

Gibt es eine Schwangerschafts- oder Stilldemenz?



ISTOCK / PEPHOTO

Haben auch Sie eine Frage an unsere Experten? Dann schreiben Sie mit dem Betreff »Gute Frage!« an:
gehirn-und-geist@spektrum.de



UNSERE EXPERTIN
KENNT DIE ANTWORT.

Ulrike Ehlert ist Professorin für Klinische Psychologie und Psychotherapie an der Universität Zürich und hat selbst eine Tochter (30) und einen Sohn (21). Sie erforscht unter anderem, wie sich Stress in der Schwangerschaft auf das Ungeborene und seine Mutter auswirkt – und wie man besser mit Stress umgeht.

In Internetforen für werdende oder frischgebackene Eltern ist Vergesslichkeit während der Schwangerschaft oder in der Stillzeit ein großes Thema. Während manche Mutter über die eigenen Gedächtnislücken schmunzelt, bereiten sie anderen ernsthafte Sorgen.

Tatsächlich tritt das Phänomen häufig auf: 81 Prozent der Schwangeren berichteten in einer bereits 1993 erschienenen Studie von Medizinerinnen der University of Bristol von Gedächtniseinbußen. Und sie konnten in der Tat weniger zuvor gelernte Wörter wiedergeben als Frauen, die kein Kind erwarteten.

Die australischen Psychologen Peter Rendell und Julie Henry bestätigten das. Sie werteten 2007 alle englischsprachigen Studien aus, welche die Gedächtnisleistung von Schwangeren oder Stillenden mit der einer Kontrollgruppe verglichen hatten. Das Ergebnis: Vor und nach der Geburt zeigen Frauen Defizite – allerdings nicht in allen Bereichen. Während sich beim Wiedererkennen zuvor gelernter Wörter keine Einbußen offenbarten, nannten sie beim freien Abruf weniger Begriffe. Außerdem schnitten sie in solchen Tests des Arbeitsgedächtnisses schlechter ab, bei denen man Zahlen in umgekehrter Reihenfolge wiedergibt und es daher nicht reicht, sich die Information passiv zu merken.

Kurz vor der Niederkunft scheint auch das prospektive Gedächtnis beeinträchtigt zu sein. Dieses brauchen wir im Alltag, um uns an unsere Pläne zu erinnern, etwa an Verabredungen oder die Einnahme von Medikamenten. Rendell und Henry gaben Frauen im letzten Drittel ihrer Schwangerschaft sowie einer Kontrollgruppe eine Woche lang ein tragbares Zeiterfassungsgerät, das sie zu festen Zeiten benutzen sollten. Schwangere vergaßen das deutlich öfter. In einem Labortest zum prospektiven Gedächtnis jedoch schnitten sie nicht schlechter ab.

Einige Wissenschaftler vermuten, dass die Vergesslichkeit den jungen Müttern als Schutz vor Reizüberflutung dient: Sie könnte ihnen helfen, sich in der neuen und stressigen Situation auf das Kind zu konzentrieren und eine enge Bindung zu ihm aufzubauen. Manche Forscher führen die Defizite auf den häufig unterbrochenen und weniger erholsamen Schlaf der Mütter zurück. Für andere ist Cortisol der Übeltäter. Denn wenn der Körper über lange Zeit viel Cortisol produziert,

sterben Neurone im präfrontalen Kortex und im Hippocampus ab, der Schaltstelle des Gedächtnisses.

Allerdings scheint gerade das Stillen die Ausschüttung des Stresshormons zu hemmen. Ich selbst verglich mit meinem Team 2002 den Hormonhaushalt von Stillenden, die ihr Kind zuvor entweder eine halbe Stunde auf dem Arm gehalten oder ihm eine viertel Stunde die Brust gegeben hatten. Hinterher mussten alle vor Publikum unvorbereitet eine Rede halten und Kopfrechenaufgaben lösen. Frauen, die ihr Kind gestillt hatten, hielten diesem »Stresstest« leichter stand und hatten weniger Stresshormone im Blut als jene, die ihr Kind nur gehalten hatten. Zusätzlich wiesen erstere höhere Werte an Oxytozin auf. Dieses Neuropeptid wird oft als Kuschel- oder Bindungshormon bezeichnet.

Auch im Blut von Schwangeren finden sich hohe Oxytozinkonzentrationen. Ist es also für die Gedächtniseinbußen verantwortlich? Ältere Studien aus den 1980er und 1990er Jahren deuten zumindest darauf hin, dass Oxytozin die Merkfähigkeit schmälert.

Um herauszufinden, ob sich eine hohe Dosis des Hormons auch auf das Gedächtnis von Männern niederschlägt, verabreichte meine Arbeitsgruppe männlichen Teilnehmern 2004 entweder die Substanz oder ein Placebo, bevor sie Begriffe lernten. Anschließend sollten sie Wortstämme zu den zuvor gelernten Wörtern vervollständigen (etwa »Din-« zu »Dinosaurier«).

Wer Oxytozin erhalten hatte, dem gelang das deutlich schlechter. Sollten die Probanden den Wortstamm jedoch zu beliebigen Begriffen ergänzen, nannten beide Gruppen gleich oft jene aus dem gelernten Fundus. Sie hatten sich diese doch gemerkt. Das zeigt, dass Oxytozin zwar die Fähigkeit beeinflusst, Gelerntes abzurufen, nicht aber das implizite, also unbewusste Lernen selbst.

Trotzdem sind Begriffe wie Schwangerschafts- oder Stilldemenz irreführend. Mit dem schweren und degenerativen Syndrom der Demenz haben die leichten Erinnerungslücken nichts zu tun. Das Gehirn junger Mütter funktioniert sehr gut – nur eben etwas anders: Es ist vermutlich auf die Mutter-Kind-Beziehung optimiert, damit sich die frischgebackene Mutter voll und ganz ihrem Neugeborenen widmen kann. Gelernte Wortlisten abzurufen, ist dann eben einfach zweitrangig. ★

QUELLEN

Rendell, P.G., Henry, J.D.: Prospective-Memory Functioning is Affected during Pregnancy and Postpartum.
In: *Journal of Clinical and Experimental Neuropsychology* 30, S. 913–919, 2008

Weitere Quellen im Internet: www.spektrum.de/artikel/1361893