

### BESSERE MEDIZIN MIT APP ZUM ARZT

■ **DIGITALE LÖSUNGEN**  
Mit App zum Arzt: DiGA ist endlich im Alltag erlebbar!

■ **REHA MIT VR-BRILLE**  
Die Welt der Computerspieler in der digitalen Gesundheitsversorgung

70 JAHRE MÜTTERGENESUNGSWERK

# EINE AUSZEIT FÜR MÜTTER – EIN NETZWERK FÜR FRAUEN

---

 Von Stefan B. Lummer
 

---

Ausruhen, sich erholen, zur Kur fahren. Seit 1950 sorgt das Müttergenesungswerk dafür, dass erschöpfte Mütter das tun können. Der Name mag altmodisch klingen, doch die Institution wird auch 70 Jahre nach ihrer Gründung noch gebraucht. Es hat sich viel verändert in der Gesellschaft, seit die ersten Mütter in den Nachkriegsjahren unteremährt, krank und am Rande des körperlichen und psychischen Zusammenbruchs in die Kur geschickt wurden. Erstaunlich viel ist beim Alten geblieben. Frauen melden sich immer noch erst, wenn sie mit ihrer Kraft fast am Ende sind. Wir begeben uns auf Spurensuche nach der Geschichte einer Stiftung, die die Entwicklung dieses Landes seit der Gründung der Bundesrepublik begleitet hat. Und wir treffen auf eine Frau, die energisch und erstaunlich modern ihre Netzwerke genutzt und ausgebaut hat, um in den Bastionen der Beharrung bemerkenswerte Veränderungen auszulösen.



© Stanislaw Pytel/DigitalVision/GettyImages

Im niederbayerischen Bad Höhenstadt lebte 1949 Frau S. Mutter einer Flüchtlingsfamilie aus Breslau. Über sie gibt es eine Aktennotiz, getippt auf einer Schreibmaschine, die kleine Löcher ins Papier schlägt, wenn man einen Punkt macht. Wir lesen: „... 2 Kinder, 7 und 11 Jahre, Mann schwer kriegsversehrt (hirnverletzt), wohnt in einem kleinen Zimmer, nebenbei noch Papierwarenverkauf um durchzukommen, 1. Kind hat TBC, Frau S. ist herzleidend und ganz erschöpft. Sie hat keinen Mut mehr zum Leben.“ Solche kurzen Notizen aus den Akten hat sich Elly Heuss-Knapp aufgeschrieben, bei einer Tagung der bayerischen Wohlfahrtspflegerinnen in Nürnberg. Zwei besondere Frauen haben sich da getroffen: Elly Heuss-Knapp und Dr. Antonie Nopitsch.

Beispiele

Beispiele zu Punkt 4a:

Frau G.S. aus Bad Homburg:

Widowin aus Bredow, 2 Kinder 7 und 11 Jahre, Mann schwer kriegsverwundet (hinverletzt), wohnt in einem kleinen Zimmer, nebenbei noch Papierwarenverkauf um durchzukommen, 1 Kind hat die Frau nicht mehr zugehört und ganz erschöpft. Sie hat keinen Mut mehr zum Leben.

Spickzettel für die legendäre Rede von Elly Heuss-Knapp, 1951

Die eine, Elly Heuss-Knapp, Lehrerin aus einer Professorenfamilie – ein Großonkel war der berühmte Chemiker Justus von Liebig – Frauenrechtlerin, Sozialreformerin, Landtagsabgeordnete nach dem Zweiten Weltkrieg, Publizistin, Werbefachfrau und 1949 dann auch Frau des ersten Bundespräsidenten. Die andere, Dr. Antonie Nopitsch, leitete das Mütterkurhaus in Stein bei Nürnberg, das heute noch als FrauenWerk Stein e.V. in der Evang.-Luth. Kirche in Bayern existiert. Beide Frauen verstanden sich auf Anhänglichkeit, sie konnten beide auf einen großen Erfahrungsschatz in Familien- und Frauenarbeit wie auch Wohlfahrtspflege zugreifen. Beide waren entschlossen, sich in der gerade eben gegründeten Bundesrepublik für Frauen einzusetzen: In einem jungen Staat, in dem die ersten Wahlen noch nicht stattgefunden hatten, in einem geteilten und besetzten Land mit einer traumatisierten Bevölkerung, zerrissenen Familien in Trümmerstädten. Millionen Männer in Gefangenschaft, Millionen Frauen verwitwet, die sich

