der Zeit jegliche Grenzen.

Der assistierte Suizid bietet keine Lösung an, sondern den Tod.

Er verstärkt den Druck auf Betroffene, insbesondere, wenn die genannten Alternativen fehlen. Statt menschenwürdiger, zuwendender Versorgung bis ans Lebensende, statt Unterstützung, um aus ihrer Situation herauskommen zu können, wird ihnen eine absichtliche Verkürzung ihres Lebens angeboten. In der Folge wird der Druck auf Menschen in dieser Situation zunehmen.

Ein humaner Rechtsstaat muss jedoch alles dafür tun, wenn die Menschen sterben wollen und ihrem Leben selbst ein Ende setzen, dies durch die Unterstützung engagierter Angehöriger durch lebensbejahende Angebote und individuelle Hilfe zu verhindern.

Er darf keinesfalls irgendetwas tun, um die Tötung von Menschen zu billigen und zu fördern, was mit diesem Gesetz, wie auch immer es gestaltet wird, der Fall wäre.

Unsere Gebetsaktion für Mutter und Kind!

Das Gebet kann in aussichtslosen, oft schwierigen Situationen eine grosse Hilfe sein. Wir möchten, zusammen mit unseren lieben Freunden und Wohltätern, mit einer Gebetsaktion für den Schutz des Lebens und für Mütter in Not in oft schwierigen familiären Situationen beginnen. Es würde uns sehr freuen, wenn Sie unser grosses Anliegen mitunterstützen könnten. Vielen herzlichen Dank.

ProLife-Gebete

Du Schöpfer Geist:

- Komm in unsere chaotische Welt und führe sie zur Ordnung Gottes zurück, in der alles sehr gut war (Gen 1,31)
- Schütze alle Ungeborenen vor Ablehnung und Abtreibung.
- Erfülle die werdenden Eltern mit grosser Liebe zu ihrem ungeborenen Kind.
- Beschenke Mütter in Not mit deinen Gaben und sende ihnen Menschen, die ihnen beistehen.



- Erfülle uns mit Ehrfurcht vor dem göttlichen Geschenk des Lebens.
- Stoppe alle, die den Ungeborenen nach dem Leben trachten.
- Heile die Wunden jener Frauen, die abgetrieben haben. Schenke Vergebung und Heilung.
- Zerstöre alle Strukturen des Bösen, zu dessen unschuldigen Opfern so viele Ungeborene werden!
- JESUS, richte die Kultur des Lebens auf!
- Erleuchte alle Politiker damit sie Gesetze zum Schutz des Lebens von Anfang bis zum natürlichen Ende beschliessen.
- Bekehre alle Betreiber der Kultur des Todes, damit sie ProLife werden. Führe sie zur Umkehr und Busse, damit sie gerettet werden.
- Entflamme alle Christen auf der Welt mit heiligem Eifer für den Schutz der Ungeborenen. Mach sie zu Aposteln des Lebens.

– Erleuchte alle Gewissen, damit sie vorbereitet sind auf das zweite Kommen JESU CHRISTI, der bald kommt (Offb 22.20)!

Ehre sei dem Vater und dem Sohn und dem Heiligen Geist, wie im Anfang so auch jetzt und alle Zeit und in Ewigkeit. Amen!

Sie können in unserem Sekretariat gratis unsere Gebets-Flyer beziehen. Wir bedanken uns für Ihre Gebete und finanzielle Unterstützung.

Beten wir täglich für die Ungeborenen und ihre Eltern!

JESUS: «Was ihr einem meiner geringsten Brüdern und Schwestern getan habt, das habt ihr mir getan.» (vgl. Mt 28,40)

Gott erschafft jeden Menschen mit einem einzigartigen Lebensplan und will ihn glücklich machen, hier auf Erden und einst im Himmel.

*Pius Stössel, Ja zum Leben
Mütter in Not Ostschweiz*

Bestellung für den Flyer unserer **Gebetsaktion** gratis zum Verteilen:
Sekretariat Ja zum Leben Ostschweiz
Gasterstrasse 13, 8730 Uznach
Telefon: 055 280 39 52
E-Mail: jazumleben_ostschweiz@hotmail.com

Mutter lehnt Abtreibung ab

Trotz der Diagnose Down-Syndrom hat sich Martha Weigum für das Leben ihres ungeborenen Sohnes entschieden. Jetzt hat sie eine Hilfsorganisation für Mütter in dieser Situation gegründet.

Ein pränataler Test ergab eine Wahrscheinlichkeit von 99 Prozent für Down-Syndrom beim ungeborenen Sohn von Martha Weigum. Ihre Ärztin schilderte mögliche Schwierigkeiten während der Kindheit und Jugend und legte ihr eine Abtreibung nahe. Weigum lehnte ab. Ihr Sohn Nathan ist jetzt fünf Jahre alt. «Diese Kinder sind grossartig, sie sind unschuldige Kinder und jetzt habe ich auch eines», erinnerte sie sich in einem Interview an ihre damaligen Gedanken. Für sie war es keine Frage, dass sie ihren Sohn auf die Welt bringen würde. Gleichzeitig fasste sie den Entschluss, anderen Müttern zu helfen, die in die

gleiche Situation kommen. Sie gründete «Our Voice for the Voiceless» (dt. «Unsere Stimme für die Stimmlosen»).

Die Organisation soll im Oktober 2024 offiziell ihren Betrieb aufnehmen. Weigum möchte Informationsmaterial, Kurse, Beratung und Veranstaltungen für Mütter von Kindern mit Down-Syndrom anbieten. Sie hofft, dass sich eine Gruppe von Eltern mit behinderten Kindern bildet, die sich auch gegenseitig unterstützen kann. Seit der Gründung der Organisation 2021 ist sie mit anderen Eltern in Kontakt.

Immer wieder erzählen ihr Eltern von dem grossen Druck, den Ärzte oder Familienmitglieder in Richtung Abtreibung ausüben, sobald eine mögliche Behinderung eines Ungeborenen diagnostiziert wird. Sie wolle diesen Eltern zeigen, dass das Leben mit einem

behinderten Kind möglich ist, und ihnen Hoffnung vermitteln. Besonders wichtig seien die Informationen, die man kurz nach der Diagnose erhalte, betont sie. Leider würden oft die möglichen Schwierigkeiten in den Vordergrund gestellt. Sie wisse, wieviel Freude, Liebe und Frieden ein behindertes Kind in eine Familie bringen könne, und wolle das mit anderen teilen, sagt Weigum.

Kath.net



Lauter **bunte** Raupen

Martina berichtet, wie vielfältig das Leben mit ihrer Tochter Eva, die mit dem Down-Syndrom zur Welt kam, sein kann: «Wie soll ich mein Leben mit Eva beschreiben? Es ist alles andere als langweilig!»

«Als ich vor 21 Jahren Eva unter meinem Herzen trug, ahnte ich bereits, dass dieses Kind etwas ganz Besonderes ist. Die Familienplanung (wir hatten schon 3 Töchter) war bereits abgeschlossen; daher war die Überraschung über den positiven Schwangerschaftstest doch sehr gross. Und ich muss gestehen, mit meinen 42 Jahren war ich auch etwas besorgt über diese späte Schwangerschaft.

