

Couvade-Syndrom: Wenn Männer sich schwanger fühlen

Morgenübelkeit, Gewichtszunahme, dicker Bauch, Stimmungsschwankungen – all das gibt es unter bestimmten Umständen auch bei Männern. Wenn werdende Väter unter typischen Schwangerschaftsbeschwerden leiden, spricht man vom Couvade-Syndrom.

Auch manche werdenden Väter haben Schwangerschaftsbeschwerden:

Ein 27-jähriger englischer Brötchenbote erlebt alle sechs Schwangerschaften seiner Frau am eigenen Leib mit: Morgenübelkeit, Erbrechen, Zahnschmerzen, Bauchschmerzen, Appetitveränderungen, Verdauungsprobleme. Außerdem fühlt er sich ruhelos, ängstlich und schläft schlecht. Nach der Geburt verschwinden die Symptome.³

Ein 26-jähriger australischer Soldat kommt wegen Erbrechen und geschwellenem Bauch, der an eine fortgeschrittene Schwangerschaft erinnert, ins Militärhospital. Ein Hinweis auf eine Erkrankung wird nicht gefunden. Als die Ärzte ihn narkotisieren, wird der Bauch plötzlich flach, nur um nach dem Wiederaufwachen prompt wieder anzuschwellen. Der junge Mann hat kurz zuvor erfahren, dass er Vater wird. Erst als er nach der Geburt des Kindes nach Hause zurückkehren kann, nimmt sein Bauch wieder die normale Form an.³

Ein uralter Brauch

Eingeführt wurde der Begriff „Couvade-Syndrom“ 1965 von den beiden britischen Psychiatern William Trethowan und Michael Conlon. Die beiden zogen erstmals eine Parallele zwischen dem „Männerkindbett“ (*couvade*) und Symptomen mancher werdender moderner Väter.⁷

Das „Männerkindbett“ ist ein fast über die ganze Welt verbreitetes Ritual vorindustrieller Gesellschaften: Es verlangt, dass der Vater nach der Geburt eines Kindes das Bett hütet und sich ganz wie eine Wöchnerin behandeln lässt, während die frisch gebackene Mutter bald aufsteht und wieder ihren Pflichten nachgeht. Dieser Brauch ist zweifellos sehr alt; schon der antike griechische Geschichtsschreiber Diodor von Sizilien berichtete im 1. Jahrhundert v. Chr. darüber: „Wenn auf der Insel Kyrnos [Korsika] ein Weib ge-



Dionysos wird aus dem Schenkel seines Vaters Zeus geboren. Da seine menschliche Mutter Semele vor Dionysos' Geburt umkam, musste Zeus die unreife Leibesfrucht selbst austragen (Stich von Aubrey Beardsley, 1872–1898).

boren hat, wird der Wöchnerin keinerlei Pflege zuteil. Wohl aber legt sich der Mann nieder, wie wenn er krank wäre, und bleibt eine bestimmte Anzahl von Tagen im Wochenbett.“ Ähnliches berichtet sein Kollege und Zeitgenosse Strabon von keltischen, thrakischen und skythischen Völkern.

Der Abenteurer und Entdecker Marco Polo erzählt davon im 13. Jahrhundert aus Teilen Chinas, und etwa um dieselbe Zeit beschreibt ein anonymer Dichter in der altfranzösischen Chantefable *Aucassin et Nicolette* (einer Mischung aus Prosa und Versen), wie der Held Aucassin den König von Torelore bei seinem Besuch im Bett vorfindet, weil er, so der König, bald ein Kind erwarte. Aucassin ist dieser Brauch jedoch offenbar unbekannt und statt dem werdenden Vater beizustehen, prügelt er ihn aus dem Bett.¹ Die Bezeichnung *couvade* (von französisch *couver*, ausbrüten) stammt aus dem südlichen Frankreich (Béarn), wo sich der Brauch ebenso wie bei den Basken noch bis

ins 19. Jahrhundert gehalten hat.³ Was dahinter steht, ist unklar; vermutet wird, dass es sich um ein magisches Ritual handelt, um böse Geister zu täuschen und von dem hilflosen Neugeborenen abzulenken, dass es also dem Schutz von Mutter und Kind dient.³

Ein biologischer Hintergrund?