alleinerziehend um ihre Kinder kümmern mussten. Die Idee von Antonie Nopitsch, dass man Familien vor allem dadurch helfen konnte, indem man sich um die Mütter kümmerte, hat Elly Heuss-Knapp sofort überzeugt. Auf den Müttern lastete nicht nur die Versorgung der Kinder, sie waren häufig auch diejenigen, die ihre Familie finanziell über die Runden bringen mussten. Eine ungeheure Kraftanstrengung. Die hinterließ Spuren. Ehemann psychisch krank aus dem Krieg heimgekommen, vier Kinder, nach einer Unterleibsoperation kein Lebenswillen. Elly Heuss-Knapp sprach mit der Bäuerin, die von ihrer ältesten Tochter in der Scheune gefunden wurde, als sie sich das Leben nehmen wollte. Erschüttert über den Gesundheitszustand der Frauen handelte Elly Heuss-Knapp. Antonie Nopitsch hatte ihr Akten gegeben, sie las eine ganze Nacht lang darin, machte Notizen.

„Sechs Monate später hat sie die Stiftung gegründet – ehrlich gesagt, ich glaube sie hatte damals noch nicht die Zusage der Stiftungsaufsicht“, erzählt Anne Schilling, Geschäftsführerin des Müttergenesungswerkes. 20.000 Mark, die Elly Heuss-Knapp aus ihrem Vermögen zur Verfügung stellte, war der Aufsicht als Gründungssumme zu wenig. Aber Elly Heuss-Knapp versprach, dass jedes Jahr zum Muttertag ehrenamtliche Helferinnen zum Spendensammeln ausschwärmen würden. Und Elly Heuss-Knapp war die Ehefrau des Bundespräsidenten. Dennoch hatte die Aufsicht viele Jahre die Auflage erteilt, das Stiftungsvermögen aufzustocken. „Elly Heuss-Knapp war Politikprofi genug, um zu erkennen, welche Chance sich ihr bot“, erklärt uns Geschäftsführerin Anne Schilling. „Sie wusste, dass die exponierte Stellung als Erste Dame im Staat es ihr erlauben würde, das Thema im ganzen Land auf die Tagesordnung zu setzen.“ So kam es auch. Kaum war Theodor Heuss im Amt, öffneten sich für seine Gattin Türen und Geldbeutel. „Zur ersten Pressekonferenz der jungen Stiftung hatte der Bundespräsident eingeladen, bei der ersten Spendenkampagne kamen 2,5 Millionen D-Mark zusammen. Mit dem Geld der Stiftung wurden nicht Häuser gekauft oder neu gebaut.

## MGW & GKV

Mit einer Rede vor dem Deutschen Krankenkasentag in Frankfurt am Main legte Elly Heuss-Knapp, im Dezember 1951 den Grundstein für die Zusammenarbeit des Müttergenesungswerks mit den Krankenkassen. „Wer fragt danach, wie die Mütter es noch schaffen?“ Die Rede war überzeugend, die Kassen willigten ein, die Kuren freiwillig zu bezuschussen. 1962 wird die Müttergenesung im Bundessozialhilfegesetz verankert. 1983 werden Mutter-Kind-Maßnahmen offiziell anerkannt. 1989 ein weiterer Meilenstein: Kuren für Mütter werden Regelleistungen der gesetzlichen Krankenkassen. Finanzielle Bezuschussungen liegen im Ermessen der Kassen. 1993 finanzieren die Krankenkassen rund 87 Prozent einer Kurmaßnahme. Eine Gesundheitsreform verkürzt 1997 die Länge der Kuren von vier auf drei Wochen. Seit dem Jahr 2002 haben Väter und Mütter einen gesetzlichen Anspruch auf eine dreiwöchige Kur zur Vorsorge und Rehabilitation im Abstand von vier Jahren. Familien- und Hausarbeit wird als kurbegründend anerkannt. Vor 2002 galt das nur für Erwerbsarbeit. Mit der Gesundheitsreform 2007 werden Vorsorge- und Rehamaßnahmen zu Pflichtleistungen der Krankenkassen.