Nach einigen Untersuchungen bestand der dringende Verdacht auf ein Down-Syndrom beim Kind. Eine Fruchtwasseruntersuchung – zu der uns der behandelnde Facharzt dringend riet – lehnte ich jedoch ab, da weder für meinen Mann noch für mich eine Abtreibung (Kindstötung) in Frage gekommen wäre.

Seit Jahren hatte ich mich offen gegen die Abtreibung geäussert, hatte Frauen beraten, die ihr Kind abtreiben wollten. Wie hätte ich je wieder einer Frau den Wert des Lebens erklären können, wenn ich nicht zu meinem Kind (mit oder ohne Beeinträchtigung) stehen würde? In dieser Zeit habe ich viel gebetet.

Als Eva nach einer schnellen Geburt in meinen Armen lag, erkannte ich sofort – noch bevor das Ergebnis des Chromosomentests vorlag –, dass sie das Down-Syndrom hat. Enttäuschung, Trauer, Schmerz, Zweifel an der Liebe Gottes (wo ich doch so viel gebetet hatte!) erfüllte mich. In den ersten Tagen nach der Geburt weinte ich viel, während ich Eva im Arm hielt. Doch plötzlich erkannte ich: mein Kind spürt, was ich empfinde. Soll es nur Trauer

und Tränen sehen? Als wäre ein Schalter umgelegt worden, konnte ich nun Dankbarkeit empfinden für dieses so besondere Kind. Ich schämte mich nicht für sie und freute mich über jeden noch so kleinen Fortschritt.

«Das Gras wächst nicht schneller, wenn man daran zieht» – dieser Spruch wurde nun zu meinem Leitspruch. Eva lernte viel, nur eben langsamer als der Durchschnitt: mit 1 Jahr konnte sie sitzen, mit 2 Jahren konnte sie gehen.

Das Gras wächst nicht schneller, wenn man daran zieht.

Sie hat den Kindergarten und die Schule besucht, erhielt Frühförderung, Logopädie und Ergotherapie. Sie kann schwimmen, eislaufen, Ski fahren, Rad fahren, trainiert im Leichtathletikteam von Special Sport Tirol und nimmt regelmässig an nationalen Wettkämpfen teil. Sie hat einen grossen Freundeskreis und einen besonders lieben Freund Mathias. Sie fährt alleine mit dem Bus zur Arbeit, wo sie von ihren Arbeitskollegen geschätzt wird, weil sie pünktlich und verlässlich ist.

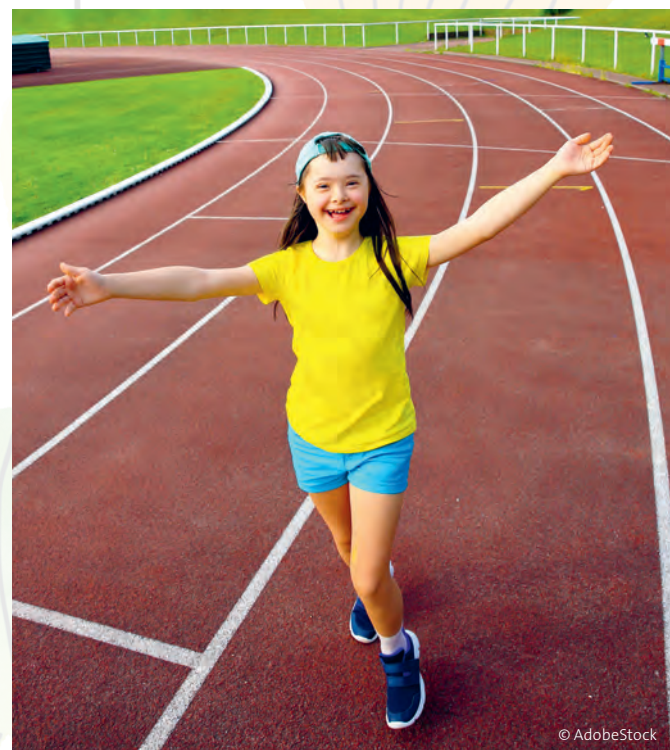
Freilich, bis sie alle diese Fertigkeiten erlernt hatte, war es ein langer Weg, der uns viel Zeit und Geduld abverlangt hat. Eva ist uns häufig ausgebüxt, die ganze Familie musste sie suchen. Sie führt auch heute noch gerne Selbstgespräche; sie hat viele bunte Raupen im Kopf und wir lachen oft mit ihr. Ihren Geburtstag plant sie akribisch. Selten ist sie verärgert, aber stur und zornig, wenn etwas anders als geplant verläuft. Aber ihr kindliches Gemüt hilft ihr rasch wieder fröhlich zu werden.

Mit Stress wird sie schwer fertig und ungeübte Situationen oder akute Änderungen überfordern sie. Sie braucht klare Grenzen und Vorgaben. Sie ist treu, liebt Musik und Tanz. Am Einschulungstag musizierten zwei Lehrer: Eva stand prompt auf, ging nach vorne und begann zu tanzen. Sie ist ein hervorragender Stimmungsbarometer und hat durch ihr offenes Wesen einen jahrelangen Familienzweist beendet.

Ich bin stolz auf «meine» Eva! Sie hat mir gezeigt, wie bunt das Leben ist. Viele Ängste, die ich hatte, als sie noch ein Kleinkind war, haben sich in Luft aufgelöst. Nicht umsonst werden Kinder mit Down-Syndrom als Sonnenschein-kinder bezeichnet. **Eva ist mein Sonnenschein.**

Ich wünsche allen Eltern, die ein Kind mit Down-Syndrom erwarten oder haben, viel Geduld. Es wird nie langweilig – Sie werden es **NICHT** bereuen!»

Lebe



© AdobeStock

Eva nimmt regelmässig an nationalen Leichtathletik-Wettkämpfen teil.

«Ich schaute dem Kind in die Augen und dachte: Oh mein Gott, ich habe ein Kind gerettet.»

USA: Legendärer Pro-Life-Aktivist Chris Slattery ist nun gestorben. – Er hat seit den 80er-Jahren vermutlich Zehntausende Kinder gerettet

Chris Slattery (Archivfoto) war in den 1980er-Jahren in New York, kurz nach der Legalisierung der Abtreibung, führend bei der Verteidigung des Lebens ungeborener Menschen. Darüber berichtet die polnische Website «Opoka», die von einer Stiftung der Polnischen Bischofskonferenz (KEP) finanziert und geleitet ist. Nun ist er gestorben.

