

WC statt Windel, geht das?



Und jetzt noch schnell eine neue Windel dran – oder vielleicht doch nicht? Bei der Reinlichkeitserziehung von Säuglingen scheiden sich die Geister.

Getty

KLEINKINDER Windeln hemmen Babys in ihrer Entwicklung, findet die Buchautorin Rita Messmer. Säuglinge, sagt sie, könnten von Geburt weg daran gewöhnt werden, ihr Geschäft über der Kloschüssel zu verrichten.

GIUSEPPE WÜEST
wissen@luzernerzeitung.ch

Die Windelindustrie steht vor einer schwierigen Zukunft. Zumindest, wenn es nach der Vorstellung von Rita Messmer geht. Die Schweizer Erwachsenenbildnerin, Cranio-Sacral-Therapeutin und Autorin vertritt seit Jahren schon hartnäckig die These, dass Windeln nicht zwingend zum Leben eines Säuglings gehören. Und schon gar nicht zum Leben eines 4-, 5- oder 6-jährigen (oder noch älteren) Kindes. Ihre Überzeugung: Achten Eltern von Beginn weg darauf, dass ihr Baby nicht immer und überall in die Windel ausscheidet, sondern nur an einem dafür vorgesehenen Ort, dann ist es sozusagen in null Komma nichts trocken.

Bislang stiess Rita Messmers Theorie in der breiten Öffentlichkeit noch auf keine sonderlich grosse Resonanz. Doch das könnte sich bald tatsächlich ändern: Denn sie legt nun die eigenen Angaben zufolge erste wissenschaftliche Studie zum Thema «Frühkindliche Reinlichkeitserziehung» vor. Für diese hat Rita Messmer, selber dreifache Mutter, die Erfahrungen von insgesamt 138 Eltern, die ihre Babys nach dieser Methode «trockengelegt» haben, ausgewertet. Und sie kommt zum Schluss: Es funktioniert tatsächlich. Die Kinder der an der Studie teilnehmenden Eltern lebten im Schnitt ab einem Alter von ein bis eineinhalb Jahren gänzlich windelfrei.

Sensible Phasen

«Für jede Entwicklungsphase im Leben gibt es eine bestimmte, ganz besonders geeignete Perioden», erklärt Messmer, die zu diesem Thema bereits Bücher publiziert hat und Kurse anbietet: «Es gibt also Zeiten, wo ein Kind reif ist, einen bestimmten Entwicklungsschritt zu machen.» Verstreiche dieser geeignete Zeitpunkt ungenutzt, vollziehe das Kind diesen Schritt nicht nur viel

später, sondern auch viel mühsamer über den Intellekt. Rita Messmer lehnt sich in ihren Überlegungen stark an die Pädagogin Maria Montessori (1870–1952) an, die in diesem Zusammenhang den Begriff der «sensiblen Phase» prägte.

Die Bettnässer-Generation

Die «sensible Phase», in der das Hirn wichtige Vernetzungen für die Reinlichkeit macht, sind laut Rita Messmer die ersten drei Lebensmonate: «Verpasst man es in dieser Zeit, seinem Baby die nötigen Impulse zu geben, will es sein Geschäft bis auf weiteres da erledigen, wo es dies gewohnt ist: in die Windel. Windeln aber sind heutzutage so saugfähig und bleiben auch in vollem Zustand so trocken, dass das Kind gar nicht merkt, dass es sich eigentlich eingenässt hat.» Dementsprechend bleibe auch der Anreiz aus, dieses unangenehme Gefühl zu verhindern.

