

Bündnerinnen werden erst spät Mutter

Die Schweizerinnen waren bei der Geburt des ersten Kindes schon vor 50 Jahren im Europavergleich älter als der Durchschnitt. Unterschiede gibt es aber auch im kantonalen Vergleich.

von Romina Kranz

In den letzten 50 Jahren hat sich das durchschnittliche Alter der Schweizerinnen bei der Geburt ihres ersten Kindes verändert. Das Bundesamt für Statistik hält fest, dass die Schweizer Frauen in den Siebzigerjahren durchschnittlich 27 Jahre alt waren, als sie zum ersten Mal Mutter wurden. Damals war der Unterschied zwischen den Schweizerinnen und den Frauen aus dem Ausland zwar minimal. Dennoch waren auch schon zu diesen Zeiten schweizweit die Frauen durchschnittlich älter als der europäische Rest.

Die heutigen Unterschiede

Studien zeigen, dass das Alter der werdenden Mütter europaweit tendenziell steigt. Und es zeigen sich europäische, aber auch kantonale Unterschiede beim Durchschnittsalter der werdenden Mütter. «Die Frauen in der Schweiz sind bei der Geburt des ersten Kindes durchschnittlich 31,2 Jahre alt und gehören damit – knapp hinter den in Spanien und Italien lebenden Frauen – zu den ältesten Müttern in Europa», schreibt das Bundesamt für Statistik auf seiner Internetseite. Das Durchschnittsalter der Frauen liegt in Europa bei 29,7 Jahren. Mit einem Durchschnittsalter von 32,3 Jahren befindet sich Graubünden bei der Statistik im



Bald Mutter: Eine Hebamme untersucht eine Schwangere. Bild Julian Stratenschulte / Keystone

Mittelfeld. In Glarus sind laut Statistik die jüngsten Mütter der Schweiz (31,2 Jahre), in Basel Stadt (33,4 Jahren) die ältesten.

Gibt es die «biologische Uhr»?

Warum sich eine Frau mit der Familienplanung Zeit lässt, darf sie für sich selbst entscheiden. Dabei sollte bei

einem Kinderwunsch die Zeit nicht ausser Acht gelassen werden. «Die biologische Uhr ist eine Tatsache des Lebens», schreibt die Klinik Hirslanden auf ihrer Internetseite. Aus medizinischer Sicht wird ab dem 35. Lebensjahr von einer Risikoschwangerschaft gesprochen. Eine Schwangerschaft wird deshalb als Risiko betitelt, weil ab dem

«Es ist auch noch bei einem Alter um die 40 Jahre möglich, schwanger zu werden.»

Christian Breymann

Facharzt für Gynäkologie und Geburtshilfe, Klinik Hirslanden

35. Lebensjahr die Wahrscheinlichkeit der Fehlgeburten und die Veränderung der Chromosomenzahl beispielsweise Trisomie-21 immer häufiger auftreten können.

Und als ob das nicht schon schlimm genug wäre, verlieren Frauen im Laufe des Lebens an Fruchtbarkeit. «Frauen werden mit einer begrenzten Anzahl von Eizellen geboren. Ab Mitte bis Ende 30 nimmt die Anzahl und Qualität der Eizellen deutlich ab», heisst es bei Hirslanden weiter. Zudem sei die Befruchtung der Eizellen von älteren Frauen nicht mehr so einfach wie bei jüngeren.

Auch Männer sind betroffen

Wer glaubt, dass Männer keine biologische Uhr in sich tragen, irrt sich. Ab dem 50. Lebensjahr können erhöhte Risiken für das Kind auftreten. «Die

Stammzellen altern und mit jeder weiteren Teilung steigt die Gefahr von Mutationen und der Bildung von gezielten Defekten im Erbgut, die zu verschiedenen Erkrankungen führen können», schreibt Hirslanden.

Laut dem Facharzt der Gynäkologie und Geburtshilfe, Christian Breymann, sei es auch noch bei einem Alter um die 40 Jahre möglich, schwanger zu werden. Ein gesunder Lebensstil und eine gesunde Ernährung seien dabei fördernd. Ausserdem sollte die Frau auf Nikotin und hohen Alkoholkonsum verzichten, wenn eine Schwangerschaft angestrebt werde.