Die Leistung von Elly Heuss-Knapp lag im Vernetzen und Nutzen, was da ist“, sagt Anne Schilling über die Gründerin. „Sie hat alle Frauenorganisationen und Verbände, die Müttererholung angeboten haben, eingeladen. Sie hat sich mit der Kultusministerkonferenz verbündet, hat Strukturen für das Müttergenesungswerk entwickelt, hat mit einer legendären Rede beim Deutschen Krankenkasentag für eine freiwillige Unterstützung der Kassen geworben (siehe S. 21) und dann politische Rahmenbedingungen geschaffen, damit Mütter einen Anspruch haben. Sie hat ein Vernetzungsprojekt geschaffen, das heute noch zu den großen Vorbildern der Frauenpolitik zählt.“ Über ihre erste Verbündete schrieb Elly Heuss-Knapp später: „Wenn es in jeder Stadt zwei so Weibsbilder gäbe, wie diese Frau Dr. Nopitsch, dann sähe die Welt anders aus.“

Ohne Mütter funktioniert Familie nicht. Im ersten Jahr konnten 20.000 Frauen zur Kur geschickt werden. Gute Betten und gute Ernährung waren anfangs das Wichtigste, denn beides hatten viele der Mütter zu Hause nicht. Viele waren unterernährt, haben zugenommen und in der Erholungszeit neuen Lebensmut gefunden.

Ein schwarz-weiß Werbefilm aus den 1950er Jahren, der damals mit der Wochenschau in den Kinos gezeigt wurde, um die Spendenbereitschaft zu erhöhen, zeigt Frauen, die Gymnastik machen in weißen Turnhemden und schwarzen Hosen. „Die gab es damals als Geschenk zu Beginn der Kur“, erklärt Anne Schilling. „Mit dieser Turnkleidung sollten die Frauen auch zu Hause Gymnastik machen. Sie sollten in den Heimen etwas lernen, das sie nach der Rückkehr in ihrem Alltag weitermachen konnten.“ „Mutter braucht Ferien“, so der Titel des Films. Seltsam findet das Anne Schilling heute und sagt: „Um Ferien ging es nie. Es ging damals wie heute um Rettung. Um Heilung.“



» Immer eigene Bedürfnisse zurückzustellen, macht krank. «

Anne Schilling, Geschäftsführerin Elly Heuss-Knapp-Stiftung, Deutsches Müttergenesungswerk

Bis in die 70er Jahre führen die Mütter ohne Kinder ins Müttergenesungswerk. Zu Beginn der Mutter-Kind-Kuren gab es noch heftige Diskussionen innerhalb der eigenen Organisation: Ist das wirklich gewollt, dass die Mütter ihr Kind – also ihre Arbeit – mitnehmen? Gefährdet das nicht die Erholung? 1983 war die Debatte beendet, die Kurform offiziell anerkannt. Zwei Jahre später wurden immerhin in einem Drittel der Häuser Kuren mit Kind angeboten. In den 90er Jahren wurde es ganz undenkbar, Kinder zurückzulassen. Und in den beiden Dekaden der 2000er Jahre finden wir zwar ein zeitgemäßes Diagnosebild, aber eigentlich blieb alles beim Alten: Erschöpfung plus körperliche Erkrankungen. Wir haben heute andere Namen dafür: Burnout. Die Eingangsuntersuchungen zeigen 80 % F-Diagnosen, also psychische Störungen wie Schlafstörungen, Angstgefühle, depressive Verstimmungen. Dazu gynäkologische Diagnosen, neurologische Erkrankungen wie MS, Rückenprobleme, Migräne. „Damals wie heute ein Konglomerat an Überlastung, das sich körperlich auswirkt“, sagt Anne Schilling. „Es haben sich die Krankheitsbilder, es hat sich die Rolle der Frau in der Gesellschaft geändert, aber geblieben ist die Belastung der Mütter aufgrund des Rollenbildes. Mütter machen noch den überwiegenden Teil Hausarbeit alleine und das meiste der Kinderbetreuung ohnehin. Und auch moderne Paare des Jahres 2020 gehen als gleichberechtigte Paare in den Kreissaal und sie kommen als Paar der 50er Jahre wieder hinaus.“