Welche Folgen dies habe, sei nicht zuletzt in den Verkaufsregalen von Grossverteilern und Fachgeschäften zu sehen: «Unglaublich», erhebt sich Rita Messmer, «Pampers beispielsweise führt mittlerweile bereits Windeln für 8- bis 12-Jährige im Sortiment. Wir sind drauf und dran, eine Generation von Bettnässern zu kreieren.» Diese mehrjährige Windelabhängigkeit, sagt Messmer, sei sowohl aus ökologischer als auch aus

ökonomischer Sicht ein Unsinn. Zudem könne sie für das betroffene Kind zur psychischen Belastung werden: «Stellen Sie sich schon nur mal vor, wie belastend es etwa für einen 9-Jährigen sein kann, der nachts nicht ohne Windeln schlafen kann, wenn ein Klassenlager oder die Übernachtung bei einem «Gspänli» ansteht.»

Wider die Natur

Nach Ansicht von Rita Messmer ist die Windel eine Fehl-Erfindung und das Tragen derselben wider die Natur: «Windeln bringen Säuglingen ein unnatürliches Verhalten bei. Nämlich, dass sie



«Wir sind drauf und dran, eine Generation von Bettnässern zu kreieren.»»

RITA MESSMER,
ERWACHSENENBILDNERIN UND
BUCHAUTORIN

immer und überall ihr Geschäft verrichten können.» Kein Säugetier lege sich freiwillig in seinen eigenen Kot, nicht einmal Kaninchen oder Meerschweinchen in Stallhaltung. Sie wählten für ihr Geschäft eine eigens ausgesuchte Ecke. «Wieso aber sollten, wo Tiere schon sehr bald eine gewisse Empfindlichkeit an den Tag legen, die Menschen noch Jahre lang ihr «Nest» – sprich ihre Windel – beschmutzen?», fragt Messmer. Das könne bestimmt nicht das Ergebnis der Evolution sein, sondern sei eher eine Form der Regression.

Ein «westliches Problem»

«Das Problem», so die 58-Jährige, «hängt weitgehend damit zusammen, dass wir in unserer westlichen, industrialisierten Gesellschaft das Gespür für die Natur und für ganz normale Körpervorgänge verloren haben.» Ganz anders als die Menschen in weniger entwickelten Gegenden der Welt: «Wie machen es etwa Frauen in Afrika oder Asien, die

ihre Babys traditionell auf dem Rücken transportieren? Sie lassen ihren Nachwuchs, den sie zum Teil nackt in Tüchern auf sich tragen, keineswegs einfach über sich pinkeln und stuhlen.»

Diese Mütter reagieren vielmehr auf Signale ihres Babys, schwenkten es aus dem Tragtuch und hielten es kurz über den Wegrand, wo es sein Geschäft erledigen könne. Das Baby werde mit etwas Wasser gereinigt – und schon gehe die Mutter wieder ihrer Beschäftigung nach. Messmer: «Der ganzen Geschichte wird relativ wenig Beachtung geschenkt, wodurch sie nie den Stellenwert und die Komplexität erreicht wie bei uns.»

«Pssssssss»

Ihre Studie zeige, so Rita Messmer, dass die Erziehung zur frühen Reinlichkeit auch in der westlichen Welt praxistauglich sei. Das Wichtigste sei dabei, damit wirklich gleich in den ersten Lebenswochen zu beginnen: «Die besten Resultate – sprich die wenigsten späteren Pannen – erzielten jene Eltern, die von Beginn weg ihre Babys vom unkontrollierten Ausscheiden abhielten.» Der Aufwand dafür, so Messmer, falle kaum ins Gewicht, man müsse nur auf die Signale achten, die das Neugeborene sende. Die häufigsten seien: Unruhigwerden, leichtes Weinen, Absetzen beim Stillen und die Suche nach Augenkontakt.

«Die Eltern sollten auf diese Zeichen entsprechend reagieren, die Windel abnehmen und ihr Baby kurz über die WC-Schüssel, das Lavabo oder einen Topf halten», sagt Rita Messmer und rät zudem dazu, anfangs zur Verstärkung ein akustisches Signal wie etwa «Pssssssss» zu geben: «Sozusagen ein internationales Zeichen zum Urinieren.» Das Kind, versichert sie, werde so sehr rasch lernen, sein Geschäft nur über der Schüssel zu verrichten. Schweizer Kinder verbrauchen heute im Schnitt rund 1,15 Millionen Windeln pro Tag. Werden es in Zukunft weniger sein?