Slattery hatte in den 80er-Jahren bemerkt, dass eine Frau, die er aus einer katholischen Sozialgruppe gekannt hatte, vor einem Wolkenkratzer stand und versuchte, mit den Frauen zu

sprechen, die in das Gebäude hineingingen. Auf seine Nachfrage erzählte ihm die Katholikin, dass in dem Hochhaus eine Abtreibungseinrichtung sei. Dies beschäftigte ihn und eines Morgens schloss er sich der engagierten Katholikin an. Es gelang ihm tatsächlich, eine 15-Jährige davon zu überzeugen, dass sie nicht abtreiben sollte. «Sechs Monate später hielt ich das Baby dieser 15-Jährigen in meinen Armen in ihrer Wohnung im Stadtteil Crown Heights in Brooklyn», erinnerte sich Slattery in einem Interview mit Aletheia, berichtet «Opoka» weiter. «Ich schaute dem Kind einfach in die Augen und dachte: «Oh mein Gott, ich habe ein Kind gerettet.» Diese Erfahrung habe ihn völlig verwandelt. Er habe gebetet: «Mein Gott, du kannst mich benutzen, um Kinder zu

retten. Wie soll ich weitermachen?» In späteren Jahren wurde er zum Gegner Nummer 1 der Abtreibungsindustrie und zu Abtreibungsbefürwortern, die ihre Lieblingsindustrie schützen wollten – Politiker wie die Generalstaatsanwälte des Staates New York, die Gouverneure des Staates New York und der Stadtrat von New York, die versuchten, sein Engagement zu stören.

Auf die Frage, wie viele Kinder seiner Meinung nach heute dank seiner Bemühungen am Leben seien, antwortete Chris Slattery, dass es sich um Zehntausende handeln müsste. «Ich habe ein einzigartiges Talent, Kinder vor dem Tod zu retten.» Chris Slattery starb am 22. November 2023. Er wurde 68 Jahre alt.

www.kath.net

Buch-Tipp

Leonie – Bis die Morgenröte kommt

Ein Roman, der sich nicht scheut, die «heissen Eisen» von Abtreibung bis Leihmutterschaft aufzugreifen und diese nicht moralisierend in eine lebensnahe Erzählung zu verpacken.

Der Roman ist grundsätzlich eine Liebesgeschichte. Leonie, die im Mittelpunkt steht, ist ein typisches Kind ihrer Zeit und verliebt sich in einen Christen. Ungefähr gleichzeitig hat sie einen One-Night-Stand mit einem anderen Mann und wird schwanger. Und hier setzt sozusagen der Pro-Life-Roman an. Was macht Leonie? Sie steht am Beginn ihrer Berufstätigkeit als Juristin und hat sich gerade in einen jungen Kinderarzt, der Christ ist, verliebt. Alles zeigt in eine andere Richtung, als jetzt Mutter zu werden. Von einem Mann, mit dem sie nur einen Abend getanzt hat und dann im Bett gelandet ist. Sie will abtreiben, beginnt aber durch die Geschichten

ihrer Grossmutter, ihrer Freundinnen und ihrer Mutter nachzudenken.

Ein einzigartiger Roman, der sich nicht scheut, die «heissen Eisen» von Abtreibung bis hin zu Leihmutterschaft, aber auch das Erbe einer sexuell befreiten, wenn nicht entfesselten Gesellschaft aufzugreifen und unaufdringlich und nicht moralisierend in eine lebensnahe Erzählung zu verpacken.

Die Autorin: Maria Schober (58), verheiratet und Mutter von 5 Söhnen, ist engagierte Streiterin für das Lebensrecht und kennt den inneren Kampf zwischen Selbstverwirklichung im Beruf, Ringen nach Anerkennung als Frau und leidenschaftlichem Muttersein aus eigener Erfahrung. Sie war jahrelang im Verkauf, in der Werbung und im Marketing tätig und Absolventin der Lehrgänge «Theologie des Leibes» und

«Entwicklungssensible Sexualpädagogik» an der Hochschule Heiligenkreuz. Sie ist zudem «Geburtshelferin» der Neuauflage der «Woche für das Leben» in Österreich und begeistert mit ihrem erfolgreichen Blog «Briefe an Leonie» bereits seit 3 Jahren ein grosses Publikum. Geschichten erzählen und damit zu ermutigen, Lebenserfahrung, aber auch Glauben und gesellschaftlich relevante Themen an die nächste Generation weiterzureichen, ist Maria Schobers Leidenschaft. Sie lebt mit ihrem Mann und ihren Söhnen im Salzburgerland und scharft ihre «Männer» dort gerne um den Küchentisch.

Buch kann in jeder Buchhandlung bestellt werden:

Leonie, ISBN: 978-3-8107-0384-2, Bernardus Verlag



Kinder sind das Herz der Menschheit

Das Geständnis eines Arztes bringt die Würde und den Wert eines Kindes auf eindrückliche Weise näher.

«Eines Tages kam eine zarte, konstitutionsschwache Frau in meine Klinik, die ihr erstes Kind erwartete. Zu erwarten war eine Steissgeburt. Während der Geburt sah ich, dass dem bedauernswerten Baby der ganze Oberschenkel von der Hüfte bis zum Knie fehlte, und dass der Fuss niemals weiter hinunterreichen würde als bis zum Knie des anderen Beins. Es folgte der schwerste Kampf, den ich je in meinem Leben mit mir selbst ausgefochten habe. Ich wusste, welche verheerende Wirkung auf das Nervensystem der Mutter zu erwarten war. Ich war auch überzeugt, dass sich die ganze Familie ruinieren würde, um das Kind von einem berühmten Arzt zum anderen zu schleppen. Ich sah dieses kleine Mädchen alleine herumsitzen, während andere Mädchen lachten, tanzten und herumspangen. Da wurde mir plötzlich klar, dass es ein Mittel gab, all dieses Leid — ausser dem einen, ersten Schmerz — zu verhindern, und dass ich darüber zu entscheiden hatte.

Wenn ich meine Hand zur Langsamkeit zwänge, mich dazu brächte, diese wenigen kurzen Augenblicke zu zögern, würde niemand etwas davon merken. Eine innere Stimme sagte mir: «Dieses Kind hat noch nie einen Atemzug gemacht — lass es nie einen tun... Wahrscheinlich kannst du es sowieso nicht rechtzeitig genug herausbekommen... Beeil dich nicht!» Ich gab der Schwester ein Zeichen und liess mir das angewärmte sterilisierte Tuch geben, in welches der Körper des Kindes eingehüllt wurde, damit der Reiz der kühlen Luft nicht eine plötzliche Ausdehnung der kleinen Brust herbeiführt und das Kind Flüssigkeit oder Schleim einatmet, was den Tod bedeuten könnte. Dieses Mal sollte das Tuch nur verbergen, was ganz allein meine Augen gesehen hatten. Meine Entscheidung war gefallen, drei der kostbaren Minuten waren

schon vergangen. Zum ersten Mal in meiner Praxis setzte ich mich über einen Grundsatz hinweg. Ich schob meine Hand unter das Tuch, um den Pulsschlag zu fühlen. Dabei stiess das rosige, gesunde Füsslein unter dem Tuch hervor und drückte sich ganz fest gegen meine Hand, der die Sicherheit von Mutter und Kind anvertraut war. Eine plötzliche Bewegung ging durch den kleinen Körper, ein Gefühl von Leben und Kraft. Das war zu viel. Ich konnte es nicht über mich bringen, dieses Kind sterben zu lassen.