Auch auf den Vitaminhaushalt und Mangelzustände sollte geachtet werden. Bei einem Eisen- oder Vitamin-D-Mangel sollten Frauen diesen normalisieren beziehungsweise beheben lassen. Doch das ist nicht alles. «Es ist bekannt, das Folsäure, Vitamin-B-Komplex und Spermidine (ein Weizenkeimextrakt) einen positiven Einfluss auf den Eisprung und die Eizellreifung haben», schreibt Breymann. Ebenso seien Omega 3 und Omega 6 für eine Schwangerschaft förderlich. Alles, was eine Frau selber positiv beeinflussen könne, sollte sie beachten, um ihre Chancen zu erhöhen, schwanger zu werden. «Den Rest entscheidet die Natur und natürlich die Spermaqualität des Mannes», schreibt Breymann abschliessend.

Musikschule Chur mit neuen Partnern

Neu gehören auch die Churer Jugendmusik sowie die Stimmwerkbande zur Musikschule Chur.

Die beiden bisher selbstständig auftretenden Institutionen Jugendmusik Chur sowie Stimmwerkbande sind ab dem kommenden Frühling unter dem Dach der Musikschule Chur vereint. Dies schreiben die drei Organisationen in einer Medienmitteilung. «Diese Neuausrichtung ist ein wichtiger Schritt für die musikalische Bildung in Chur. Durch die Zusammenarbeit mit der Jugendmusik Chur und der Stimmwerkbande schaffen wir nicht nur ein breites musikalisches Bildungsangebot, sondern nutzen auch Synergien zwischen den Bildungsinstitutionen», wird Urban Derungs, Leiter der Musikschule Chur, in der Mitteilung zitiert.

Vereinbarung unterzeichnet

Möglich gemacht hat das erweiterte musikalische Bildungsangebot die im April 2023 erfolgte Revision des Kulturförderungsgesetzes. Gemäss diesem tritt die Musikschule Chur als alleiniger Anbieter für musikalische Bildung gegenüber der Stadt auf, kann jedoch Mandate für nicht selbst angebotenen Unterricht vergeben. Für die Blasmusik sowie für die Tambouren konnte gemäss Mitteilung die Jugendmusik Chur verpflichtet werden. Für den Chorgesang zeichnet neu die Stimmwerkbande verantwortlich. Die Leistungsvereinbarungen mit beiden Institutionen wurden kürzlich von den drei Präsidenten Sandro Lahl (Jugendmusik), Jürg Senn (Musikschule), Jörg Weyermann (Stimmwerkbande) sowie dem Musikschulleiter Urban Derungs unterzeichnet. In Kraft tritt die Vereinbarung ab diesem Frühlingsemester.

Wie es in der Mitteilung weiter heisst, profitiert neben der Jugendmusik Chur und der Musikschule Chur neu auch die Stimmwerkbande von den städtischen Subventionsgeldern für Kinder und Jugendliche aus der Gemeinde Chur.

«Diese Neuausrichtung ist ein wichtiger Schritt für die musikalische Bildung in Chur.»

Urban Derungs
Leiter Musikschule Chur

Die Jugendmusik Chur bildet gemäss der Mitteilung derzeit rund 70 junge Musikerinnen und Musiker aus und ermöglicht das Musizieren im Blasmusik- und Tambouren-Ensemble. Die Stimmwerkbande ist ein Kinder- und Jugendchor mit Sängerinnen und Sängern aus den Regionen Chur, Flims, Trin, Heizenberg, Domleschg, Rheintal, Schanfigg und Mittelbünden. Derzeit singen rund 100 Kinder vom Kindergarten bis zur 9. Klasse mit.

Eine Anmeldung bei den drei Bildungsinstitutionen ist gemäss Mitteilung jederzeit möglich. (red)

INSERAT

LIEBLINGSSTÜCKE

FÜR IHR SCHÖNES ZUHAUSE

Jetzt 20%
auf **KOINOR**
Gültig bis 10.02.2024

Kaffee und Gipfeli
für Fr. 1.90
Gültig bis Samstag, 10. Februar 2024

ECKKOMBINATION
33% RABATT
1'980.-
Sie sparen 1'013.-

STUHL
897.-
Sie sparen 199.-

ESSTISCH
4'980.-
Sie sparen 957.-

Kommen Sie als Kunde, gehen Sie als Freund.
Delta Möbel AG, Rütistrasse 5, 9469 Haag, A13 Ausfahrt Haag,
Tel. +41 (0)81 772 22 11, info@delta-moebel.ch

www.delta-moebel.ch