Und das, obwohl vor 200 Jahren mit der Aufklärung die Idee populär wurde, dass Körper – auch der weibliche Körper – eine Würde haben. Philipp Sarasin fasst für das damalige neue Denken über den Körper zusammen: „Was für einen Sinn hat das eigene Leben, was für einen Zweck haben politische Bestrebungen, wenn der Körper von Krankheiten gequält wird und vor der Zeit stirbt.“

Die Historikerin Hedwig Richter zitiert Philipp Sarasin in ihrem 2020 erschienenen großartigen Buch „Demokratie – Eine deutsche Affäre“, in dem sie ihre These, Demokratieggeschichte sei wesentlich eine Geschichte des Körpers, in kühnen Bögen argumentiert. „Die Geschichte der Demokratie spiegelt sich in Befreiung und Unterdrückung der Körper wider. Dass Frauen lange keine bürgerlichen Rechte und kein Körper, über den sie verfügen durften, zugestanden wurde, ist untrennbar miteinander verknüpft.“ In einem Bericht einer Einrichtung des Müttergenesungswerks aus den 1950ern über eine Frau, die zwei Fehlgeburten mit großem Blutverlust hinter sich hatte, heißt es: „Der Arzt rät dringend zu einem sofortigen Erholungsaufenthalt, um die Mutter für ihre Aufgaben im Haushalt und in der Familie wieder einsatzfähig zu machen.“ Die Familie ist auch 70 Jahre später für Frauen nicht unbedingt ein Ort an dem man regenerieren, loslassen und auftanken kann. „Auch Alltagsengel brauchen neuen Schwung“ war auf den Plakaten zum Spendenaufruf 2019 zu lesen. Der aktuelle Claim auf der Homepage des Müttergenesungswerks ist sachlicher: Deine Kur. Deine Stärke.

Die Einsatzfähigkeit der Mütter in Arbeiterfamilien hat tatsächlich einen Spiegel in den Familien der deutschen Akademikerfrauen des Jahres 2020: Unausgesprochen sind Mütter auch heute verantwortlich, wenn in der Familie was schief läuft. „Mütter sollen dazu noch gut aussehen, sportlich sein und wenn irgend möglich eine interessante und relevante Karriere machen.“ Anne Schilling sieht die Frauen lange nicht aus dem klassischen Rollenbild und den Rollenerwartungen befreit: „Das Gefühl des Alleingelassenseins kennen alle Mütter und pflegende Angehörige, die zumeist auch Frauen sind.“ Erschöpfung, Stress, Schlafstörungen sind erste Anzeichen für Überforderung. Das Deutsche Müttergenesungswerk hilft Müttern nach einer Krebstherapie, es gibt Angebote zur Trauerverarbeitung, auch speziell für Soldatinnen und Soldaten. Das Müttergenesungswerk steht noch immer an der ersten Frontlinie der Sozialpolitik. 70 Jahre nachdem seine Gründerin, die mit weitreichenden Ideen, geschickter Vernetzung und mutigem Handeln erfolgreich die Rechenschieber der Stiftungsaufsicht überlistet hat. Elly Heuss-Knapp sagte über sich selbst: „Ich bin im Ganzen sehr unkriegerisch.“ ■