Zunächst teilte ich es der Familie mit und anschliessend der Mutter. Alle meine schlechten Vorahnungen erfüllten sich. Die Mutter lag noch monatelang im Krankenhaus. Auf Umwegen erfuhr ich vom ständigen Wohnsitzwechsel der Familie, bis ich sie ganz aus den Augen verlor.

Alljährlich veranstaltet unser Krankenhaus eine Feier für die Angestellten. Im vergangenen Jahr war dieses Fest besonders eindrucksvoll. Drei ganz reizend, ganz in schwarz gekleidete Musikerinnen spielten zur Begleitung einer Orgel — eine Harfe, ein Cello und eine Geige. Nach der Feier, als ich alleine war, lief eine Frau auf mich zu, die ich nicht kannte. «Haben Sie sie gesehen? Sie müssen das Kind erkannt haben. Das war meine Tochter, die Harfe spielte. Erinnern Sie sich nicht mehr an das kleine Mädchen, das vor 17 Jahren nur mit einem Bein auf die Welt kam? Wir haben vieles versucht, jetzt hat sie ein künstliches Bein, kann gehen, ja sogar schwimmen. Aber vor allem hat sie in all den Jahren, ohne das künstliche Bein ihre Finger wunderbar zu gebrauchen gelernt.



© AdobeStock

Sie wird eine grosse Harfenistin werden und kommt bereits dieses Jahr schon auf die Universität. Sie ist mein ganzer Lebensinhalt. Sie selbst ist auch sehr glücklich.» In Gedanken kehrte ich zurück in den OP. Noch einmal durchlebte ich die furchtbaren Momente, in denen ich beschlossen hatte, einen vorsätzlichen Kindesmord zu begehen. Durch diese Begegnung mit den beiden Frauen habe ich endlich den Frieden gefunden, den ich so lange vergeblich suchte.»



Rund um das Zyklusgeschehen

Liebe Leserin, lieber Leser

Bereits in früheren Ausgaben haben wir darauf hingewiesen, dass hormonelle Verhütungsmittel die natürlichen, fein abgestimmten Abläufe mehr oder weniger stören. Glücklicherweise stellen sich diese Abläufe nach dem Absetzen der «Pille» in den meisten Fällen wieder her, sehr oft ohne bleibende Folgen.

Dieses Mal steht erneut eine Forschungsarbeit zur Diskussion, und zwar im Zusammenhang mit Depressionen, die sich nach einer Geburt einstellen können. Man spricht von der postpartalen (nachgeburtlichen) Depression, die immerhin bei einer von acht Frauen auftritt, aber mit steigender Tendenz. Daher glauben wir, dass die angefügten Erkenntnisse für zahlreiche Eltern hilfreich sein können.

Seien wir dankbar für jede Geburt ohne nachfolgende Depression und hoffen wir, dass betroffene Mütter kompetente Hilfe erhalten und baldige Heilung erfahren dürfen.

Wir wünschen Ihnen und Ihren Familienangehörigen einen blühenden und gesunden Frühling.

*Herzliche Segensgrüsse
Anne + Heinz Hürzeler*

Zusammenhang zwischen der Verwendung hormoneller Verhütungsmittel und der späteren Entwicklung einer postpartalen Depression

Von Alex Rico | 3. November 2023 (auf Deutsch übersetzt und mit freundlicher Genehmigung von naturalwomanhood hier abgedruckt)



Ein neues Leben auf die Welt zu bringen, ist eine verwandelnde und tiefgreifende Erfahrung für Mütter. Gleichzeitig stellt die Zeit nach der Geburt die Mütter vor einzigartige Herausforderungen, denn sie müssen erhebliche körperliche und emotionale Veränderungen bewältigen und sich gleichzeitig um ihr Neugeborenes kümmern – und das alles mit wenig Schlaf. Eine dieser Herausforderungen ist die postpartale Depression (PPD). Frauen, die zuvor unter einer durch die hormonelle Empfängnisverhütung verursachten Depression gelitten haben, sind möglicherweise einem höheren Risiko ausgesetzt.

Was verursacht PPD?

Die Ursache der PPD lässt sich nicht auf einen einzigen Faktor zurückführen. Genetische Faktoren, körperliche Veränderungen und emotionale Probleme können eine Rolle spielen. Da Forscher und Mediziner immer mehr Erkenntnisse über die Faktoren gewinnen, die die psychische Gesundheit nach der Geburt beeinflussen, konzentrieren sich immer mehr Forschungsarbeiten auf den möglichen Zusammenhang zwischen der Verwendung hormoneller Verhütungsmittel und PPD.

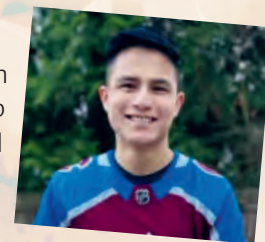
Nach Angaben der Centers for Disease Control and Prevention (CDC)² können bis zu 1 von 8 amerikanischen Wöchnerinnen von PPD betroffen sein (in der Schweiz ähnliche Grössenordnung, Tendenz steigend). Aufgrund der Häufigkeit von PPD und weil es sich um einen ernsten Zustand handelt, der sofortige ärztliche Hilfe und Behandlung erfordert, ist ein besseres Verständnis von PPD, ihren Warnzeichen und Risikofaktoren für die Gesundheit und Sicherheit von Müttern und Babys überall von entscheidender Bedeutung. Und da die Verwendung von hormonellen Verhütungsmitteln in der amerikanischen Gesellschaft so weit verbreitet ist und bekanntermassen mit der Entwicklung von Depressionen in Verbindung steht, ist das Verständnis des möglichen Zusammenhangs zwischen der Verwendung von hormonellen Verhütungsmitteln und PPD von entscheidender Bedeutung. Eine im Jahr 2023 in der Fachzeitschrift JAMA Psychiatry veröffentlichte Forschungsstudie hat ein neues Licht auf die Art dieses Zusammenhangs geworfen¹.

Wie finden Forscher heraus, ob eine postpartale Depression mit der Einnahme hormoneller Verhütungsmittel zusammenhängt?

Die Forscher wollten herausfinden, ob Frauen, die aufgrund der Einnahme von Hormonpräparaten an Depressionen litten, ein höheres Risiko hatten, später an einer postpartalen Depression zu erkranken, als Frauen, deren Depressionsgeschichte nicht mit der Einnahme von Hormonpräparaten zusammenhing. Die Forscher analysierten Daten aus dem dänischen Gesundheitsregister, die von 1995 bis 2017 bei 188 648 Erstgebärenden erhoben wurden. Bei Frauen, die innerhalb von sechs Monaten nach der ersten Geburt ein Rezept für ein Antidepressivum einlösten oder bei denen bei der Entlassung aus dem Krankenhaus eine Depression diagnostiziert wurde, wurde eine PPD vermutet, wie im Nationalen Verschreibungsregister oder im Nationalen Patientenregister erfasst^{3,4}.