HINWEIS

► * Rita Messmer ist Mutter von drei erwachsenen Kindern und lebt in Faoug (VD) am Murtensee. Die 58-Jährige ist als Erwachsenenbildnerin, Cranio-Sacral-Therapeutin und Buchautorin tätig. Sie hält zudem Vorträge zu allgemeinen Erziehungsfragen und gibt Meditationskurse. Weitere Infos: www.rita-messmer.ch

Buchtipp: «Ihr Baby kanns. Selbstbewusstsein und Selbstständigkeit von Kindern fördern», Beltz-Verlag, ca. 22.90 Fr. ◀

Lügen halten sich hartnäckig

pte. Auch wenn sich eine Information als falsch erweist, glauben viele Menschen weiterhin daran. Das zeigt eine Studie der Western Australia University. Die negative

KALEIDOSKOP

Festigung im Gehirn ist darauf zurückzuführen, dass das Zurückweisen einer alten Information eine höhere kognitive Anstrengung verlangt als das Akzeptieren einer neuen. Die Falschinformation festigt sich vor allem dann, wenn sie mit unseren bestehenden politischen, religiösen und sozialen Einstellungen übereinstimmt. Die Mühe mit dem Zurückziehen falscher Sachverhalte führt oft sogar zum gegenteiligen Ergebnis: Das Falsche setzt sich noch hartnäckiger fest.

Schnarchen allein ist nicht gefährlich

pte. Schnarchen ohne ernsthafte Schlafapnoen erhöht nicht das Sterberisiko oder die Wahrscheinlichkeit, Herz-Kreislauf-Erkrankungen zu bekommen. Zu dieser Erkenntnis sind australische Wissenschaftler des Woolcock-Instituts für medizinische Forschung gelangt. Bisherige Studien belegten, dass Apnoen, also Atemstillstände, bis zum Tod führen können. Unklar war jedoch, ob Schnarchen allein auch zu Herz-Kreislauf-Problemen führt.

Atemstillstände im Rachen können über 30 Sekunden lang andauern und bis zu 100 Mal pro Nacht auftreten. Die Folgen für starke Schnarcher sind ein chronischer Sauerstoffmangel sowie Müdigkeit, die tagsüber zu Sekundenschlaf führen kann.

ANZEIGE

Informationen und Neuigkeiten von der Paramed

Vortrag: Globale Systemveränderung
3. Oktober 2012 um 19.00 Uhr
Stehen wir vor einer Zeitwende – oder schon in ihr? Im Vortrag von Dr. Roland Benedikter von der Standort University geht es um die Begriffe «Zeitwende» und «globale Zukunft».

Vortrag: Jenseitskontakte
2. November um 19.00 Uhr
Dieser Vortrag mit dem Medium Kim-Anne Jannes gibt Einblick in die Arbeit mit der geistigen Welt und widmet sich dem Bereich der Jenseitskontakte.

Neu: Tierambulatorium
Paramed betreibt in den Räumlichkeiten der Tierärztlichen Spezialistenklinik in Hünenberg neu ein «Komplementärmedizinisches Ambulatorium für Tiere» unter der Leitung des Tierarztes Jörg Spranger. Anmeldung: 041 780 80 80

Anmeldung und Informationen:
Paramed AG, Bildungs- und Kompetenzzentrum für Ganzheitsmedizin,
Haldenstrasse 1, 6342 Baar

041 768 20 70

www.paramed.ch
info@paramed.ch

Paramed
Zentrum für Komplementärmedizin

Bildungszentrum und Ambulatorium in Baar

www.paramed.ch