Vater zu werden ist vor allem beim ersten Mal für einen jungen Mann ein einschneidendes Erlebnis und es ist kein Wunder, dass er diesem Ereignis mit einer Mischung aus freudiger Erwartung und einer gewissen Ängstlichkeit entgegensieht. Die Frage ist, ob die beim Couvade-Syndrom auftretenden körperlichen und psychischen Symptome – Verdauungsprobleme, Übelkeit und Gewichtszunahme, aber auch Reizbarkeit, Stimmungsschwankungen und Müdigkeit⁴ – rein psychosomatischer Natur sind und allein dem „Mitleiden“ des Mannes, seinem erhöhten Stress und der Furcht vor der neuen Verantwortung zuzuschreiben sind oder ob auch physiologische und möglicherweise evolutionsbiologische Ursachen dahinterstehen.⁶

Bekannt ist, dass sich der hormonelle Status von Männern ändert, deren Partnerinnen schwanger sind; so steigt der Spiegel von Hormonen, die mit Fürsorglichkeit in Zusammenhang gebracht werden (Prolactin, Östradiol), während der Testosteronspiegel sinkt. Zudem ist bekannt, dass hormonelle Veränderungen einen breiten Einfluss auf die Physis und Psyche haben, beispielsweise auf Gewicht und Stimmung – durchaus möglich, dass sich ein Teil der Couvade-Symptome dadurch erklären lassen, dass die werdenden Väter biologisch auf „Brutpflege“ eingestimmt werden.

Schwangerschaftswahn

Nicht zu verwechseln mit dem Couvade-Syndrom ist der Schwangerschaftswahn. Menschen, die sich einbilden, schwanger zu sein, sind naturgemäß meist Frauen, doch der Anteil der Männer liegt immerhin bei erstaunlichen 25 Prozent. Im Gegensatz zu ihren Geschlechtsgenossen mit Couvade-Syndrom, die wissen, dass sie nicht schwanger sind, haben diese Männer den Bezug zur Realität verloren und lassen sich nicht von ihrer Überzeugung abbringen, ein Kind auszutragen. Meist tritt dieser Wahn im Rahmen einer Schizophrenie oder einer anderen psychotischen Störung auf.²

Das würde auch im Licht der Evolution Sinn ergeben. Gemeinsame Fürsorge für den Nachwuchs ist bei Säugern eher die Ausnahme, nur bei rund 10 Prozent aller Arten beteiligen sich auch die Väter an der Aufzucht der Jungen. Das gilt beispielsweise für Wölfe, einige Nagerarten – und eben Primaten. So hat sich gezeigt, dass die Väter bei südamerikanischen Krallenaffen (Weißbüschel- und Lisztaffen), bei denen sich beide Geschlechter gleichermaßen um das Wohlergehen des Nachwuchses kümmern, während der Schwangerschaft ihrer Partnerin einen erhöhten Prolactinspiegel haben und deutlich an Gewicht zulegen – manchmal sogar um satte 20 Prozent.⁸ Kleine Primaten zu betreuen, kann ziemlich anstrengend sein, und die Parallelen zu *Homo sapiens* sind nicht zu leugnen.

Wie häufig das Couvade-Syndrom ist, darüber streiten sich die Gelehrten; die Angaben schwanken je nach Land und Studie stark, aber das könnte daran liegen, dass das Syndrom nicht scharf formuliert ist und so viele potenzielle Symptome umfasst. In einer aktuellen schwedischen Studie (2015), an der rund 900 werdende Väter teilnahmen, berichtete fast die Hälfte über psychisch-emotionale Veränderungen (wie Stimmungsschwankungen und Ängste) und rund 20 Prozent von körperlichen Veränderungen (wie Gewichtszunahme).⁵ Behandelt werden muss das Syndrom in der Regel nicht, ängstliche werdende Väter sollten über das Phänomen aufgeklärt und beruhigt werden. Nach der Geburt verschwinden die Symptome im Allgemeinen rasch von ganz alleine.³

Der Film zum Thema

In der amerikanischen Filmkomödie *Junior*, die 1994 herauskam, lässt sich der Forscher Alex Hesse (gespielt von Arnold Schwarzenegger) im Rahmen eines wissenschaftlichen Experiments eine befruchtete Eizelle einpflanzen. Eigentlich soll das Experiment nach drei Monaten abgebrochen werden, doch Hesse entschließt sich, das Kind auszutragen, und erlebt im weiteren Verlauf des Films all die physischen und psychischen Symptome, die für eine Schwangerschaft typisch sind. Das ist harmlos, aber unterhaltsam dargestellt und eine hübsche Illustration des Couvade-Syndroms.