Manchmal ist das, was (oder wer) nicht untersucht wurde, genauso wichtig wie das, was (oder wer) untersucht wurde. Wer wurde nicht in die Studie aufgenommen? Die Forscher schlossen Frauen aus, die:

- noch nie hormonelle Verhütungsmittel verwendet hatten (um eine mög-



liche Störung durch Persönlichkeit oder Verhalten im Zusammenhang mit der Verwendung von hormonellen Verhütungsmitteln und der Anfälligkeit für Depressionen zu minimieren und um die hormonelle Verhütungsmittel-Empfindlichkeit vor der Schwangerschaft zu testen);

- im Alter von 16 Jahren oder älter eingewandert sind oder für mehr als 6 aufeinanderfolgende Monate nach ihrem 16;
- vor 1996 oder innerhalb von 12 Monaten vor der Entbindung eine depressive Episode hatten, da dies auf eine anhaltende Depression während der Schwangerschaft hinweisen könnte, und eine Mehrlingsgeburt oder Totgeburt hatten¹.

Wie stark steigt das Risiko einer postpartalen Depression bei Frauen, die zuvor eine durch hormonelle Verhütungsmittel-bedingte Depression hatten?

In der Studie hatten Frauen, die zuvor eine Depression im Zusammenhang mit ihren hormonellen Verhütungsmitteln erlebt hatten, ein höheres Risiko, eine PPD zu erleiden, als Frauen, bei denen eine Depression aufgrund anderer Faktoren aufgetreten war. Aber wie stark ist das Risiko erhöht? Von allen 188648 Teilnehmerinnen hatten 3% eine mit der hormonellen Verhütung in Verbindung stehende Depression in der Vorgeschichte, 9,8% hatten eine nicht mit der hormonellen Verhütung in Verbindung stehende Depression in der Vorgeschichte und 87,2% hatten überhaupt keine Depression in der Vorgeschichte. 1,3% aller Frauen entwickelten eine PPD.

Bei Frauen mit einer mit hormoneller Verhütung assoziierten Depression in der Vorgeschichte war die Wahrscheinlichkeit einer PPD um 35% höher als bei Frauen mit einer nicht mit hormoneller Verhütung assoziierten Depression in der Vorgeschichte. Bei Frauen, die noch nie eine Depression hatten, war die Wahrscheinlichkeit, eine PPD zu entwickeln, um 75% geringer als bei Frauen mit einer früheren, nicht mit hormoneller Verhütung assoziierten Depression. Die Studie ergab, dass 5,2% der Frauen mit einer früheren mit hormoneller Verhütung assoziierten Depression und 3,7% der Frauen mit einer

Kurse

Online-Grundkurs natürliche Empfängnisregelung

Termine: G1; Dienstag, 30.04.2024, 19:30–21:45 Uhr
G2; Dienstag, 04.06.2024, 20:00–22:00 Uhr
G3; Dienstag, 20.08.2024, 20:00–22:00 Uhr

Veranstalter: natürlich lieben

Auskunft: www.natuerlichlieben.ch

Telefon: 076 490 23 46

E-Mail: bettina.jans@natuerlichlieben.ch

Referent(en): Bettina Jans-Troxler

Besonderes: Kursgeld:
pro Paar CHF 250.–,
Einzelperson CHF 200.–
(Reduktion auf Anfrage möglich), inkl. weitere Begleitung und Beratungsangebot 6–12 Monate später.

Grundkurs als Tageskurs

Samstag, 08.06.2024, 09.30–17.00 Uhr

Adresse: 6330 Cham

Veranstalter: myNER

Auskunft: Lisa und Rainer Barmet

Weitere Infos: www.myNER.ch

Telefon: 041 780 95 33

E-Mail: lisarainer@myner.ch

Referent(en): Lisa und Rainer Barmet

Besonderes: Anmeldung erforderlich.
Kursgeld:
pro Paar CHF 250.–
Einzelperson CHF 200.–
inkl. Nachbesprechung und Beratungsangebot 6 Monate später.
Vergünstigungen auf Anfrage.

Interne Fortbildung mit Elisabeth Rötzer

Kursart: Möglichkeit zur Verlängerung des Zertifikats

Termine: Samstag, 21.09.2024, 09:00–16:30 Uhr

Adresse: 8400 Winterthur, gate27, Theaterstrasse 27b

Veranstalter: INER Landesstelle CH/FL

Auskunft: Bei W. und K. Gabathuler

Weitere Infos: www.myNER.ch

Telefon: 071 855 55 03

E-Mail: walter.gabathuler@iner.org

Referentin: Elisabeth Rötzer

Besonderes: Bitte meldet Eure Teilnahme raschmöglichst, damit wir wissen, ob der reservierte Raum ausreicht. Der Kurs kostet für Z-Inhaber nichts, Verpflegung zahlt jeder selbst. In der Nähe gibt es eine Pizzeria, auch steht ein Raum für Picknick zur Verfügung.

etwa 13% aller Mütter nach der Geburt eine PPD entwickeln. Über den Grund für diese Diskrepanz haben die Forscher nicht spekuliert, aber sie könnte auf die oben genannten Ausschlusskriterien zurückzuführen sein. Ausserdem sind die PPD-Raten im Laufe der Zeit gestiegen und die Forscher untersuchten Frauen, die 1996 entbunden hatten (als die PPD-Raten niedriger waren), bis 2017 (als die Raten viel höher waren).

Was bedeutet dies im Vergleich zu dem, was wir bereits wissen?

Diese Ergebnisse stimmen mit den Erkenntnissen einer sehr kleinen Studie aus dem Jahr 2000 überein, die den massiven Hormonentzug einer Geburt nachstellte und dessen Auswirkungen auf Frauen mit und ohne PPD-Anamnese untersuchte ^[2]. Die meisten der Frauen in dieser Studie mit einer Vorgeschichte von PPD entwickelten depressive Symptome. Bei den Frauen ohne PPD in der Vorgeschichte war dies nicht der Fall. Die geringe Stichprobengrösse schränkt zwar die Verallgemeinerbarkeit dieser älteren Studie ein, unterstützt aber die Idee, dass einige

früheren, nicht mit hormoneller Verhütung assoziierten Depression eine PPD entwickelten. Bei Frauen mit einer früheren, mit hormoneller Verhütung assoziierten Depression war die Wahrscheinlichkeit, eine PPD zu entwickeln, fast 1,5-mal höher als bei Frauen mit einer früheren, nicht mit hormoneller Verhütung assoziierten Depression. Interessanterweise ist die Häufigkeit der PPD mit 1,3% (der Gesamtanteil aller untersuchten Frauen, die eine PPD entwickelten) wesentlich geringer als in der Allgemeinbevölkerung. In der Forschungsstudie selbst heisst es, dass

Frauen empfindlicher als andere auf die Wirkung von Sexualhormonen wie Östrogen und Progesteron reagieren. Diese Frauen sind möglicherweise anfälliger für Depressionen, einschliesslich PPD, die durch die synthetischen Sexualhormone in der hormonellen Verhütung verursacht werden. Dies zeigt, wie wichtig es ist, die Fruchtbarkeit von Männern und Frauen zu steuern, ohne in die natürlichen Funktionen des Körpers einzugreifen, um das Risiko langfristiger Gesundheitsprobleme zu verringern.

Die Erkenntnisse der aktuellen Studie von 2023 und der älteren Studie aus dem Jahr 2000 decken sich mit dem vorhandenen Wissen über hormonelle Verhütung und psychische Gesundheit. Depressionen und schlechte psychische Gesundheit wurden immer wieder mit hormoneller Verhütung in Verbindung gebracht. In ihrem Buch «How the Pill Changes Everything: Your Brain on Birth Control» (Wie die Pille alles verändert: Ihr Gehirn bei der Geburtenkontrolle) untersucht Dr. Sarah E. Hill, wie die Hormonspirale die Stimmung, die Wahrnehmung und die Stressreaktionen einer Frau aufgrund von Veränderungen im Hormonhaushalt und letztlich der Gehirnchemie beeinflussen kann. Dr. Hill postuliert, dass manche Frauen depressive Episoden erleben können, die durch Schwankungen des Östrogenspiegels aufgrund kombinierter (d. h. Östrogen und Gestagen enthaltender) Formen der Geburtenkontrolle ausgelöst werden.

Können wir mit Sicherheit sagen, dass die Verwendung hormoneller Verhütungsmittel mit dem Risiko einer postpartalen Depression zusammenhängt?

Wie bei Untersuchungen, die auf negative Folgen der Anwendung hormoneller Verhütungsmittel hindeuten, betonten die Forscher der Studie von 2023, dass die Hormonspirale selbst nicht unbedingt die Schuld trägt. Sie schrieben:

«Wichtig ist, dass die Ergebnisse nicht darauf hindeuten, dass die Einnahme von Hormonpräparaten zu einem höheren PPD-Risiko führt, sondern darauf, dass eine mit Hormonpräparaten assoziierte Depression in der Vergangenheit die Anfälligkeit für PPD entlarven kann, was sich als klinisches Instru-

ment für die PPD-Risikostratifizierung als nützlich erweisen könnte.»¹

Mit anderen Worten: Hormonelle Verhütung kann bei einigen Frauen die ursprüngliche Depressionsdiagnose verursachen oder auslösen. Und dieselben Frauen, die anfälliger für die psychischen Folgen grosser hormoneller Umstellungen, wie sie nach der Geburt auftreten, sind, haben möglicherweise ein höheres Risiko, später eine PPD zu entwickeln.

Erklärt die «hormonelle Empfindlichkeit», warum einige Frauen, die die Antibabypille nehmen, ein höheres Risiko für eine spätere postpartale Depression haben?

In einem Interview mit der Zeitschrift *Cosmopolitan* sagte Dr. Deborah Lee, dass die JAMA Psychiatry-Studie aus dem Jahr 2023 «die Annahme untermauert, dass einige Frauen hormonempfindlich sind und nach der Einnahme hormoneller Verhütungsmittel anfälliger für Stimmungsstörungen wie Depressionen sind.»

Sie erörterte dann, wie diese Empfindlichkeit Frauen besonders in der Zeit der Schwangerschaft betreffen kann:

«Die Schwangerschaft ist eine Zeit grosser hormoneller Veränderungen – am Ende der Schwangerschaft ist der Östrogenspiegel sehr hoch, aber nach der Geburt fällt er rapide ab. Dieser starke Abfall des Östrogenspiegels kann eine postpartale Depression verursachen.

Was wir jedoch nicht wissen, ist, ob diese Frauen schon vorher anfälliger für Depressionen waren (d. h. bevor sie mit der hormonellen Verhütung begannen) oder ob die hormonelle Verhütung sie tatsächlich für Depressionen sensibilisierte oder anfälliger machte. Wir wissen, dass bei Frauen, die im

Teenageralter mit der hormonellen Verhütung beginnen, die Wahrscheinlichkeit einer späteren Depressionsdiagnose höher ist als bei Frauen, die im Erwachsenenalter mit der hormonellen Verhütung beginnen. Dies deutet darauf hin, dass der Zeitpunkt des Beginns der hormonellen Verhütung von Bedeutung ist, insbesondere wenn es um die Entwicklung des Gehirns von Jugendlichen geht. Weitere Untersuchungen über den Zusammenhang zwischen hormonell bedingten Depressionen und der späteren Diagnose einer postpartalen Depression sind daher von entscheidender Bedeutung.

Ein ganzheitlicher Ansatz für die postpartale psychische Gesundheit

Wir wissen, dass die postpartale Depression durch eine Reihe von Variablen beeinflusst werden kann: Depressionen in der Familie, Komplikationen bei früheren Schwangerschaften oder Geburten, Verfügbarkeit von Unterstützungssystemen und Lebensstilentscheidungen wie die Verwendung hormoneller Verhütungsmittel. Eines ist jedoch besonders klar: Die Anwendung der Hormonspirale ist ein veränderbarer Risikofaktor. Anstatt die Hormonspirale für die Familienplanung zu verwenden – sei es vor oder nach der Schwangerschaft – haben Frauen und Paare die Möglichkeit, die natürliche Familienplanung (NFP) oder Methoden zur Bewusstmachung der Fruchtbarkeit (FAMs) sowohl für die Familienplanung als auch für die Gesundheitsüberwachung zu nutzen. Mit diesen natürlichen Methoden können Frauen ihren Zyklus anhand biologischer Marker verfolgen, die mit den fruchtbaren und unfruchtbaren Zeiten des weiblichen Zyklus korrelieren. Die Informationen, die Frauen durch die Verfolgung

Quellenangaben:

- [1] Larsen SV, Mikkelsen AP, Lidgaard Ø, Frokjaer VG. Depressionen im Zusammenhang mit der Einnahme hormoneller Verhütungsmittel als Risikoindikator für postpartale Depressionen. *JAMA Psychiatry*. 2023;80(7):682–689. doi:10.1001/jamapsychiatry.2023.0807
- [2] Bloch, M. Schmidt, P. Danaceau, M. Murphy, J. Nieman, L. & Rubinow, D. (2000, June 1). *Psychiatrie Online. Das amerikanische Journal für Psychiatrie*. <https://ajp.psychiatry-online.org/doi/full/10.1176/appi.ajp.157.6.924>
- [3] Wallach Kildemoes, H. Toft Sørensen, H. & Hallas, J. (2011). *Das dänische nationale Verschreibungsregister. Scandinavian*

Journal of Public Health, 39(7_suppl), 38-41. <https://doi.org/10.1177/1403494810394717>

- [4] Lyngø, E. Sandegaard, J. L. & Rebolj, M. (2011). *Das dänische nationale Patientenregister. Scandinavian Journal of Public Health*, 39(7_suppl), 30-33. <https://doi.org/10.1177/1403494811401482>
- [5] X. Liu, K.L. Musliner, E. Agerbo, K.G. Ingstrup, Y. Sun, Y. Yu, T. Munk-Olsen *Behandlungsindikationen für Antidepressiva, die schwangeren Frauen verschrieben werden: eine bevölkerungsbasierte, deskriptive Studie aus Dänemark* *Pharmacoepidemiol. Drug Saf.*, 29 (2020), S. 347-351, 10.1002/pds.4953
Alex Rico | 3. November 2023

ihrer Zyklen erhalten, geben ihnen die Möglichkeit, ihre Fruchtbarkeit zu steuern, ohne das Risiko für eine PPD zu erhöhen. Unser Leitfaden zur psychi-

schen Gesundheit nach der Geburt enthält weitere Informationen zur Unterstützung von Frauen im vierten Trimester.

Voranzeigen

37. INER-Kongress 2024

19. bis 21. April 2024

Tagungszentrum Marienland

Berg Schönstatt 8, D-56179 Vallendar

www.tagungszentrum-marienland.de

Freitag, 19. April 2024

15.00 – 17.00 Uhr Kinderprogramm

Für INER-Mitglieder:

15.00 Uhr INER Grundkurs 2024 neu

16.00 Uhr Impulsreferat «Fehlgeburt»

19.30 Uhr INER-Mitglieder-
versammlung

Samstag, 20. April 2024, 9 Uhr bis

Sonntag, 21. April 2024 gemeinsames

Mittagessen

37. Internationaler INER-Kongress

Fortbildung, offen für Freunde und

Gäste

• Was kann man/Mann tun?

Dr. med. Karin Kroboth-Svoboda

• Magnesium Prof. Dr. Erich Schneider

• Hormone, Segen oder Fluch?

Dr. med. Christa Nosko

Anmeldung unter www.iner.org

oder bei Elisabeth Rötzer

elisabeth.roetzer@iner.org



NER Onlinekurs:

«Die sympto-thermale Methode nach Rötzer»

natürlich – partnerschaftlich – modern

Jederzeit abrufbar zu € 140.00

www.ehe-familie.at

Impressum

Herausgeber: Beratungsstelle für natürliche Empfängnisregelung, Postfach 8, 8775 Luchsingen **Redaktion:** Anne und Heinz Hürzeler, Telefon 055 643 24 44, info@nfp-schweiz.ch, CH78 0900 0000 8700 4431 6. (Zum Voraus herzlichen Dank für Ihre Spende, die die weitere Herausgabe dieses Bulletins ermöglicht.) **Mitverantwortlich:** Dr. med. Nathan Hürzeler, Oberarzt **Übersetzungen** ins Deutsche: Heinz Hürzeler, ins Französische: Anne Hürzeler, ins Italienische: Lucia Rovelli. Aus Platzgründen werden die übersetzten Texte Interessenten erst auf Verlangen zugestellt (Mail oder Post).

Haftungsausschluss: Die Herausgeber übernehmen keinerlei Gewähr bezüglich der inhaltlichen Richtigkeit, Genauigkeit, Aktualität, Zuverlässigkeit und Vollständigkeit der Informationen. Haftungsansprüche gegen die Herausgeber wegen Schäden materieller oder immaterieller Art, welche aus dem Zugriff oder der Nutzung bzw. Nichtnutzung der veröffentlichten Informationen, durch Missbrauch der Verbindung oder durch technische Störungen entstanden sind, werden ausgeschlossen. Verweise und Links auf Webseiten Dritter liegen ausserhalb unseres Verantwortungsbereichs. Es wird jegliche Verantwortung für solche Webseiten abgelehnt, Zugriff und Nutzung derselben erfolgen auf eigene Gefahr der Nutzer.

GRATISWETTBEWERB

Auflösung des Gratiswettbewerbs in der

Ausgabe Nr. 249: Offenbar haben nicht alle den Wettbewerbston auf der Seite 14 gefunden, denn es gingen wesentlich weniger Lösungen ein. Alle drei Häuschen gaben richtige Antworten an: Von Unfruchtbarkeit wird gesprochen, wenn über ein Jahr oder noch länger keine Eisprünge stattgefunden haben. Ziel einer medizinisch unterstützten Fortpflanzung ist eine Schwangerschaft mit hoffentlich mindestens einer Lebendgeburt. Und eine Behandlung mit natürlichen Methoden (z.B. NAPRO) kann ebenfalls erfolgreich sein.

GLUSCHTIGE PREISE ZU GEWINNEN:
10 x ein Stück Bio-Glarner-Alpkäse,
30 x 1 Tafel Aronia-Schokolade king-nature (werden aus den richtigen Einsendungen ausgelost)

Zutrennen und Talon einsenden:

Beratungsstelle für natürliche Empfängnisregelung, Postfach 8, 8775 Luchsingen
ODER richtige Lösung mailen an info@nfp-schweiz.ch

Neue Fragen:

- Nachgeburtliche Depressionen (PPD) können bei 12,5% der Gebärenden auftreten.
- PPD sind ernste Zustände, die ärztliche Hilfe und Behandlung erfordern.
- Natürliche Familienplanung ist in jedem Fall mit hohen Kosten verbunden.

Wenn Sie einen QR-Einzahlungsschein wünschen, bitte ankreuzen
CH78 0900 0000 8700 4431 6
Wenn Sie weitere Infos zur NFP wünschen, bitte ankreuzen

Absender:

Name/Vorname:

Strasse/Hausnummer:

PLZ/Ort:

E-Mail oder Telefon:

Jede natürliche Person, die in der Schweiz wohnhaft ist, darf teilnehmen. Keine Barauszahlung der Preise. Keine Korrespondenz über den Wettbewerb, der Rechtsweg ist ausgeschlossen. Die Gewinner werden per Post informiert. Einsendeschluss: **Mitte Juni 2024**

Herzlich willkommen an schönste Orte Europas...

13.-20. April	LOURDES CH-Wallfahrt - Nevers - Rocamadour	1150.-
5. - 10. Mai	Auffahrt ROM Vatikan , z.Z. Vereidigung - Assisi	950.-
11. - 18. Mai	Medjugorje Flug , auch 31.8.-6.9. und 13.-20.9. <i>ab</i>	950.-
18. - 21. Mai	Pfingsten, goldene Stadt Prag - Svata Hora- Altötting	595.-
27. - 30. Mai	Fronleichnam St. Blasien - Freiburg im Br. - Hüfingen	620.-
1. - 3. Juni	Marienfried - Birnau (Basilika) - Maria Vesperbild	490.-
10.-14. Juni	Bologna- Padua (Antonius)- Venedig - Monteortone	690.-
22.-29. Juni	Medjugorje - Zadar - Südtirol Maria Weissenstein	950.-
8. - 17. Juli	England - Irland : Dublin - Knock - London - Birmingham - Amiens - Canterbury - Lough Derg - Armagh (hl. Patrick) - Belfast	1890.-
1. - 4. Aug.	La Salette- Turin (don Bosco)- Annecy (hl. Franz v. S.)	550.-
10.-21. Aug.	Baltikum mit Kirche in Not: Riga - Aglona - Siluva - Siauliai, Berg der Kreuze, Vilnius - Lichen - Danzig - Bamberg	1770.-
8. - 15. Sept.	S.G. Rotondo - Pietrelcina - Cascia - Monte Cassino	990.-
14. - 19. Sept.	Wien , M. Namenfeier- Mariazell - Maria Schutz- Linz	950.-
23. - 29. Sept.	Lourdes - Nevers - Paray le Monial - Rocamadour	980.-
27.9.-3. Okt.	<i>Stadt der Könige</i> Krakau- Tschenstochau - Wadowice	975.-
6. - 18. Okt.	FATIMA - Santiago de Comp. (Jakobus) - Montserrat - Loyola - Sevilla - Valencia - Lissabon (Cristo Rei)- El Rocio - Burgos	1790.-
22. - 30. Okt.	Medjugorje - S.G. Rotondo - Bari - Loreto (Haus Hl. Fam.)	
	Montenegro - Herceg Novi (hl. Leopold) - Marieninsel Skrpjela	1090.-
4. - 17. Nov.	MEXICO Guadalupe Interesse bitte melden!	3700.-
7. - 10. Nov.	Padua - Schio (San Martino, hl. Bakhita)- Caravaggio	590.-
30.11.-2. Dez.	Altötting , altbayrische Weihnacht, Ensemble- München	520.-

Änderungen vorbehalten. Preise CHF meist Vollpension, Doppelzimmerbasis.

Angebote Medjugorje: für **Jugendliche** 29.7.-7. Aug., 4.-12. Okt. vom 4.-12.Okt. speziell Jugend- und **Familienwallfahrt** ab 495.- usw.

Pilgern + Kultur 2024
Den Glauben neu erleben...

London, Wien, Irland, Baltikum, Sevilla, Mexico, El Rocio, Lissabon, Prag, Krakau, Monte Cassino, Montenegro usw.

Drusberg Reisen
8840 Einsiedeln | Benzigerstr. 7 | Tel. 055 412 80 40 | www.drusberg.ch | info@drusberg.ch

Verlangen Sie unser detailliertes Reiseheft «Pilgern & Kultur» Wir freuen uns auf Ihre Anfrage.

DRUSBERG REISEN AG - Einsiedeln
Tel. 055 412 80 40, info@drusberg.ch

Mit Ihrem Kleininserat im Ja zum Leben erreichen Sie 150 000 Leserinnen und Leser

	Fr. 20.-
	Fr. 25.-
	Fr. 30.-
	Fr. 35.-
<input type="checkbox"/> mit Chiffre (Zuschlag Fr. 10.-)	Jede zusätzliche Zeile: + Fr. 5.-
<input type="checkbox"/> zu verkaufen <input type="checkbox"/> Kontakte <input type="checkbox"/> gesucht <input type="checkbox"/> Verschiedenes <input type="checkbox"/> zu tauschen <input type="checkbox"/> Ferien <input type="checkbox"/> zu verschenken <input type="checkbox"/>	
Coupon einsenden an: Ja zum Leben, Redaktion Postfach 37, 5054 Kirchleerau-Moosleerau Tel. 056 222 22 15 / Fax 056 221 24 81 Mail jzl@bluewin.ch	Name _____ Vorname _____ Strasse _____ PLZ, Ort _____ Telefon _____ Datum, Unterschrift _____

Helpen Sie mit bei der Verbreitung von Ja zum Leben!

Bestelltalon

- Senden Sie mir _____ Exemplare von Ja zum Leben zum Werben bei Freunden, Bekannten und Verwandten.
- Ich möchte Mitglied von Ja zum Leben werden. Bitte senden Sie mir weitere Unterlagen und Ihr Informationsbulletin.

Absender:

Bitte einsenden an Ihre Sektionsadresse (letzte Seite).

Wie helfen wir?

Telefonischer Auskunft- und Beratungsdienst. Unsere Notrufnummer lautet: **071 352 27 27**.

Sie vermittelt wirksame Hilfe, wenn Schwangerschaft für Sie Not bedeutet.

Unsere Hilfsangebote

- Beratung und Betreuung verheirateter und alleinstehender Mütter vor und nach der Geburt
- Unterstützungsbeiträge an kinderreiche Familien in Notsituationen im Zusammenhang mit Schwangerschaft und Geburt
- Beiträge an Kur- und Erholungsaufenthalte
- unentgeltliche Abgabe von Bébé-Ausstattungen, Kinderkleidern, Kinderbetten, Kinderwagen usw.

Unterstützungsgesuche für Mütter in Not sind an folgende Adresse zu richten:

Stiftung Ja zum Leben

Postfach, 8730 Uznach

Telefon 055 280 39 52

E-Mail: jazumleben_ostschweiz@hotmail.com

Wir bieten in Not- und Konfliktsituationen werdenden und alleinstehenden Müttern ein Zuhause.

Aufnahme von Mutter und Kind in unseren Häusern.

Betreutes Wohnen im Haus für Mutter und Kind, Uerikon, kurz- oder langfristig. Anfragen sind zu richten an:

Haus für Mutter und Kind
Moritzbergstrasse 34, 8713 Uerikon
Telefon 044 926 61 73

www.hausuerikon.ch



Helpen Sie uns durch ein Vermächtnis:

Berücksichtigen Sie in Ihrem Testament unsere Stiftung

JA ZUM LEBEN, Uznach, für die Hilfe für Mütter in Not.

Unser Spendenkonto lautet:

Stiftung JA ZUM LEBEN – Mütter in Not,
«Mütterhilfsfonds» Uznach

IBAN: CH 04 0900 0000 9001 4436 0

Eine Kultur des Lebens ist eine Kultur der Liebe.

Wir helfen den Schwächsten unserer Gesellschaft... und auch ihren Müttern!

Die Stiftung JA ZUM LEBEN – Mütter in Not, mit Sitz in Uznach

ist gemäss den gesetzlichen Vorschriften als gemeinnützig anerkannt und unterliegt der Ostschweizer Stiftungsaufsichtsbehörde in St. Gallen. Die Buchhaltungen der Stiftung werden jedes Jahr durch einen eidg. dipl. Treuhänder geprüft. Gemäss Stiftungs-urkunde vom 5. Dezember 1984 bezweckt die Stiftung JA ZUM LEBEN:

Ledigen und verheirateten Müttern, die infolge einer Schwangerschaft in Not geraten sind, Hilfe zukommen zu lassen: Durch Beratung, Betreuung oder finanzielle Unterstützung sowie Abgabe von Bébé-Ausstattungen, ohne Unterschied von Religion, Partei, Nationalität oder sozialer Situation.

Bébéartikel und Kleiderlager der Stiftung JA ZUM LEBEN – MÜTTER IN NOT in Uznach

Unser regionales Kleiderlager befindet sich in Uznach, Zürcherstr. 101. Unser Kleiderlager ist jeweils am Mittwoch von 9 bis 11 Uhr geöffnet oder nach Absprache.

Telefonische Voranmeldung: **Sekretariat: 055 280 39 52**
Büro-Öffnungszeiten jeweils Montag,
Mittwoch, Donnerstag und Freitag von 9 bis 11 Uhr.



Ja zum
Leben

Ja zum Leben

Ostschweiz – Graubünden

Postfach

8730 Uznach

E-Mail: jazumleben_ostschweiz@hotmail.com

CH 04 0900 0000 9001 4436 0

Telefon 055 280 39 52